

# El Libro de los Secretos

Vol. 4

OSHO

Compártelo

MA GYAN DARSHANA

[osho\\_library@gruposyadoo.com](mailto:osho_library@gruposyadoo.com)

Capítulo 51

Volver a la Existencia

Los Sutras

*76 Bajo la lluvia en una noche oscura, entra en esa negrura como la forma de las formas.*

**77** *Cuando no esté presente una noche lluviosa sin Luna, cierra los ojos y encuentra esta negrura ante ti. Al abrir los ojos, ve negrura. De este modo los defectos desaparecen para siempre.*

**78** *Siempre que tu atención se pose, en ese mismo punto, experimenta.*

Una vez, un doctor - historiador y eminente erudito muy conocido- estaba hospedándose en un pueblo. El administrador de correos, el viejo administrador del pueblo, sintió curiosidad por este anciano, este doctor. Tenía curiosidad por saber qué tipo de doctor era, así que un día le preguntó: «¿Qué tipo de doctor es usted, señor?».

El hombre dijo: «Doctor en filosofía». El anciano nunca había oído eso. Estaba extrañado, y dijo: «Nunca he tenido noticias de ningún caso de esa enfermedad por aquí».

No te rías, porque el viejo administrador de correos tenía razón en cierto modo: la filosofía es una especie de enfermedad. Por supuesto, los doctores en filosofía no son doctores; más bien son las víctimas perfectas de una enfermedad.

La filosofía no es una enfermedad específica, de modo que no puedes pensar en ella en función de los casos. Nace con el ser humano. Es tan vieja como la humanidad o la mente humana. Y todo ser humano es una víctima, más o menos, porque pensar no conduce a ninguna parte; o te lleva en círculos, en círculos viciosos. Te mueves mucho, y si eres experto puedes moverte rápidamente, pero no llegas a ninguna parte.

Esto hay que comprenderlo muy profundamente, porque si no puedes comprender y sentir esto, no puedes dar el salto a la meditación. La meditación significa el enfoque contrario, contrario a la filosofía. La filosofía significa pensar y la meditación significa un estado de no-pensamiento. Son polos opuestos.

Esto es sólo humano, pensar en preguntas y tratar de encontrar respuestas. Pero la filosofía no llega a ninguna respuesta. La ciencia llega a ciertas respuestas, la religión llega a ciertas respuestas, pero la filosofía no llega a ninguna respuesta. Y todas las respuestas a las que la filosofía parece llegar son sólo fachadas: si escarbas hondo en ellas lo único que encontrarás es

más preguntas. De manera que toda respuesta conduce a más preguntas; y esto sigue y sigue y sigue.

La ciencia llega a ciertas respuestas, porque la ciencia no depende del pensamiento, sino de la experimentación. El pensamiento sólo se usa como una ayuda, pero la base es la experimentación. Por eso la ciencia ha aportado algunas respuestas. Los filósofos, conocidos y desconocidos, han estado trabajando y trabajando durante siglos, pero no se ha logrado ni una sola respuesta, ni una sola conclusión. No puede lograrse. La naturaleza misma del pensamiento es tal, que si usas el pensamiento como una ayuda encaminada a la experimentación, se puede lograr algo; por eso la ciencia llega a ciertas respuestas.

Pero la religión también llega a ciertas respuestas, porque la religión también es experimentación. La ciencia experimenta con el objeto, la religión experimenta con el sujeto, pero ambas son experimentaciones y ambas dependen de los experimentos. Entre ellas dos está la filosofía: sólo puro pensamiento, pensamiento abstracto, sin ningún experimento. Puedes seguir, puedes seguir, pero no llegas a ninguna parte. El pensamiento abstracto, el pensamiento especulativo, es pensamiento sin fin. Puedes disfrutar, puedes disfrutar el viaje, pero no hay meta.

La religión y la ciencia son similares en cierto modo, ambas creen en el experimento. Por supuesto, el experimento religioso es más profundo que el científico, porque en la ciencia el experimentador mismo no está involucrado. Está trabajando con herramientas, trabajando con cosas, trabajando con objetos; él permanece distante, él permanece fuera del experimento. La religión es una ciencia más profunda, porque el experimentador mismo se convierte en el experimento. No hay más herramienta que él, no hay ningún objeto que esté fuera de él. Él es ambas cosas, sus herramientas, sus objetos, su método; él lo es todo. Y tiene que trabajar consigo mismo.

Esto es arduo. Como estás involucrado, es arduo. Y como estás involucrado, el experimento se convierte en una experiencia. En la ciencia, el experimento no dejará de ser un experimento. El científico no será afectado por ello, no será transformado por ello. El científico seguirá siendo el mismo. Pero en la religión, al pasar por el experimento, serás un hombre enteramente diferente. No puedes salir siendo el mismo; tienes que cambiar. Por eso el

experimento religioso se convierte en experiencia.

Recuerda esto: puedes seguir pensando en Dios, en el alma, en el otro mundo, y puede que aparentes que sabes algo acerca de Dios simplemente pensando en él. Eso será falso. No puedes saber nada acerca de Dios; la palabra «acerca» es absurda. Puedes conocer a Dios, pero no puedes saber «acerca»... Ese «acerca» crea la filosofía.

¿Cómo vas a saber algo acerca de Dios? O, por ejemplo, ¿cómo vas a saber algo acerca del amor?

Puedes conocer el amor; no puedes saber acerca del amor, porque «acerca» significa que alguna otra persona sabe y tú crees en su conocimiento. Recoges y acopias opiniones. Dices: «sé algo sobre Dios». Todo conocimiento que es «acerca» es falso, peligroso, porque puedes ser embaucado por él.

Puedes conocer a Dios, puedes conocer el amor, puedes conocerte a ti mismo, pero olvida ese «acerca». Ese «acerca» es la filosofía. Los Upanishads dicen algo, los Vedas dicen algo, la Biblia dice algo, el Corán dice algo, pero, para ti, todo eso se volverá «acerca». A no ser que se vuelva tu experiencia, es fútil, está echado a perder.

Este punto tiene que penetrar hondamente en ti, porque puedes seguir pensando, y la mente es tal que puedes empezar a pensar acerca de la meditación. Puedes hacer de cualquier cosa el objeto del pensamiento. Incluso puedes pensar acerca de la meditación, y puedes seguir pensando acerca de ella, no sucederá nada.

Estoy hablando de muchos métodos. Hay un peligro, puede que empieces a pensar acerca de estos métodos, puede que te vuelvas erudito. Eso no servirá, eso no sirve para nada. No sólo no sirve para nada, sino que además es peligroso, porque la meditación es experiencia, saber «acerca» no tiene ningún valor.

Recuerda esta palabra «experiencia». Los problemas de la vida, todos los problemas de la vida, son existenciales, no son especulativos. No puedes resolverlos pensando; sólo puedes resolverlos viviéndolos. Viviendo se abre el futuro. Pensando nunca se abre el futuro. Por el contrario, incluso el presente se cierra.

Puede que no lo hayas observado, cuando piensas, ¿qué sucede? Cuando piensas, estás cerrado. Todo lo que está

presente cesa. Entrás en un camino de ensoñación en tu mente. Una palabra crea otra, un pensamiento crea otro, y sigues adentrándote. Cuanto más te adentras en el pensamiento, más te alejas de la existencia. Pensar es una forma de alejarse. Es un camino de ensoñación; es soñar en conceptos. Vuelve a la Tierra. La religión es muy terrenal en este sentido; no mundana, sino muy terrenal, substancial. Vuelve a la existencia.

Los problemas de la vida sólo pueden ser resueltos cuando te arraigas profundamente en la existencia. Volando con los pensamientos te alejas de las raíces, y cuanto más lejos estás, menor es la posibilidad de resolver nada. Más bien lo embrollarás todo, y todo quedará más enmarañado. Y cuanto más enmarañado esté, más pensarás, y más te alejarás. ¡Ojo con pensar!

Ahora nos adentraremos en las técnicas.

## **76 Disuélvete en la oscuridad.**

Primera técnica con la oscuridad: *Bajo la lluvia en una noche oscura, entra en esa negrura como la forma de las formas.*

Hubo una escuela esotérica muy antigua sobre la que puede que no hayas oído. La escuela se conocía como la escuela de los esenios. Jesús fue instruido en esa escuela; pertenecía al grupo de los esenios. Ese grupo esenio es el único grupo en todo el mundo que concibe a Dios como absoluta oscuridad. El Corán dice que Dios es luz, los Upanishads dicen que Dios es luz, la Biblia dice que Dios es luz. La de los esenios es la única tradición del mundo que dice que Dios es negrura absoluta, oscuridad absoluta, una infinita noche negra.

Esto es muy bello; extraño, pero muy bello..., y muy significativo. Debes comprender su significado; entonces esta técnica será, muy útil, porque ésta es la técnica usada por los esenios para entrar en la oscuridad, para fundirse con ella.

Reflexiona. ¿Por qué Dios ha sido simbolizado en todas partes como luz? No porque Dios sea luz, sino porque el hombre le tiene miedo a la oscuridad. Este es un miedo humano: nos gusta la luz y nos asusta la oscuridad, de modo que no podemos concebir a Dios como oscuridad, como negrura.

Ésta es una concepción humana. Concebimos a Dios como luz porque nos asusta la oscuridad.

Creamos nuestros dioses de resultas de nuestro miedo. Les damos forma y configuración. Esa forma y configuración se la damos nosotros, dice algo sobre nosotros, no sobre nuestros dioses. Ellos son nuestras creaciones. Tenemos miedo en la oscuridad, de modo que Dios es luz. Pero estas técnicas pertenecen a la otra escuela.

Los esenios dicen que Dios es oscuridad, y esto, tiene substancia. Una cosa, la oscuridad es eterna. La luz viene y va, y la oscuridad permanece. Por la mañana saldrá el Sol y habrá luz; al atardecer el Sol se pondrá y habrá oscuridad. Para la oscuridad no tiene que salir nada, siempre está ahí. Nunca sale y nunca se pone. La luz viene y va; la oscuridad permanece. La luz siempre tiene alguna fuente; la oscuridad no tiene fuente. Lo que tiene alguna fuente no puede ser infinito; sólo lo que no tiene fuente puede ser infinito y eterno. La luz tiene una cierta perturbación; por eso no puedes dormir cuando hay luz. Crea una tensión. La oscuridad es relajación, relajación total.

Pero ¿por qué le tenemos miedo a la oscuridad? Porque la luz nos parece que es la vida, lo es; y la oscuridad nos parece que es la muerte: lo es. La vida llega con la luz, y cuando te mueres te parece que has caído en una oscuridad eterna. Por eso pintamos la muerte de negro, y el negro se ha convertido en el color del luto. Dios es luz, y la muerte es negra. Pero éstos son nuestros miedos proyectados. En realidad, la oscuridad es infinita; la luz es limitada. La oscuridad parece ser el útero del que sale todo y en el que cae todo.

Los esenios adoptaron este punto de vista. Es muy hermoso y también muy útil, porque si puedes amar la oscuridad, ya no le tendrás miedo a la muerte. Si puedes entrar en la oscuridad -y sólo puedes, entrar si no tienes miedo-, lograrás la relajación total. Si puedes fundirte con la oscuridad, estás disuelto, es una entrega. Ya no hay miedo, porque si te has fundido con la oscuridad, te has fundido con la muerte. Ya no puedes morir; te has vuelto inmortal. La oscuridad es inmortal. La luz nace y muere; la oscuridad simplemente es. Es inmortal.

Para estas técnicas, primero tendrás que recordar que no debería haber en tu mente ningún miedo con respecto a la

muerte, con respecto a la negrura; de lo contrario, ¿cómo vas a poder hacer este experimento? Primero hay que abandonar el miedo. Así que haz algo como paso preliminar, siéntate en la oscuridad, apaga las luces, siente la oscuridad. Ten una actitud amorosa para con ella; deja que la oscuridad te toque. Mírala. Abre los ojos en una habitación oscura o en una noche oscura; ten una comunión, únete, embébetete en una relación. Te asustarás; entonces estas técnicas no pueden servir de ayuda, no puedes hacerlas.

Primero es necesaria una amistad profunda con la oscuridad. A veces, por la noche, cuando todos se hayan ido a dormir, permanece con la oscuridad. No hagas nada; tan sólo permanece con ella. Y simplemente permanecer con ella te da un profundo sentimiento hacia ella, porque es muy relajante. No la has conocido simplemente debido al miedo. Si no tienes sueño, encenderás la luz inmediatamente, empezarás a leer o a hacer algo, pero no permanecerás con la oscuridad. Permanece con ella. Si puedes permanecer con ella, tendrás nuevas conexiones, nuevos contactos con ella.

El hombre se ha cerrado completamente contra la oscuridad. Hubo razones, razones históricas: porque la noche era muy peligrosa, y el hombre estaba en cuevas o en selvas. De día estaba más seguro: podía ver lo que le rodeaba, y ningún animal salvaje podía atacarle; o podía tomar medidas, alguna defensa; al menos, podía escapar. Pero por la noche había oscuridad en todas partes y estaba desvalido, así que se asustó; y ese miedo ha entrado en el inconsciente, todavía tenemos miedo.

Ya no vivimos en cuevas y no estamos a merced de animales salvajes, nadie va a atacarnos; pero el miedo sigue ahí. Ha ido muy hondo, porque la mente humana tuvo miedo durante millones de años. Tu inconsciente no es tuyo propio; es el colectivo, es hereditario, lo has recibido. El miedo el sigue ahí, y debido a ese miedo no puedes tener una comunión con la oscuridad.

Una cosa más, debido a este miedo, el hombre empezó a adorar el fuego. Cuando se descubrió el fuego, el fuego se volvió un dios. No es porque el fuego sea un dios, sino debido al miedo a la oscuridad. Durante el día había luz y no había miedo, el hombre estaba más protegido. Por la noche había oscuridad, así es que cuando se descubrió el fuego, por supuesto, el fuego se

convirtió en un dios, el más grande. Los parsis aún siguen adorando el fuego.

La adoración del fuego surgió debido al miedo a la oscuridad. Por la noche, el fuego se volvió el amigo, el protector, la seguridad divina.

Ese miedo sigue ahí. Puede que no seas consciente de él, porque no hay situaciones en las que puedas tomar consciencia de él; pero un día apaga la luz por la noche y siéntate..., y vendrá a ti el miedo primitivo. En tu propia casa, empezarás a sentir que hay animales salvajes alrededor. Habrá algún ruido, y te asustarás de animales salvajes, merodea algún peligro. Ese peligro no merodea; está en tu inconsciente.

De modo que primero tienes que sobreponerte a tu miedo inconsciente, y entonces puedes adentrarte en estas técnicas, porque estas técnicas tienen que ver con la oscuridad. Y Shiva está dando todas las técnicas posibles.

Mi propia experiencia con estas técnicas es muy hermosa. Si puedes hacerlas, son maravillosas. Entrarás en una relajación profunda que nunca has conocido. Pero primero descubre tus miedos inconscientes e intenta vivir y amar la oscuridad. Está llena de dicha. Una vez que la conoces, y una vez que estás en contacto con ella, estás en contacto con un fenómeno cósmico muy profundo.

De modo que siempre que tengas la oportunidad de estar en la oscuridad, y despierto... Porque puedes hacer dos cosas: puedes encender la luz o te puedes dormir. Ambas cosas son trucos para huir de la oscuridad. Si estás dormido, entonces no tienes miedo, porque no estás consciente. O si estás consciente, entonces encenderás la luz. No enciendas la luz y no te duermas. Permanece con la oscuridad.

Sentirás muchos miedos. Siéntelos. Sé consciente de ellos. Tráelos a tu mente consciente.

Vendrán por sí mismos, y cuando vengan, permanece como un testigo. Desaparecerán, y no tardará en llegar un día en el que puedas estar en la oscuridad con total entrega, sin ningún miedo. Puedes estar en la oscuridad abandonándote totalmente. Entonces sucede un fenómeno muy hermoso. Entonces puedes apreciar lo que dicen los esenios de que Dios es oscuridad, absoluta oscuridad.



*Bajo la lluvia en una noche oscura, entra en esa negrura como la forma de las formas.*

Todas las formas surgen de la oscuridad y se disuelven en la oscuridad. Los mundos vienen, son creados de la oscuridad, y vuelven a la oscuridad. La oscuridad es el útero, el útero cósmico. Ahí esta la quietud imperturbable, absoluta.

Shiva dice que será bueno hacer esta técnica una noche de lluvia en la que todo esté negro, en la que haya nubes y no se vea ninguna estrella y el cielo esté completamente oscuro. En una noche negra en la que no haya Luna..., *entra en esa negrura como la forma de las formas*. Sé un testigo de esa negrura, y entonces disuélvete en ella. Es la forma de todas las formas. Tú eres una forma: puedes disolverte en ella.

Cuando hay luz, estás definido. Puedo verte, hay luz. Tu cuerpo tiene una definición. Estás definido, tienes lindes. Los lindes existen debido a la luz. Cuando no hay luz, los lindes se disuelven. En la oscuridad, nada está definido; todo se funde en todo lo demás. Las formas desaparecen.

Puede que ésa sea una de las causas de nuestro miedo: porque cuando no estás definido, no sabes quién eres. No se puede ver la cara, no se puede conocer el cuerpo. Todo se funde en una existencia sin forma. Puede que ésa sea una de las causas del miedo: porque no puedes sentir tu existencia definida. La existencia se vuelve vaga y aparece el miedo, porque ahora no sabes quién eres. El ego no puede existir indefinido, es difícil existir como un ego. Uno se asusta. Uno quiere que haya luz.

Contemplando; meditando, fusionándose, será más fácil fundirse con la oscuridad que fundirse con la luz, porque la luz establece distinciones. La oscuridad elimina todas las distinciones. En la luz eres guapo o feo, rico o pobre. La luz te da una personalidad, una distinción: culto, inculto, santo o pecador. La luz te manifiesta como una persona distinta. La oscuridad te envuelve, te acepta...; no como una persona distinta; simplemente te acepta sin ninguna definición. Estás envuelto y te fundes con ella.

La oscuridad siempre está haciéndolo, pero como tienes miedo, no puedes entenderlo. Deja de lado tu miedo y fúndete con ella.

*Entra en esa negrura como la forma de las formas.*

*Entra en esa negrura...* ¿Cómo puedes entrar en la negrura? Tres cosas: una, mira fijamente la negrura. Es difícil. Es fácil mirar fijamente una llama, cualquier fuente de luz, porque está ahí como un objeto, enfocada; puedes dirigir tu atención a ella. La oscuridad no es un objeto; está en todas partes, está por todos lados. No puedes verla como un objeto. Mira fijamente el vacío. Está en todas partes; simplemente mírala. Siéntete a gusto y mírala. Empezará a entrar en tus ojos. Y cuando la oscuridad entra en tus ojos, tú estás entrando en ella.

Permanece con los ojos abiertos cuando estés haciendo esta técnica en una noche oscura. No cierres los ojos, porque con los ojos cerrados tienes una oscuridad diferente. Ésa es tuya, es mental; no es real. *No* es real. En realidad, es una parte negativa; no es oscuridad positiva. Aquí hay luz, cierras los ojos y puedes tener una oscuridad, pero esa oscuridad es simplemente el negativo de la luz. Igual que cuando miras por la ventana y luego cierras los ojos, tienes una figura en negativo de la ventana. Toda nuestra experiencia es de la luz, de modo que cuando cerramos los ojos, tenemos una experiencia en negativo de la luz y la llamamos oscuridad. No es real, no servirá.

Abre los ojos, permanece con los ojos abiertos en la oscuridad, y tendrás una oscuridad diferente: la oscuridad diferente que hay ahí. Mírala fijamente. Sigue mirando la oscuridad. Asomarán las lágrimas, se te irritarán los ojos, te dolerán. No te preocupes, sigue. Y en el momento en que la oscuridad, la oscuridad real, entre en tus ojos, te dará una sensación tranquilizadora muy profunda. Cuando la oscuridad real entre en ti, te llenarás de ella.

Y esta entrada de la oscuridad te vaciará de toda la oscuridad negativa. Éste es un fenómeno muy profundo. La oscuridad que tienes dentro es una cosa negativa; está en contra de la luz. No es la ausencia de luz; se opone a la luz. No es la oscuridad de la que habla Shiva como la forma de todas las formas, la oscuridad real que existe. Le tenemos tanto miedo que *hemos* creado muchas fuentes de luz meramente como protección, y vivimos en un mundo alumbrado. Entonces cerramos los ojos y el mundo alumbrado se refleja negativamente por dentro. Hemos pedido el

contacto con la oscuridad real que existe, la oscuridad de los esenios, o la oscuridad de Shiva. Hemos perdido el contacto con ella. Le hemos cogido tanto miedo que la hemos rechazado completamente. Le estamos dando la espalda.

De manera que esto será difícil, pero si lo puedes hacer, es milagroso, es mágico. Tendrás un ser enteramente diferente. Cuando la oscuridad entra en ti, tú entras en ella. Siempre es recíproco, mutuo. No puedes entrar en ningún fenómeno cósmico sin que el fenómeno cósmico entre en ti. No puedes violarlo, no puedes entrar por la fuerza. Sólo si estás disponible, abierto, vulnerable, y si das paso a que entre en ti algún fenómeno cósmico, entrarás tú en él. Siempre es mutuo. No puedes forzarlo; sólo puedes permitirlo.

Ahora es difícil encontrar oscuridad real en las ciudades; es difícil encontrar oscuridad real en nuestras casas. Con la luz irreal lo hemos hecho todo irreal. Incluso nuestra oscuridad está polucionada, no es pura. De modo que es bueno ir a algún lugar remoto sólo para sentir la oscuridad. Vete a un pueblo remoto en el que no haya electricidad, vete a la cima de una montaña. Quédate allí una semana para experimentar la oscuridad pura. Volverás siendo un hombre diferente, porque, en esos siete días de absoluta oscuridad, surgirán todos los miedos, todos los miedos primitivos. Tendrás que afrontar monstruos, tendrás que afrontar tu propio inconsciente. La humanidad entera... Será como si estuvieras atravesando la totalidad del tiempo, y surgirán muchas cosas de lo profundo de tu inconsciente. Parecerán reales. Puede que te asustes, que te atemorices, porque parecerán tan reales..., y son solamente tus creaciones mentales.

Muchos locos en nuestros manicomios no sufren de otra cosa que de la erupción de los miedos primitivos que llevan dentro. Los miedos están ahí; los locos están asustados, atemorizados en cada momento de sus vidas. Y todavía no sabemos cómo dejar que se evaporen esos miedos primitivos. Si se puede ayudar a los locos a que mediten en la oscuridad, la locura desaparecerá.

Pero sólo en Japón trabajan un poco en esa dirección. Se comportan de manera absolutamente diferente con sus locos. Si alguien se vuelve loco, psicótico o neurótico, el método japonés es dejarle que viva aislado durante tres o seis semanas, según sea necesario en cada caso. Simplemente le dejan vivir aislado.

No va a verle ningún médico, ningún psicoanalista. Le proveen de comida, se cubren sus necesidades, y se le deja solo.

Por la noche no hay luz; está solo en la oscuridad, sufriendo, por supuesto; atravesando muchas fases. Se le dispensan todos los cuidados, pero no se le da compañía. Tiene que enfrentarse a su propia locura, inmediata y directamente, y en un plazo de tres a seis semanas, la locura empieza a desaparecer. En realidad, no se ha hecho nada; simplemente se le ha dejado solo. Ésta es la única medida que se ha tomado.

Los psiquiatras occidentales se han quedado asombrados. No pueden entender realmente cómo sucede, porque ellos trabajan durante años: psicoanalizan, tratan, hacen de todo, pero nunca dejan al hombre solo. Nunca le dejan que se enfrente totalmente a su inconsciente interno él solo. Porque cuanto más ayuda le ofreces, más indefenso le vuelves porque depende más de ti. Y es una cuestión de un encuentro interno; en realidad, nadie puede ayudar. De modo que los que saben te dejarán que te enfrentes a ti mismo.

Tienes que conciliarte con tu inconsciente. Y esta meditación con la oscuridad absorberá completamente toda tu locura. Pruébala. Puedes probarla incluso en tu casa. Cada noche, permanece una hora con la oscuridad. No hagas nada; simplemente mira fijamente la oscuridad. Tendrás una sensación de fusión, y sentirás que algo está entrando en ti y que tú estás entrando en algo.

Permaneciendo, viviendo con la oscuridad durante tres meses, una hora al día, perderás toda la sensación de individualidad, de separación. Entonces no serás una isla; te volverás el océano. Serás uno con la oscuridad. Y la oscuridad es tan oceánica, nada es tan inmenso, nada es tan eterno, y nada está tan cerca de ti, y a nada le tienes tanto miedo y temor. Está a la vuelta de la esquina, siempre esperando.

*Bajo la lluvia en una noche oscura, entra en esa negrura como la forma de las formas.*

Mira para que entre en tus ojos.

Lo segundo: tumbate y siente que estás junto a tu madre. La oscuridad es la madre, la madre de todo. Piensa: cuando no había

nada, ¿qué había?

No puedes pensar en otra cosa que la oscuridad. Si todo desaparece, ¿qué habrá aún? Habrá oscuridad.

La oscuridad es la madre, el útero, así que tumbate y siente que estás en el útero de tu madre. Y se volverá real, se volverá cálido, y tarde o temprano empezarás a sentir que la oscuridad, el útero, te está envolviendo por todas partes. Estás en ella.

Y tercero, andando, yendo a trabajar, hablando, comiendo, haciendo cualquier cosa, lleva un parche de oscuridad dentro de ti. La oscuridad que ha entrado en ti llévala contigo. Al igual que hablamos de llevar una llama, lleva oscuridad. Y al igual que te dije que si llevas una llama y sientes que eres luz, tu cuerpo empezará a irradiar una cierta luz extraña, y los que sean sensibles empezarán a sentirla, lo mismo ocurrirá con la oscuridad.

Si llevas oscuridad dentro de ti, todo tu cuerpo, se quedará tan relajado y calmado, tan sereno, que se notará. Y al igual que cuando llevas luz dentro de ti algunas personas se sentirán atraídas a ti, cuando llevas oscuridad dentro algunas personas sencillamente huirán de ti. Se asustarán y se atemorizarán. No serán capaces de soportar un ser tan silencioso; les resultará insoportable.

Si llevas oscuridad dentro de ti, los que le tienen miedo a la oscuridad intentarán huir de ti; no se acercarán a ti. Y todo el mundo le tiene miedo a la oscuridad. Empezarás a notar que tus amigos te están dejando. Tu familia se alterará cuando entres, porque entras como un estanque de serenidad, y todo el mundo está agitado y excitado. Les resultará difícil mirarte a los ojos, porque tus ojos se volverán como valles, un abismo. Si alguien te mira a los ojos, se mareará, sentirá en ellos semejante abismo profundo...

Pero tú sentirás muchas cosas. Te resultará imposible enfadarte. Llevando oscuridad dentro, no puedes estar enfadado. Llevando una llama puedes enfadarte muy fácilmente, más fácilmente que nunca, porque la llama puede excitarte. Llevando una llama te sentirás más sexual que nunca, porque la llama te excitará, creará pasión. Pero llevando oscuridad dentro de ti, sentirás que te sucede una profundidad asexualidad. No te sentirás sexual; no te será posible enfadarte fácilmente. La pasión

desaparecerá. No sentirás que eres un hombre o una mujer. Te parecerá que esas palabras se han vuelto irrelevantes, sin sentido. Simplemente eres.

Llevar oscuridad dentro todo el día te ayudará muchísimo, porque entonces, cuando contemples y medites con la oscuridad por la noche, la oscuridad interna que has llevado todo el día te ayudará a unirte, la interna vendrá a unirse a la externa.

Y con sólo recordar que llevas oscuridad -que estás lleno de oscuridad, que cada poro del cuerpo, cada célula del cuerpo está llena de oscuridad-, te sentirás muy relajado. Pruébalo. Te sentirás muy relajado. Todo en ti irá más despacio. No podrás correr, caminarás, y tu caminar también será más lento. Andarás despacio, como camina una mujer embarazada. Caminarás despacio, con mucho cuidado. Estás llevando algo.

Y sucederá justo lo contrario cuando estés llevando una llama, andarás más deprisa; más bien, te gustaría correr. Habrá más movimiento, te volverás más activo. Llevando oscuridad estarás relajado. Otros empezarán a pensar que eres perezoso.

Cuando yo estaba en la universidad, estuve haciendo este experimento durante dos años. Me volví tan perezoso que incluso salir de la cama era difícil. Mis profesores se inquietaron mucho, y pensaron que me había pasado algo malo, o estaba enfermo o me había vuelto absolutamente indiferente. Un profesor que me quería mucho, el rector del departamento, se preocupó tanto que en los días de los exámenes venía a recogerme a la residencia por la mañana para llevarme a la sala de los exámenes para que llegase a tiempo. Todos los días miraba si había entrado en la sala, y sólo entonces se sentía bien y se iba a casa.

Pruébalo. Es una de las experiencias más bellas de la vida llevar oscuridad en tu útero, volverse oscuro. Al andar, al comer, al estar sentado, al hacer cualquier cosa, recuerda: la oscuridad te ha llenado, estás lleno de ella. Y entonces ve cómo cambian las cosas. No puedes acalorarte, no puedes estar muy activo, no puedes estar tenso. Dormirás tan profundamente que los sueños desaparecerán y andarás todo el día como si estuvieras embriagado.

Los sufíes han usado este método, una secta específica de sufíes, y a esos sufíes se les conoce como los sufíes borrachos. Están borrachos de esta oscuridad. Hacen agujeros en la tierra, y

se acuestan en los agujeros cada noche, y meditan tumbados en sus agujeros; meditan con la oscuridad, fundiéndose con ella. Y en sus ojos se verá que están embriagados. Puedes notar en sus ojos una relajación tan profunda, una vibración tan relajada, que sólo sucede si estás enteramente embriagado o tienes mucho sueño. Sólo entonces pueden tener tus ojos esa expresión. Se les conoce como los sufíes borrachos. Y están borrachos de oscuridad.

## **77 Sacando la oscuridad interna.**

Segunda técnica con la oscuridad: *Cuando no esté presente una noche lluviosa sin Luna, cierra los ojos y encuentra esta negrura ante ti. Al abrir los ojos, ve negrura. De este modo los defectos desaparecen para siempre.*

He dicho que si cierras los ojos, la negrura será falsa, así que ¿qué hacer si no hace una noche sin Luna, una noche oscura?, ¿si hay Luna y hay luz de Luna? Este sutra te da una clave.

*Cuando no esté presente una noche lluviosa sin Luna, cierra los ojos y encuentra esta negrura ante ti.*

Esta negrura será falsa al principio. Puedes hacerla real, y el método para hacerla real es, *Al abrir los ojos, ve negrura*. Primero cierra los ojos, ve negrura. Luego abre los ojos, y la negrura que has visto dentro, vela fuera. Si desaparece fuera, eso significa que la negrura que has visto dentro era falsa.

Ésta es un poco más difícil. En la primera, llevas a tu interior la oscuridad real. En la segunda, sacas la falsa; sigues moviéndola. Cierra los ojos, siente la oscuridad; abre los ojos, y con los ojos abiertos ve la oscuridad fuera. Así es como sacas la oscuridad interna falsa.

Sigue desechándola. Llevará al menos de tres a seis semanas, y luego, un día, de pronto serás capaz de hacer salir la oscuridad interna. El día que puedes hacer salir la oscuridad interna has encontrado la oscuridad interna real. La real la puedes mover; la falsa no la puedes mover.

Y es una experiencia muy mágica. Si puedes sacar la oscuridad

interna, puedes hacerlo incluso en una habitación alumbrada, y se esparcirá ante ti un parche de oscuridad. La experiencia es muy extraña, porque la habitación está alumbrada. O incluso a la luz del Sol..., si has llegado a la oscuridad interna, puedes sacarla. Entonces aparece un parche de oscuridad ante tus ojos. Puedes seguir esparciéndola.

Una vez que sabes que puede suceder, puedes tener oscuridad, oscura como la más oscura de las noches, en un día totalmente soleado. Brilla el Sol, pero puedes esparcir la oscuridad. La oscuridad siempre está ahí; incluso cuando brilla el Sol, la oscuridad está ahí. No puedes verla; está cubierta por la luz del Sol. Una vez que sabes cómo dejarla al descubierto, puedes hacerlo.

En Tíbet hay muchos métodos como éste. Puedes sacar al mundo externo cosas del mundo interno. Puede que hayas oído hablar de una técnica muy famosa; la llaman «yoga del calony». Hace una noche muy fría, heladora, está nevando, y un monje tibetano, un *lama* tibetano, puede sentarse bajo el cielo abierto, con la nieve cayendo por todas partes, la temperatura bajo cero, y puede empezar a sudar. Esto es un milagro médico. ¿Cómo está sudando? Está haciendo salir el calor interno.

Y el frescor interno o el frío interno también se pueden sacar. Se cuenta que en vida de Mahavira... Nadie ha tratado de explicarlo hasta ahora. Los jainas piensan que Mahavira simplemente estaba practicando austeridad; no es así. Se cuenta que cuando era verano, la estación del calor, y el sol era abrasador, siempre estaba en algún sitio en el que no había sombra, árboles, nada en absoluto. Pasaba los días de verano bajo el sol ardiente, y en invierno encontraba algún lugar fresco, el más frío: bajo un árbol, un árbol sombrío, o cerca de un río, o donde estaba helando.

En la estación del frío, encontraba un lugar fresco para meditar, y en la estación del calor encontraba el lugar más caluroso para meditar. La gente pensaba que estaba loco, y sus seguidores piensan que simplemente estaba practicando austeridad. No es así. En realidad, estaba probando algunas técnicas internas como ésta.

Cuando hacía calor, intentaba sacar su frío interno; y sólo se puede sentir por contraste. Cuando hacía *frío* fuera, sacaba su calor interno; Y eso sólo se puede sentir cuando hay un contraste.



No era enemigo del cuerpo, no estaba contra su cuerpo, como piensan los jainas. Ellos piensan que estaba matando su cuerpo, porque si puedes matar tu cuerpo, puedes matar tu deseo. Esto es una perfecta tontería. No estaba haciendo nada por el estilo. Estaba sacando lo interno, y estaba protegido por lo interno. Al igual que los *lamas* tibetanos pueden crear calor y pueden sudar mientras está nevando, Mahavira estaba bajo un sol abrasador y no sudaba. Estaba sacando su frío interno, y ese frío interno salía y protegía su cuerpo.

De modo semejante, puedes sacar tu oscuridad interna, y esa sensación es muy fresca. Si puedes sacarla, estás protegido por ella: ningún acaloramiento, ninguna pasión te perturbará. Pruébalo. Estas tres cosas: mira fijamente la oscuridad con los ojos abiertos y permite que la oscuridad entre en ti. Segundo, siente la oscuridad como el útero de una madre que te rodea; vive en él; olvídate cada vez más de ti mismo. Y tercero, lleva un parche de oscuridad en tu corazón dondequiera que vayas.

Si puedes hacer esto, la oscuridad se volverá la luz. Te iluminarás mediante la oscuridad.

*Cuando no esté presente una noche lluviosa sin luna, cierra los ojos y encuentra esta negrura ante ti.*

*Al abrir los ojos, ve negrura.*

Ese es el método. Primero siéntela dentro, siéntela tan hondamente que puedas percibirla fuera. Entonces abre los ojos de repente y siéntela fuera. Llevará tiempo.

*De este modo los defectos desaparecen para siempre.*

Y si puedes sacar la oscuridad interna, los defectos desaparecen para siempre, porque si percibes la oscuridad interna, te has vuelto tan sereno, tan silencioso, tan incapaz de acalorarte, que los defectos no pueden permanecer en ti.

Recuerda esto: los defectos sólo pueden existir si eres proclive a acalorarte, si tiendes a acalorarte. No existen en sí mismos; existen en tu capacidad de acalorarte. Alguien te insulta, y no tienes oscuridad dentro de ti para absorber el insulto; te enar-

deces, te enfadas, ardes por dentro, y entonces todo es posible. Puedes ser violento, puedes matar, y puedes hacer lo que sólo puede hacer un loco. Todo es posible: te has vuelto loco. Alguien te alaba, te vuelves loco de nuevo, en el otro extremo.

Hay situaciones por todas partes, y no eres capaz de absorber. Insulta a un buda: puede absorberlo; simplemente puede tragarlo, digerirlo. ¿Quién digiere ese insulto? Una laguna interna de oscuridad, silencio. Tiras cualquier cosa venenosa; es absorbida. No produce ninguna reacción.

Prueba esto, y cuando alguien te insulte, recuerda que estás lleno de oscuridad, y sentirás de pronto que no hay reacción. Pasas por una calle, ves a una mujer guapa o a un hombre guapo, te excitas.

Siente que estás lleno de oscuridad, de pronto, la pasión desaparecerá. Pruébalo. Esto está totalmente basado en experimentos; no hay necesidad de creerlo.

Cuando sientas que estás lleno de pasión o de deseo o de sexo, simplemente recuerda la oscuridad interna. Durante un solo momento, cierra los ojos y siente la oscuridad y ve la pasión ha desaparecido, ya no hay deseo. La oscuridad interna lo ha absorbido. Te has vuelto un vacío infinito en el que cualquier cosa puede caer y no volver. Ahora eres como un abismo.

Por eso dice Shiva: *De este modo los defectos desaparecen para siempre.* Estas técnicas parecen muy sencillas; lo son. Pero no dejes de probarlas porque parezcan tan simples. Puede que no desafíen a tu ego, pero pruébalas de todos modos. Sucede siempre que nunca intentamos las cosas simples, porque pensamos que son tan sencillas que no pueden ser verdad. Y la verdad siempre es simple, nunca es compleja. No hay necesidad de que sea compleja. Sólo las mentiras son complejas. No pueden ser simples, porque si son simples serán descubiertas inmediatamente.

Y porque algo parece simple, pensamos que de ello no puede resultar nada. No es que de ello no pueda resultar nada; lo que pasa es que nuestro ego sólo se siente desafiado cuando algo es muy difícil. Muchas escuelas y muchos sistemas han complicado sus métodos simplemente debido a ti. No hay necesidad, pero tienen que crear complejidades, trabas innecesarias, para hacerlos difíciles y que tú te sientas bien porque tu ego se siente

desafiado. Si algo es muy difícil y sólo unos pocos pueden hacerlo, entonces sientes: «Ahora sí; esto es lo que hay que hacer, porque sólo unos pocos pueden hacerlo; raramente puede hacerlo alguien».

Estos métodos son absolutamente simples. Shiva no te está teniendo en cuenta. Simplemente está describiendo el método exacto tal como es; de la manera más sencilla posible, lo más telegráficamente posible, sólo los requisitos escuetos. Así que no busques ningún desafío para el ego. Estas técnicas no son para lanzarte a un viaje de engrandecimiento del ego. Puede que no te supongan un desafío, pero si puedes probarlas, te transformarán. Y el desafío no es bueno, porque con el desafío te pones febril, te vuelves loco.

## **78 Desarrolla la atención pura.**

Tercera técnica: *Siempre que tu atención se pose, en ese mismo punto, experimenta.*

¿Qué? ¿Experimenta, qué? En esta técnica, primero tienes que desarrollar la atención. Tienes que desarrollar un tipo de actitud atenta; sólo entonces será posible esta técnica, de modo que, cada vez que tu atención se pose, puedas experimentar, puedas experimentarte a ti mismo. Con sólo mirar una flor puedes experimentarte a ti mismo. Entonces, mirar una flor no es sólo mirar la flor, sino también al que la mira; pero sólo si conoces el secreto de la atención.

Tú también miras una flor, y puede que pienses que estás mirando la flor, pero has empezado a pensar en la flor, y te pierdes la flor. Ya no estás ahí; te has ido a alguna otra parte, te has alejado. Atención quiere decir que cuando estás mirando una flor, estás mirando una flor y no estás haciendo nada más: como si la mente se hubiera parado, como si no hubiese pensamiento y sólo hubiera una simple experiencia de la flor. Tú estás aquí, la flor está ahí, y entre los dos no hay ningún pensamiento.

De pronto -si esto es posible-, de pronto, de la flor tu atención volverá a ti, rebotará hacia ti. Se convertirá en un círculo. Mirarás la flor y la mirada volverá; la flor la reflejará, la devolverá. Si no hay pensamientos, sucede esto. Entonces no sólo estás mirando

la flor; estás mirando también al que la mira. Entonces el que la mira y la flor se vuelven dos objetos y tú te has vuelto un testigo de ambos.

Pero primero hay que adiestrar la atención, porque no tienes atención en absoluto. Tu atención esta fluctuando, yendo de esto a lo otro, de eso a lo de más allá. No estás atento ni siquiera un momento. Aunque estoy hablando aquí, nunca oyes todas mis palabras. Oyes una palabra, entonces tu atención se va a alguna otra parte; luego vuelves, oyes otra, entonces tu atención se va a alguna otra parte. Oyes unas pocas palabras, y rellenas los huecos, y luego piensas que me has oído.

Y todo lo que llevas en ti es sólo asunto tuyo, es tu propia creación. Sólo me has oído unas pocas palabras, y luego has rellenado los huecos, y lo que rellenas en los huecos lo cambia todo. Yo digo una palabra, y tú has empezado a pensar en ella. No puedes permanecer en silencio. Si puedes permanecer en silencio mientras estás oyendo, sabrás estar atento.

Atención significa una alerta silenciosa sin ningún pensamiento que interfiera. Desarrollala. Sólo puedes desarrollarla haciendo esto; no hay otra forma. Hazlo más y la desarrollarás. Haciendo cualquier cosa, estando en cualquier parte, trata de desarrollarla. Vas en coche, o en tren ¿qué estás haciendo ahí? Trata de desarrollar la atención; no pierdas el tiempo. Estarás media hora en un tren: desarrolla la atención. Simplemente permanece allí. No pienses. Mira a alguien, mira el tren o mira fuera, pero sé la mirada. No pienses en nada. Deja de pensar. Permanece ahí y mira. Tu mirada se volverá directa, penetrante, y de todas partes tu mirada será reflejada de vuelta y tomarás consciencia del que mira.

No eres consciente de ti mismo porque hay un muro. Cuando miras una flor, primero tus pensamientos cambian tu mirada; le dan su propio color. Entonces esa mirada va a la flor. Vuelve, pero entonces tus pensamientos vuelven a darle un color diferente. Y cuando vuelve, nunca te encuentra allí. Te has ido a alguna otra parte; no estás ahí.

Toda mirada vuelve; todo es reflejado, «respondido», pero tú no estás presente para recibirlo. Durante todo el día puedes intentarlo con muchas cosas y, con el tiempo, desarrollarás la capacidad de estar atento. Con esa capacidad haz esto:

*Siempre que tu atención se pose, en ese mismo punto, experimenta.*

Entonces mira a cualquier parte, pero simplemente mira. La atención se ha posado... y tú te experimentarás a ti mismo, pero el primer requisito es tener la capacidad de estar atento. Y puedes ejercitarla. No es necesario dedicarle tiempo extra.

Independientemente de lo que estés haciendo -comiendo, dándote un baño, estando bajo la ducha-, simplemente permanece atento. Pero ¿cuál es el problema? El problema es que lo hacemos todo con la mente, y estamos continuamente planeando el futuro. Puede que estés viajando en un tren, pero puede que tu mente esté planificando otros viajes, programando, organizando. Deja de hacer esto.

Un monje Zen, Bokuju, ha dicho: «Ésta es la única meditación que conozco. Cuando como, como. Cuando ando, ando. Y cuando tengo sueño, duermo. Lo que sucede, sucede. Nunca interfiere».

Eso es todo: no interfieras. Y cualquier cosa que suceda, deja que suceda: tú simplemente permanece ahí. Eso te dará capacidad de atención. Y cuando pones atención, esta técnica está al alcance de tu mano.

*Siempre que tu atención se pose, en ese mismo punto, experimenta.*

Experimentarás al que experimenta; volverás a ti mismo. Reverberarás en todas partes; serás reflejado en todas partes. Toda la existencia se volverá un espejo, te reflejarás en todas partes. Toda la existencia te reflejará, y sólo entonces te puedes conocer a ti mismo; nunca antes.

A no ser que toda la existencia se vuelva un espejo para ti, a no ser que cada parte de la existencia te revele, a no ser que toda relación te abra... Eres un fenómeno tan infinito, los espejos normales no servirán. Dentro eres una existencia tan inmensa, que a menos que la existencia entera se vuelva un espejo, no podrás tener un vislumbre. Sólo cuando todo el universo se vuelva un espejo serás reflejado. En ti existe lo divino...

Y la técnica para hacer que la existencia sea un espejo es ésta:

crea atención, ponte más alerta, y entonces, dondequiera que tu atención se pose -donde sea, en cualquier objeto que te poses-, de pronto experimentate a ti mismo. Esto es posible, pero ahora mismo es imposible, porque no satisfaces el requisito básico. Puedes mirar una flor, pero eso no es atención. Sólo estás corriendo cerca de la flor, dando vueltas y más vueltas. Has visto la flor mientras corrías; no has estado ahí ni un solo momento.

Entonces toda la vida se vuelve meditativa, *Siempre que tu atención se pose, en ese mismo punto, experimenta.* Simplemente recuérdate a ti mismo.

Hay una razón profunda por la que esta técnica puede ser útil. Puedes arrojar una pelota contra una pared, la pelota volverá. Cuando miras una flor o una cara, estás arrojando una cierta energía, tu mirada es energía. Y no eres consciente de que cuando miras, estás confiriendo energía, estás lanzando energía. Por eso te sientes agotado después de pasar el día observando la calle, la gente que pasa, los anuncios, el gentío, las tiendas. Mirándolo todo te cansas, y entonces quieres cerrar los ojos y relajarte. ¿Qué ha sucedido? ¿Por qué te sientes tan agotado? Estás lanzando energía.

Tanto Buda como Mahavira insistieron en que sus monjes no debían mirar demasiado; debían concentrarse en el suelo. Buda dice que sólo puedes mirar hasta un metro y medio delante de ti. No mires a ninguna parte; mira tan sólo el camino por el que estás yendo. Mirar metro y medio delante de ti es suficiente, porque cuando hayas avanzado metro y medio, estarás de nuevo mirando metro y medio delante de ti. No mires más que eso, porque no debes desperdiciar energías innecesariamente.

Cuando miras, estás lanzando una cierta cantidad de energía. Espera, permanece en silencio, deja que vuelva la energía. Y te sorprenderás. Si puedes dejar que vuelva la energía, nunca te sentirás agotado. Hazlo. Mañana por la mañana, pruébala. En silencio, mira algo. Permanece en silencio, no pienses en ello, y espera pacientemente un sólo momento, la energía volverá; de hecho, puede que te sientas revitalizado.

La gente me pregunta continuamente... Leo continuamente, así que me preguntan: «¿Por qué tus ojos aún están bien? Deberías haber necesitado gafas desde hace mucho tiempo».

Puedes leer, pero si lees silenciosamente sin ningún

pensamiento, la energía vuelve. Nunca se malgasta. Nunca te sientes cansado. Toda mi vida he estado leyendo doce horas al día, a veces incluso dieciocho horas al día, pero nunca he sentido ningún cansancio. Nunca he sentido nada en los ojos, ningún cansancio. Sin pensamientos, la energía vuelve; no hay barrera.

Y si estás ahí, la reabsorbes, y esta reabsorción es rejuvenecedora. En vez de sentirse cansados, tus ojos se sienten más relajados, más vitales, llenos de energía.

## Capítulo 52

### Entrar en Este Momento

#### Preguntas

*¿No son las estructuras filosóficas antimeditación?*

*¿Se pueden resolver problemas pensando?*

*Al mirar, ¿da igual el objeto?*

*¿Pueden encontrarse la ciencia y la religión?*

*¿Cómo superar la impaciencia?*

*Por favor, arroja más luz sobre la oscuridad.*

#### Primera pregunta:

*La otra noche dijiste que las filosofías son antimeditación. Pero, por otra parte, estás de acuerdo en que las filosofías orientales, como el tantra, el yoga y el Vedanta, son los escritos de sabios iluminados. ¿Por qué los sabios iluminados dejan la herencia de una fuerte estructura de contemplación filosófica si las filosofías son antimeditación?*

La filosofía no es *darshan*. *Darshan* es el término oriental. *Darshan* significa percepción; filosofía significa pensar. Herman

Hesse ha acuñado una palabra nueva para traducir *darshan* a las lenguas occidentales. Lo llama «filosía»: «sía» viene de ver.

Filosofía significa pensar, y *darshan* significa ver. Los dos son básicamente diferentes; no sólo diferentes, sino diametralmente opuestos, porque cuando estás pensando, no puedes ver. Estás tan lleno de pensamientos que la percepción se enturbia, la percepción se nubla. Cuando dejas de pensar, te vuelves capaz de ver. Entonces tienes los ojos abiertos; se despejan. La percepción sólo sucede cuando cesa el pensamiento.

Para Sócrates, Platón y Aristóteles, y toda la tradición occidental, pensar es la base. Para Kanad, Kapil, Patanjali, Buda y toda la tradición oriental, ver es la base. De modo que Buda no es un filósofo, en absoluto; ni tampoco Patanjali, ni Kapil o Kanad. No son filósofos: han visto la verdad; no han pensado sobre ella.

Recuerda bien que sólo piensas cuando no puedes ver. Si puedes ver, no hay razón para pensar. Pensar se hace siempre en la ignorancia. Pensar no es conocimiento, porque cuando sabes, no hay necesidad de pensar. Cuando no sabes, llenas ese hueco pensando. Pensar es moverse a ciegas. De modo que las filosofías orientales no son filosofías. Usar la palabra filosofía para el *darshan* oriental es absolutamente erróneo. *Darshan* significa ver, conseguir la visión, darse cuenta, saber... inmediatamente, directamente, sin la mediación de pensar y el pensamiento.

Pensar nunca puede llevar a lo desconocido.

¿Cómo va a llevar? Es imposible. Hay que comprender el proceso mismo de pensar. Cuando piensas, ¿qué haces realmente? Sigues repitiendo viejos pensamientos, recuerdos. Si te hago una pregunta -¿existe Dios?-, puedes pensar sobre ella. Repetirás todo lo que has oído, todo lo que has leído, todo lo que has acumulado acerca de Dios. Incluso si llegas a una conclusión nueva, su novedad será sólo aparente, no real. Será simplemente una combinación de viejos pensamientos. Puedes combinar muchos pensamientos viejos y crear una nueva estructura, pero esa estructura será aparentemente nueva, de ningún modo nueva.

Pensar nunca puede llevar a ninguna verdad original. Pensar nunca es original; no puede serlo. Siempre es del pasado, de lo viejo, de lo conocido. Pensar no puede tocar lo desconocido; se mueve repetitivamente en el círculo de lo conocido.



No conoces la verdad, no conoces a Dios. ¿Qué puedes hacer? Puedes pensar sobre ello. Te moverás en círculos, dando más y más vueltas. Nunca puedes llegar a ninguna experiencia de ello.

De modo que el énfasis no está en pensar, sino en ver. No puedes pensar acerca de Dios, pero puedes ver. No puedes llegar a ninguna conclusión acerca de Dios, pero puedes caer en la cuenta. Se puede volver una experiencia. No puedes llegar a ello mediante la información, mediante los conocimientos, mediante las Escrituras, mediante teorías y filosofías; no, no puedes llegar a ello. Sólo puedes llegar a ello si descartas todos los conocimientos. Todo lo que has oído y leído y acopiado, todo el polvo que ha recogido tu mente, todo el pasado, debe ser puesto de lado. Entonces tus ojos son nuevos, entonces tu consciencia está libre de nubes, y entonces puedes verlo.

Está aquí y ahora; tú eres el que está anubarrado. No tienes que ir a ninguna otra parte para encontrar lo divino o la verdad: está aquí. Está aquí mismo, donde estás. Y siempre ha sido así, sólo que tú estás lleno de nubes, tus ojos están cerrados. De modo que no es cuestión de pensar más; la cuestión es cómo alcanzar una consciencia no pensante. Por eso digo que la meditación y la filosofía son contrarias. La filosofía piensa, la meditación alcanza una consciencia no pensante. Y las filosofías orientales no son realmente filosofías. En Occidente, existe la filosofía; en Oriente, sólo las realizaciones religiosas.

Por supuesto, cuando sucede un Buda, cuando sucede un Kanad o un Patanjali, cuando alguien llega a realizar lo absoluto, habla de ello. Las enunciaciones que hace son diferentes de las enunciaciones aristotélicas, de las conclusiones filosóficas occidentales. La diferencia es ésta: un Kanad, un Buda, primero llega a la realización -la realización es lo primero- y luego hace enunciaciones sobre ella. La experiencia es lo primario, y luego la expresa. Aristóteles, Hegel y Kant piensan, y entonces, mediante el pensamiento y la argumentación y la dialéctica lógicas, llegan a conclusiones específicas. Esas conclusiones se alcanzan mediante el pensamiento, mediante la mente, no mediante alguna práctica de meditación. Entonces hacen aseveraciones, hacen enunciaciones. La fuente es diferente.

Para un Buda, sus enunciaciones son sólo un vehículo para comunicar. Él nunca dice que mediante su comunicación

alcanzarás la verdad. Si puedes entender a Buda, eso no significa que hayas alcanzado la verdad; significa simplemente que has acopiado conocimientos. Tendrás que pasar por meditaciones, éxtasis profundos, charcos profundos de la mente, y sólo entonces llegarás a la verdad.

De modo que la verdad se alcanza mediante una cierta experiencia existencial. Es existencial, *no* es mental. Debes cambiar para conocerla y para serla. Si sigues siendo el mismo y sigues acopiando información, te volverás un gran erudito, un filósofo, pero no serás un iluminado. Seguirás siendo el mismo hombre; no habrá habido ninguna mutación.

Por eso dije que la filosofía es una dimensión, y la meditación justo la contraria: la opuesta, la dimensión polarmente opuesta. Así que no pienses sobre la vida; más bien, vívela a fondo. Y no pienses acerca de problemas supremos; más bien, entra en este mismo momento en lo supremo. Y lo supremo no está en el futuro: está siempre aquí, intemporalmente aquí.

Otra persona ha hecho también una pregunta similar. Ha preguntado:

*¿Se pueden resolver problemas pensando?*

Sí, ciertos problemas se pueden resolver pensando, sólo los problemas que son creados por el pensamiento pueden ser resueltos por él. Pero ningún problema real puede ser resuelto con él; ningún problema vivido puede ser resuelto con él. No está creado por él; está en la vida misma. Pensar no servirá de mucho. Sólo en una cierta forma te puede ayudar el pensamiento, y es que pensando y pensando y pensando tropezarás *con* la verdad de que pensar es inútil. Y en el momento en que caes en la cuenta de que pensar es inútil para los problemas existenciales, eso te ayuda en cierto modo. Es pensando como tienes que llegar a esta realización.

Pero los problemas que se crean con el pensamiento pueden ser resueltos por el pensamiento mismo. Por ejemplo, un problema matemático, puede resolverse pensando, porque todas las matemáticas son creadas por el pensamiento. Por ejemplo, si no hay ningún hombre en la Tierra, ¿habrá matemáticas? No habrá matemáticas. Con la desaparición de la mente humana,

desaparecerán las matemáticas. No hay matemáticas en la vida y la existencia. En el jardín, hay árboles, pero cuando cuentas «uno, dos, tres», no hay tres árboles, porque el «tres» es una cosa mental. Los árboles existen, pero las cifras no existen. La cifra «tres» está en tu mente. Si tú no estás, los árboles estarán ahí, pero no tres árboles, sino sólo árboles. El tres es una cualidad dada por la mente, es una cualidad proyectada.

La mente crea las matemáticas, de modo que cualquier problema de las matemáticas será resuelto por la mente, será resuelto pensando. Recuerda: no puedes resolver un problema matemático sin pensar. Ninguna meditación servirá de algo, porque la meditación disolverá la mente, y con la mente se disolverán todas las matemáticas. De modo que hay problemas que son creados por la mente; pueden ser resueltos. Pero hay problemas que no son creados por la mente, sino que son existenciales. Esos problemas no pueden ser resueltos por la mente. Tendrás que entrar en lo profundo de la existencia misma.

Por ejemplo, el amor. Es un problema existencial. No puedes resolverlo pensando; antes bien, te aturdirás más. Cuanto más pienses, menos estarás en contacto con la fuente del problema. La meditación ayudará. Te dará comprensión, te llevará a las raíces inconscientes del problema. Si piensas acerca de él, permanecerás en la superficie.

Así que recuerda, los problemas vitales no pueden resolverse pensando. Por el contrario, a decir verdad, al pensar demasiado estás errando todas las soluciones, y se crean más problemas. Por ejemplo, la muerte. La muerte no es un problema creado por el pensamiento; no puedes resolverlo pensando. Pienses lo que pienses, ¿cómo vas a poder resolverlo? Puede consolarte, y puedes pensar que el consuelo es una solución; no lo es. Puedes engañarte a ti mismo; eso es posible pensando. Puedes crear explicaciones, y mediante las explicaciones puedes pensar que lo has resuelto. Puedes escaparte del problema pensando, pero no puedes resolverlo. Y ver claramente la distinción.

Por ejemplo, la muerte está ahí. Tu amada muere, o tu amigo, o tu hija, la muerte está ahí. ¿Qué puedes hacer ahora? Puedes pensar sobre ella. Puedes pensar y puedes decir que el alma es inmortal..., porque lo has leído. En los Upanishads se dice que el alma es inmortal, que sólo muere el cuerpo. Tú no lo sabes en

absoluto. Si realmente lo sabes, no hay problema, ¿o hay un problema? Si realmente sabes que el alma es inmortal, entonces la muerte no ha ocurrido; no hay ningún problema, en absoluto. Pero ahí está el problema, la muerte ha ocurrido, y estás turbado y muy triste. Ahora quieres huir de esta tristeza, ahora quieres olvidar esta tristeza de alguna forma.

Puedes tomar la explicación de que el alma es inmortal, ahora, esto es un truco. No es que el alma no sea inmortal -no estoy diciendo eso-, pero para ti esto es un truco. Estás intentando engañarte a ti mismo. Estás triste, y ahora quieres escaparte de esta tristeza, así es que esta explicación será útil. Ahora puedes consolarte a ti mismo con que el alma es inmortal, nadie muere, sólo el cuerpo, igual que si uno se cambia de ropa, o cambia de morada, de modo que el alma ha ido de una casa a otra. Puedes seguir pensando, pero no sabes nada respecto a ello. Has leído, has acopiado información; pero mediante esas explicaciones estarás a gusto. Puedes olvidarte de la muerte.

En realidad, esto no es una solución al problema. No se ha resuelto nada. Al día siguiente morirá otra persona y se presentará el mismo problema. Volverá a morir alguien y se presentará el mismo problema. Y en el fondo sabes que tendrás que morir. No puedes escaparte de la muerte..., y tienes miedo. Pero puedes seguir posponiendo, y puedes seguir escapándote mediante explicaciones. Esto no servirá.

La muerte es un problema existencial. No puedes resolverlo pensando. Sólo puedes crear soluciones falsas. ¿Qué hacer entonces? Entonces hay otra dimensión: la dimensión de la meditación, no del pensamiento, no de la «mentación». Simplemente te enfrentas a la situación. La muerte ha ocurrido. Tu ser querido está muerto. No empieces a pensar, no impliques a los Upanishads y el Gita y la Biblia. No preguntes a los Cristos y los Budas. Déjalos en paz.

La muerte está ahí, afróntala, hazle frente. Permanece totalmente en esta situación. No piensas en ella, ¿qué puedes pensar? Sólo puedes repetir viejas tonterías. La muerte es un fenómeno tan nuevo, tan desconocido, que tus conocimientos no te van a ayudar en modo alguno. Así que deja de lado tu mente, permanece en una meditación profunda con la muerte.

No hagas nada, porque ¿qué puedes hacer que sirva para algo?

No sabes. Así que sé ignorante. No traigas conocimientos falsos, conocimientos prestados. La muerte está ahí, permanece con ella. Afronta la muerte estando totalmente presente. No te vayas al pensamiento, porque entonces te estás escapando de la situación, te estás yendo de aquí. No pienses. Estate presente con la muerte.

Habrà tristeza, habrá aflicción, habrá una carga pesada sobre ti, deja que la haya. Forma parte de la vida, y parte de la madurez, y parte de la realización suprema. Permanece con ella, totalmente presente. Esto será meditación, y alcanzarás una comprensión profunda de la muerte. Entonces la muerte misma se vuelve vida eterna.

Pero no introduces la mente y los conocimientos. Permanece con la muerte; entonces la muerte se revelará a ti, entonces sabrás qué es la muerte. Entrarás en sus mansiones internas. Entonces la muerte te llevará al centro mismo de la vida; porque la muerte es el centro mismo de la vida. No está contra la vida; es el proceso mismo de la vida.

Pero la mente introduce la contradicción de que la vida y la muerte son opuestas. Entonces sigues pensando, y como la raíz es falsa, como la oposición es falsa, nunca puedes llegar a ninguna conclusión que pueda ser verdadera y real.

Siempre que haya un problema vivido, permanece con el problema sin tu mente -eso es lo quiero decir con meditación-, y simplemente estar ahí con el problema lo resolverá. Y si realmente has estado ahí, la muerte no volverá a ocurrirte, porque entonces sabes qué es la muerte.

Nunca hacemos esto: nunca con el amor, nunca con la muerte, nunca con nada que es auténticamente real. Siempre nos vamos a los pensamientos, y los pensamientos son los falsificadores. Son prestados, no son tuyos propios. No pueden liberarte. Sólo la verdad que sea tuya propia puede convertirse en tu liberación. Y sólo puedes llegar a tu propia verdad mediante una presencia muy silenciosa. Con cualquier problema, eso falla. Pensar no resolverá los problemas reales, pero pensar puede resolver problemas ¡reales creados por el pensamiento mismo, porque esos problemas siguen las reglas de la lógica. La vida no sigue las reglas de la lógica. La vida tiene sus propias leyes ocultas y no puedes imponerles la lógica.

Una cosa más respecto a esto, siempre que introduces la mente, la mente disecciona, analiza. La realidad es una, y la mente siempre divide. Y cuando has dividido una realidad, la has falsificado. Ahora puedes esforzarte toda tu vida, no lograrás nada, porque, básicamente, la realidad era una, y la mente la dividió en dos, y ahora estás operando con la división.

Por ejemplo, como estaba creciendo, la vida y la muerte son una, pero para la mente son dos y la muerte es la enemiga de la vida. No lo es, porque la vida no puede existir sin la muerte. Si la vida no puede existir sin la muerte, ¿cómo va a ser la muerte la enemiga? Es la situación básica. Hace posible la vida. La vida crece de ella; es el alma. Sin ella, la vida es imposible. Pero la mente, pensando, la divide y la sitúa como un polo opuesto. Entontes puedes seguir pensando sobre ella. Todo lo que pienses será falso, porque al principio has cometido un pecado: el pecado de la división.

Cuando meditas, la división desaparece. Cuando meditas, no puede haber divisiones, porque ¿cómo vas a dividir en silencio.

Estamos aquí. Todo el mundo está pensando una cosa u otra en su propia mente; entonces somos diferentes, todo el mundo es diferente, porque tu pensamiento es tuyo, y mi pensamiento es mío. En mi mente tengo mis propios sueños, y tú tienes los tuyos. Hay muchos individuos aquí, pero si todos estamos meditando -ni tú estás pensando, ni yo estoy pensando; el pensamiento ha cesado-, entonces no habrá tantos individuos. En realidad, no habrá individuos en absoluto. Si todos estamos meditando, entonces han desaparecido las limitaciones.

Cuando yo estoy meditando y tú estás meditando, no hay dos personas, no puede haberlas, porque dos silencios se hacen uno. No pueden ser dos, porque ¿cómo vas a delimitar un silencio de otro silencio? No puedes delimitar. Puedes delimitar un pensamiento de otro, una mente de otra, pero dos silencios son simplemente uno, igual que dos ceros. Dos ceros no son dos; dos ceros son uno. Puedes poner mil ceros, pero son uno.

La meditación está creando un cero dentro, todas las limitaciones, todas las divisiones desaparecen. Y eso te da el ojo real, el tercer ojo, *darshan*. Ahora tienes el ojo real para ver. Para esos ojos reales, la realidad es clara, está abierta, revelada. Y con la realidad revelada no hay problemas.

### **Tercera pregunta:**

*¿Qué diferencia hay entre mirar un cielo abierto claro, mirar la foto de un maestro iluminado y mirar la oscuridad?*

La técnica de mirar no está realmente interesada en el objeto; lo que le interesa es el mirar mismo. Porque cuando miras fijamente sin pestañear, te centras, y la naturaleza de la mente es estar constantemente moviéndose. Si realmente miras, sin moverte en absoluto, la mente estará en dificultades.

La naturaleza de la mente es ir de un objeto a otro, moverse constantemente. Si estás mirando la oscuridad o una luz o alguna otra cosa, si realmente estás mirando, el movimiento de la mente cesa. Porque si la mente sigue moviéndose, no estarás mirando; seguirás perdiéndote del objeto.

Cuando la mente se haya ido a alguna otra parte, te olvidarás; no podrás recordar lo que estabas mirando. El objeto estará ahí físicamente, pero para ti habrá desaparecido, porque tú no estás ahí; te has ido al pensamiento.

Mirar, *tratak*, significa no dejar que se mueva tu consciencia. Y cuando no estás dejando que se mueva la mente, al principio de esta lucha, lucha con fuerza, pero si continúas con la práctica de mirar, a la larga la mente pierde la lucha. Se para durante momentos. Y cuando la mente se para, no hay mente, porque la mente sólo puede existir en movimiento, el pensamiento sólo existir en movimiento. Cuando no hay movimiento, el pensamiento desaparece, no puedes pensar, porque pensar significa movimiento, ir de un pensamiento a otro. Es un proceso.

Si miras algo continuamente, con completa consciencia y alerta... Porque puedes mirar con ojos muertos: entonces puedes seguir pensando. Sólo ojos, ojos muertos, sin mirar..., sólo mirando con ojos de muerto, pero tu mente se estará moviendo. Eso no servirá para nada. Mirar significa no sólo tus ojos, sino la totalidad de tu mente enfocada a través de los ojos.

De modo que sea cual sea el objeto... Depende, si te gusta la luz, está bien. Si te gusta la oscuridad, bien. Sea cual sea el objeto, si miras profundamente, es irrelevante. La cuestión es inmovilizar completamente la mente en tu mirada, enfocarla, para

que cese el movimiento interno, el desasosiego; que cese la fluctuación interna. Simplemente estás mirando, sin hacer nada. Esa mirada profunda te cambiará completamente. Se volverá una meditación.

Y esto es bueno; puedes probarlo. Pero recuerda que tus ojos y tu consciencia deberían unirse en el enfoque. Debes estar mirando realmente por los ojos; no debes estar ausente. Tu presencia es necesaria; totalmente presente. Entonces no puedes pensar, entonces el pensamiento es imposible. Sólo hay un peligro: puede que pierdas el sentido, puede que te quedes dormido. Incluso con los ojos abiertos es posible que te duermas. Entonces tu mirada se volverá pétrea.

Al principio, el primer problema será que mirarás pero no estarás presente. Ésta es la primera barrera. Tu mente se moverá. Tus ojos no estarán fijos, tu mente estará moviéndose, no habrá un encuentro de los ojos y la mente. Ésta será la primera dificultad. Si la superas, la segunda dificultad será que al mirar sin movimiento, te dormirás. Entrarás en una autohipnosis, te hipnotizarás a ti mismo. Eso es natural, porque nuestra mente sólo conoce dos estados: o el movimiento constante o dormir. La mente sólo conoce dos estado naturalmente, el movimiento constante -pensar- o quedarse dormido. Y la meditación es un tercer estado.

El tercer estado, la meditación, significa que tu mente está tan silenciosa como cuando duermes profundamente, y tan alerta y consciente como cuando piensas ambas cosas deben estar presentes. Debes estar alerta, completamente alerta, y tan silencioso como si estuvieras profundamente dormido. De modo que los *Yoga Swras* de Patanjali dicen que la meditación es una especie de dormir profundo, con sólo una diferencia que estás alerta. Patanjali equipara el *sashtipti* y el *samadhi*, el dormir profundo y la meditación suprema. La diferencia es sólo que en el dormir profundo no estás consciente, y en la meditación estás consciente, pero la cualidad de ambos es el silencio profundo, silencio sin fluctuaciones, incommovible, silencio sin alteraciones.

Al principio puede que suceda que mirando te quedes dormido. De modo que si ya eres capaz de enfocar tu mente, y la mente no se está moviendo, entonces permanece alerta, no te duermas. Porque si te quedas dormido, has caído en el abismo, el foso.



Justo entre estos dos fosos -el pensamiento constante y dormir- está el estrecho puente de la meditación.

#### **Cuarta pregunta:**

*Has dicho que la ciencia experimenta con lo objetivo, y la religión con lo subjetivo. Pero ahora hay una nueva ciencia creciente: la psicología, o más exactamente, la psicología profunda, que es tanto subjetiva como objetiva. De modo que la ciencia y la religión se encuentran en la psicología profunda.*

No pueden encontrarse. La psicología profunda, o el estudio de los fenómenos psíquicos, también es objetiva. Y, el método de la psicología profunda es el método de la ciencia objetiva.

Intenta ver la distinción. Por ejemplo, puedes estudiar meditación de manera científica. Puedes observar a alguien que esté meditando, pero entonces, esto se ha vuelto objetivo para ti. Tú meditas y yo observo. Puedo traer todos los instrumentos científicos para observar qué te está sucediendo, qué está sucediendo dentro de ti, pero el estudio sigue siendo objetivo. Yo estoy fuera. Yo no estoy meditando. Tú estás meditando; eres un objeto para mí.

Entonces yo trato de comprender qué te está sucediendo. Incluso mediante instrumentos se pueden saber muchas cosas *sobre* ti, pero eso seguirá siendo objetivo y científico. De modo que, en realidad, lo que estoy estudiando no es lo que te está sucediendo realmente, sino los efectos que tu cuerpo está registrando.

No puedes penetrar en un buda, en lo que le está sucediendo, porque, en realidad, no está sucediendo nada. El centro más profundo de un iluminado es la nada. No está sucediendo nada allí. Y si no está sucediendo nada, ¿cómo vas a poder estudiarlo? Puedes estudiar algo. Puedes estudiar las ondas alfa; lo que le está sucediendo a la mente, al cuerpo, a la química, lo puedes comprender. Pero, en realidad, cuando alguien se ilumina, no está pasando nada en lo más hondo. Todo acaecimiento ha cesado.

Esto es lo que se quiere decir: el mundo ha cesado. Ya no hay *sansara*, ningún acaecimiento. Es como si no fuera. Por eso dice Buda: «Ahora me he vuelto un *no-forma*, no-ser. No hay nadie

dentro de mí. Soy sólo un vacío. La llama ha desaparecido, y la casa está desocupada». No está sucediendo nada. ¿Qué puedes registrar respecto a ello? Y como mucho puedes registrar que no está sucediendo nada. Si sucede algo, puede ser registrado objetivamente.

El método de la ciencia sigue siendo objetivo, y la ciencia tiene mucho miedo a lo subjetivo, por muchas razones. La ciencia y la mente científica no pueden creer en lo subjetivo, porque, en primer lugar, es privado e individual y nadie puede entrar en ello. No puede hacerse público y colectivo, y a no ser que algo sea público y colectivo, no se puede decir nada sobre ello. Puede que la persona que está diciendo esté engañada, o puede que esté engañando a los demás. Puede que sea un mentiroso, o puede que sea simplemente un iluso, no un mentiroso. Puede que esté pensando y creyendo que esto le ha sucedido, y puede que esto sea una falsa ilusión, un autoengaño.

De modo que para la ciencia la verdad debe ser objetiva. Otros deben poder participar en ella, para que podamos juzgar si está sucediendo o no. En segundo lugar, tiene que poder repetirse; debe ser repetible. Si calentamos agua, se evapora al llegar a cierto grado, debe ser repetible. De manera que repetimos y repetimos y se evapora una y otra vez al llegar a cierto grado. Si se evapora sólo una vez a los cien grados y no vuelve a hacerlo, o a veces a los noventa y otras veces a los ochenta, no puede volverse un hecho científico. Debe ser repetible, y se debería llegar a la misma conclusión mediante muchos experimentos repetidos.

Pero la realización subjetiva no es repetible; ni siquiera es previsible. Y no puedes requerirla; sucede. No puedes forzarla. Puede que logres una meditación profunda, puede que tengas una experiencia cumbre muy viva, pero si alguien dice: «Repítela aquí», puede que no seas capaz de repetirla. Por el contrario, como alguien dice esto y tú haces un esfuerzo por repetirla, puede que el esfuerzo mismo se convierta en la barrera. Puede que incluso la presencia de observadores sea perturbadora. Puede que no seas capaz de repetirla.

La ciencia requiere experimentos objetivos, repetibles. Y la psicología, si quiere ser una ciencia, debe seguir las reglas científicas. La religión es subjetiva. No le interesa probar ningún hecho; más bien, lo que le interesa es llegar a una experiencia

individual de ello. Y lo más profundo debe permanecer individual, y lo supremo debe permanecer privado; no puede hacerse colectivo. Porque, a no ser que todo el mundo alcance el estado de un iluminado, no puede hacerse colectivo. Tienes que desarrollarte para lograrlo.

De modo que la ciencia y la religión no pueden encontrarse realmente, porque sus enfoques son diferentes. La religión es absolutamente privada, la incumbencia del individuo consigo mismo. Debido a esto, los países que en el pasado han sido más religiosos que los demás, han seguido siendo individualistas. Por ejemplo, India. India es individualista. A veces, parece incluso egoísta. Todo el mundo se ocupa de sí mismo, su propio crecimiento, su propia iluminación; no se ocupa de los demás, es indiferente a los demás, indiferente a la sociedad, las condiciones sociales, la pobreza, la esclavitud. Todo el mundo se ocupa de sí mismo, en crecer hasta la cima suprema. Eso también parece egoísta.

Los países occidentales son más socialistas, menos individualistas. Por eso, el concepto mismo del comunismo fue imposible con la mente india. Hemos dado un Buda y un Patanjali, pero no podemos dar un Marx. Ha venido de Occidente, donde la sociedad, la colectividad, es más importante que el individuo; donde la ciencia es más importante que la religión; donde lo que sucede objetivamente es más importante que lo que sucede en tu absoluta intimidad. Lo que sucede en la intimidad es como un sueño para Occidente.

Observa esto, lo que sucede públicamente nosotros lo hemos llamado *maya*, ilusión. Shankara dice que el mundo entero es ilusión; sólo lo que sucede en lo más hondo de ti, lo supremo, el *Brahma* que sucede ahí, es real, y todo lo demás es irreal. La actitud científica occidental es justo la opuesta: lo que sucede dentro de ti es ilusorio; lo real es lo que sucede fuera. La realidad está fuera, el mundo de ensueño está dentro.

Éstas son las dos actitudes..., tan diferentes, con un enfoque tan diametralmente opuesto, que no puede haber ningún encuentro. Tampoco es necesario. Sus dimensiones son diferentes, sus esferas son diferentes. Nunca se invaden mutuamente; no hay ningún conflicto en absoluto. Y no hay necesidad de que haya ningún conflicto. La ciencia se ocupa del mundo objetivo, la religión se

ocupa del mundo individual, subjetivo. Nunca se cruzan. No puede haber ningún conflicto.

Y, para mí, cuando te estés ocupando del mundo externo, hazlo con una actitud científica. Cuando te estés ocupando de ti mismo, hazlo con una actitud religiosa. Y no crees ningún conflicto; no es necesario. No llesves la ciencia al mundo interno y no llesves la religión al mundo externo.

Si llesvas la religión al mundo externo, crearás caos. En India lo hemos creado: es un desbarajuste. Si llesvas una actitud científica a lo interno, crearás locura: Occidente la ha creado. Ahora Occidente está completamente neurótico. Y los dos han cometido el mismo error. No confundas las dos cosas, y no trates de unir lo externo a lo interno, o lo interno a lo externo. Deja que lo subjetivo sea subjetivo y deja que lo objetivo sea lo objetivo. Cuando vayas hacia fuera, sé científico y objetivo, y cuando vayas hacia dentro, sé religioso y subjetivo.

No hay necesidad de crear ningún conflicto. No hay ninguno. El conflicto sólo surge porque queremos imponer una actitud en los dos ámbitos. Queremos ser o totalmente científicos, o totalmente religiosos; eso es un error. Con lo objetivo, el enfoque subjetivo será falso, peligroso, perjudicial; y viceversa.

### **Quinta pregunta:**

*Has hablado acerca de muchos métodos y técnicas. El anhelo de tener éxito en ellos es muy grande. ¿Cómo podemos superar nuestra gran impaciencia?*

Hay que recordar dos cosas. Una: la espiritualidad no puede ser un resultado del deseo, porque el deseo es la causa básica de toda nuestra ansiedad y angustia. Y no puedes dirigir tus deseos al ámbito espiritual. Pero sucede, es natural, porque sólo conocemos un movimiento: el del deseo. Deseamos las cosas del mundo. Alguien desea riqueza, alguien desea fama, alguien desea prestigio y poder, o alguna otra cosa. Deseamos cosas del mundo, y mediante este deseo nos frustramos.

Estamos abocados a estar frustrados; es irrelevante que un deseo se cumpla o no. Si no se cumple, obviamente estaremos frustrados. Si se cumple, también entonces estaremos frustrados,

porque siempre que un deseo se cumple, se cumple el deseo, pero la esperanza, lo que prometía, no se cumple. Puedes conseguir toda la riqueza que desees, pero la riqueza no era lo que deseabas realmente, deseabas otra cosa a través de ella: eso nunca se cumple.

Puedes conseguir riqueza, pero la esperanza que subsistía -el sueño de felicidad, de dicha, de una vida extática- no se cumple. Si no consigues la riqueza, te sentirás frustrado. Si consigues la riqueza, entonces también te sentirás frustrado, porque lo que prometía no se ha cumplido, el sueño no se ha cumplido. Todo está ahí. Los medios están ahí, y el fin se ha escabullido. El fin siempre es escurridizo.

A través del deseo uno llega a la frustración profunda. Cuando ocurre esta frustración, empiezas a buscar algo absolutamente distinto de este mundo: nace el anhelo religioso, una ansia religiosa..., pero otra vez empiezas a desear. Te impacientas; quieres lograr esto y aquello. La mente no ha cambiado. El objeto del deseo es diferente: era la riqueza, ahora es la meditación. Era poder y prestigio, ahora es silencio y paz. Antes era algo, ahora es otra cosa. Pero la mente, el mecanismo, el funcionamiento mismo de tu ser, es el mismo. Deseabas A, ahora deseas B, pero el deseo sigue ahí.

Y el problema es desear, no lo que desees; eso no es el problema. Lo que desees no es el problema: el problema es *que desees*. Ahora estás deseando de nuevo, y volverás a estar frustrado. Si lo consigues, estarás frustrado. Si no lo consigues, estarás frustrado. Te sucederá lo mismo, porque no lo has entendido, lo has entendido mal.

No puedes desear la meditación, porque la meditación sólo sucede cuando no hay deseo. No puedes desear la liberación, el *nirvana*, porque sólo sucede en un estado sin deseos. No puede hacerse un objeto del deseo. De modo que, para mí, y para todos los que saben, desear es el mundo. No que desees cosas mundanas: desear, el fenómeno mismo de desear, es el mundo.

Y cuando desees, tendrá que haber impaciencia, porque la mente no quiere esperar, la mente no quiere aplazar. Es impaciente. La impaciencia es la sombra del deseo. Cuanto más intenso es el deseo, más impaciencia habrá. Y la impaciencia creará ansiedad. Así que ¿cómo conseguirás la meditación? El

deseo creará el movimiento de la mente, y entonces desear creará impaciencia, y la impaciencia te llevará a más ansiedades.

De modo que sucede, y lo observo a diario, que una persona que estaba llevando una vida muy mundana, normalmente no estaba tan ansiosa. Cuando empieza a meditar, o a buscar la dimensión religiosa, se inquieta más, más que nunca. La razón es que ahora tiene un deseo aun más acuciante, más impaciencia. Y con las cosas mundanas, las cosas eran tan reales y objetivas que podía esperar a tenerlas. Siempre estaban a su alcance. Ahora, en el mundo espiritual las cosas son tan escurridizas, tan distantes, que nunca parecen estar al alcance. La vida parece muy corta, y ahora el objeto del deseo parece ser infinito: hay más impaciencia, y luego más ansiedad. Y con una mente ansiosa, ¿cómo vas a meditar?

Así es que éste es el enigma. Trata de comprenderlo. Si realmente estás frustrado y has llegado a sentir que todo lo que está fuera es vano -el dinero o el sexo o el poder o el prestigio, simplemente vano-, si has llegado a esta realización, entonces también es necesaria una realización más profunda. Si estas cosas son vanas, entonces desear es aún más vano: deseas y deseas y no sucede nada..., y tu deseo crea la desdicha.

Observa el hecho de que desear crea desdicha. Si no deseas, no hay desdicha. ¡Así que deja de desear! Y no crees un nuevo deseo; simplemente deja de desear. No crees un deseo espiritual. No digas: «Ahora voy a buscar a Dios. Ahora voy a encontrar esto y aquello. Ahora voy a percibir la verdad». No crees un nuevo deseo. Si lo creas, eso muestra que no has comprendido tu desdicha.

Mira la desdicha que crea el deseo. Siente que el deseo es desdicha y deshazte de él. No es necesario ningún esfuerzo para deshacerse de él. Recuerda: si haces un esfuerzo, crearás otro deseo. Por eso necesitas algún otro deseo; porque entonces puedes dejarlo. Si hay otro deseo, puedes aferrarte a él. Puedes aferrarte al nuevo deseo y puedes dejar el viejo. Dejar el viejo es fácil si se puede ganar alguno nuevo; pero entonces no estás entendiendo nada. Simplemente deja el deseo porque es desdicha, y no crees un nuevo deseo.

Entonces no habrá impaciencia. Entonces, en realidad, no hay que practicar la meditación; empezará a sucederte, porque una

mente sin deseos está en meditación. Entonces puedes jugar con estas técnicas. Y digo jugar... Entonces puedes jugar con estas técnicas; no hay práctica. «Práctica» no es una buena palabra; la palabra misma es errónea. Entonces puedes jugar con estas técnicas, y puedes disfrutar jugando, porque no hay ningún deseo de lograr algo y no hay ninguna impaciencia por llegar a alguna parte.

Puedes jugar, y mediante el juego, cuando la meditación es un juego, todo es posible. Y todo es posible inmediatamente, porque no estás ansioso, no estás impaciente, no tienes ninguna prisa, no estás yendo a ninguna parte, llegando a ninguna parte. Estás aquí y ahora. Si sucede la meditación, bien. Si no sucede, también está bien. No te pasa nada malo, porque no hay deseo, no hay expectativa, no hay futuro. Y recuerda: cuando la meditación o la no-meditación son semejantes para ti, te ha sucedido la meditación. Has llegado. Ahora ha llegado el objetivo; lo supremo ha descendido a ti. Esto parecerá extraño: que diga que no hagas una práctica de la meditación, sino que hagas de ella un juego, una diversión. Disfruta cuando estés haciéndola, no por ningún resultado.

Pero nuestras mentes son muy serias, extremadamente serias. Incluso si jugamos, hacemos de ello algo serio. Lo convertimos en un trabajo, una obligación. Juega como los niños pequeños. Juega con las técnicas de meditación, y entonces mucho más es posible mediante ellas. No te las tomes en serio; tómatelas como una diversión. Pero nos lo tomamos todo en serio. Incluso si estamos jugando, nos lo tomamos en serio. Y con la religión siempre hemos sido muy serios. La religión nunca ha sido divertida; por eso la Tierra ha permanecido irreligiosa. La religión debe volverse una diversión y una festividad, una celebración: una celebración del momento, disfrutando todo lo que se esté haciendo; disfrutándolo tanto y tan profundamente que la mente cese.

Si realmente me comprendes, estas ciento doce técnicas te mostrarán que todo puede volverse una técnica; si realmente comprendes. Por eso hay ciento doce. Todo puede volverse una técnica si comprendes la cualidad de la mente que trae la meditación. Entonces, todo lo que puedas hacer se vuelve una técnica. Juega, celébralo, disfrútalo. Entra tan profundamente en ello que el tiempo cese.

Pero el tiempo no puede cesar si hay deseo. En realidad, el deseo es el tiempo. Cuando desees, es necesario el futuro, porque el deseo no puede ser satisfecho aquí y ahora. El deseo sólo puede ser satisfecho en algún punto futuro, de modo que necesitarás un futuro al que ir. Y entonces el tiempo te destruye. Te pierdes la eternidad. La eternidad está aquí.

Así que tómate la meditación como una diversión, una festividad, una celebración de cualquier cosa. Estás cavando en el jardín: se puede volver una técnica. Simplemente cava y disfruta y celebra el acto mismo. Vuélvete el acto y olvida al actor. El «yo» no está; sólo queda la acción, y estás presente en la acción, dichosamente presente. Entonces hay éxtasis, no impaciencia, ni deseo, ni motivación.

Si llevas motivación, deseo e impaciencia a la meditación, lo destruirás todo. Y entonces, cuanto más hagas, más frustrado te sentirás. Dirás: «Estoy haciendo mucho y no está sucediendo nada».

La gente viene a mí y dice: «Estoy haciendo tal y estoy haciendo cual, y durante tantos meses y durante tantos años, y no ha sucedido nada».

Estuvo aquí un buscador holandés, y hacía una determinada técnica trescientas veces al día. Y me dijo: «He estado haciendo esta técnica trescientas veces al día durante dos años. No ha habido ni un solo día que no la haya hecho. Lo he dejado todo, porque tengo que hacer esto trescientas veces al día..., y no ha sucedido nada». Y estaba al borde de un ataque de nervios, debido a la técnica.

Así que le dije: «Lo primero es dejar esto. Haz cualquier otra cosa, pero no hagas esto. Te volverás loco». Se lo tomaba extremadamente en serio.

Era un problema de vida o muerte para él. Tenía que lograrlo.

Y dijo: «¿Quién sabe cuántos días me quedan? Hay poco tiempo, y debo lograrlo en esta vida. No quiero volver a nacer. La vida es tal sufrimiento».

Volverá a nacer una y otra vez. De la manera en que lo está haciendo, se volverá cada vez más loco. Pero esto no está bien: toda esta actitud es errónea. Tómate la meditación como un juego, una diversión, disfrútala, y entonces la cualidad misma cambia. Entonces no es algo que estás haciendo como una causa



para conseguir algún efecto. No; lo estás disfrutando aquí y ahora. Es la causa y es el efecto; ambas cosas. Es el principio y es el fin.

Y entonces no puedes errar la meditación. No te la puedes perder, te sucederá, porque ahora estás listo para recibirla. Estás abierto. Nadie ha dicho que la meditación debería tomarse como una diversión, pero yo lo digo. Conviértela en un juego. Juega con ella como los niños pequeños.

### **Última pregunta:**

*El otro día dijiste que la oscuridad es más fundamental para la existencia; mientras que la mayoría de las religiones mantienen la posición contraria. ¿Podrías arrojar más luz sobre esta cuestión, en particular considerando lo que la ciencia moderna tiene que decir al respecto? ¿No dice que los últimos componentes divisibles de la materia son sólo energía eléctrica?*

De nuevo la misma división: luz y oscuridad. Son dos si las miras a través de la mente. Son una si meditas con ellas. Cuando meditas con la luz o con la oscuridad, da lo mismo. Si meditas, la otra se disuelve en ello. Entonces la luz no es otra cosa que menos oscuridad, y la oscuridad no es otra cosa que menos luz; la diferencia es de grado. No son dos cosas que se oponen mutuamente; más bien son dos grados de un solo fenómeno. Y ese fenómeno no es ni luz ni oscuridad. Eso de lo que estas dos son grados no es ni luz ni oscuridad..., o es ambas cosas. Puedes entrar en ello desde la luz, puedes entrar en ello desde la oscuridad.

Muchas religiones han usado la luz porque es más cómodo, más fácil. La oscuridad es difícil, más incómoda, y si tratas de entrar a través de la oscuridad, has elegido un camino arduo. Por eso muchas religiones han elegido la luz. Pero tú puedes elegir cualquiera de las dos; depende de ti. Si eres aventurero, valiente, elige la oscuridad. Si tienes miedo y no quieres seguir un camino arduo, elige la luz. Porque ambas pertenecen a un fenómeno que en un punto se presenta como luz, y en otro punto como oscuridad.

Por ejemplo, esta habitación está llena de luz. Pero no está

llena de la misma luz para todo el mundo, ¿o sí? Si mis ojos son débiles, entonces la luz no es tan clara como lo es para ti. Yo la veo un poco más oscura. Imagina que viene alguien de Marte o de otro planeta, que tiene ojos muy penetrantes. Entonces, donde tú ves luz, él verá mucha, luz, más luz que tú. Y donde tú ves oscuridad, él verá luz. Hay animales y pájaros que ven por la noche donde tú no puedes ver. Para ellos! es luz; para ti es oscuridad.

Así que ¿qué es la luz y qué es la oscuridad? Un solo fenómeno. Y cuánto puedas penetrar en él. Y cuánto pueda penetrar en ti..., de esa penetración depende si lo llamas luz u oscuridad. Estos polos opuestos parecen opuestos. No lo son; son grados relativos de un fenómeno. Así es que los científicos dicen que los últimos componentes divisibles de la materia son sólo energía eléctrica. Pero no dicen que sean luz; dicen energía eléctrica. La oscuridad también es energía eléctrica, y la luz también es energía eléctrica. Energía eléctrica no es sinónimo de luz. Si le das el nombre de energía eléctrica, entonces la luz es una expresión y la oscuridad es otra.

Pero no hay necesidad de entrar en una discusión científica sobre ello. Es inútil. Mejor, piensa en tu propia mente, en lo que te gusta. Si te sientes a gusto con la luz, entra mediante la luz. Ésa es tu puerta. Si te sientes a gusto con la oscuridad, entra mediante la oscuridad. Y ambas te llevarán a lo mismo.

Muchos métodos entre estos ciento doce tienen que ver con la luz; unos pocos tienen que ver con la oscuridad. Y Shiva está tratando de explicar todos los métodos posibles. No está hablando a tipos determinados; está hablando a todos los tipos. Pero hay pocas personas a las que les gustaría entrar mediante la oscuridad. Por ejemplo, una mente femenina, más pasiva, más receptiva, querrá entrar mediante la oscuridad; le resultará más aceptable. A una mente masculina le gustará más la luz.

Puede que no hayas observado el hecho de que muchos poetas del pasado y del presente, muchos filósofos, y muchos otros que han tenido una percepción profunda de la mente humana, siempre han comparado lo femenino con la oscuridad, y lo masculino con la luz. La luz es agresiva, un elemento masculino; la oscuridad es receptiva, un elemento femenino. La oscuridad es como un útero.

Así que depende: si te gusta la oscuridad, bien, entra por ella. Si te gusta la luz, entra por ella. A veces, incluso lo opuesto resulta atractivo. Puedes probar también eso. No hay peligro en probar nada, porque todo camino lleva a la misma meta.

Pero no sigas pensando en qué elegir. No pierdas el tiempo; mejor, prueba. Porque puedes seguir pensando eternamente sobre qué será adecuado, qué hacer y qué no hacer, y por qué tantas religiones han hecho hincapié en la luz, y tan pocas en la oscuridad. No te preocupes por esas cosas; no ayudan. Mejor, reflexiona sobre tu propio tipo, sobre qué será adecuado para ti, con qué te sentirás más cómodo, y entonces empieza con ello.

Y luego olvídate de los demás, porque ninguno de estos ciento doce métodos es para ti. Incluso si eliges un solo método, para ti es suficiente. No necesitas pasar por ciento doce métodos; un método bastará. Así que sé receptivo y consciente para poder detectar el método que es para ti. No necesitas preocuparte por todos los demás métodos; eso es innecesario. Elige uno, juega con él, y si te sientes bien y está sucediendo algo, entonces entra en él y olvídate de los otros ciento once. Si sientes que has elegido mal, entonces déjalo, elige otro, y juega con él. Si pruebas esto con cuatro o cinco o seis métodos, darás con el correcto. No seas serio: juega.

## Capítulo 53

### De la Muerte a la Inmortalidad

#### Los Sutras

**79** *Concéntrate en fuego ascendiendo por tu forma desde los dedos de los pies hasta que el cuerpo se haga cenizas, pero tú no.*

**80** *Medita con el mundo ficticio ardiendo hasta hacerse cenizas, y vuélvete un ser por encima de lo humano.*

**81** *Igual que, subjetivamente, las letras se unen formando palabras, e igual que, objetivamente, los círculos se unen formando mundos, y los mundos formando principios, descubre al fin que éstos confluyen en nuestro ser.*

Todos los iluminados, todas las religiones, están de acuerdo en una sola cosa. Sus desacuerdos son muchos, pero hay una concordancia entre todos, y es que el hombre, debido a su ego, está cerrado a la realidad. El ego es la única barrera, la sensación de que «yo soy». En este punto todos los Budas y los Cristos y los Krishnas están de acuerdo. Y como todos están de acuerdo, me parece que esto es lo básico en todo empeño religioso. Todo lo demás es accidental; esto es esencial: que estás imposibilitado debido a tu propio ego.

¿Qué es este ego? ¿En qué consiste? ¿Cómo surge? ¿Y por qué se vuelve tan importante?

Observa tu mente; porque no puedes entender el fenómeno del ego teóricamente; sólo puedes entenderlo existencialmente. Mira tu mente, obsérvala, y llegarás a un profundo entendimiento. Y si puedes entender qué es el ego, no hay problema; puede desecharse fácilmente. Más bien no hay necesidad de desecharlo. Si puedes entenderlo, el entendimiento mismo se vuelve el desechamiento, porque el ego se crea mediante tu falta de entendimiento, se crea mediante tu adormecimiento.

Si te pones alerta con respecto a él, si centras tu consciencia en él, desaparece. Desaparece: igual que cuando traes luz a una habitación y la oscuridad desaparece. Incluso si traes luz para mirar la oscuridad, para ver qué es la oscuridad..., si traes luz, desaparece. El ego existe porque nunca has estado alerta a tu existencia; es una sombra de tu falta de alerta. De modo que, en realidad, no hay necesidad de desecharlo. Si puedes mirarlo, se desecha por sí solo.

¿Qué es? ¿Has percibido algún momento en que no hay ego? Cuando estás silencioso, no hay ego. Cuando tu mente está agitada, parlanchina, inquieta, el ego está ahí. Cuando estás relajado, silencioso y calmado, no hay ego. Ahora mismo, si estás silencioso, ¿dónde está el ego? Tú estarás ahí, pero no la sensación del «yo». Y sucede justo lo contrario: si estás preocupado, en conflicto, ansioso, sientes un ego centrado dentro de ti. Cuando estás enfadado, acalorado, violento, agresivo, sientes un ego cristalizado dentro de ti. Cuando estás amoroso, compasivo, no está ahí.

Por eso no podemos amar, porque con el ego, el amor es

imposible. Por eso seguimos hablando tanto del amor, pero nunca amamos. Y lo que llamamos amor es más o menos sexo, no es amor; porque no puedes perder tu ego, y el amor no puede existir a menos que el ego haya desaparecido. El amor, la meditación, Dios..., todos ellos requieren una cosa: no debe haber ego. Por eso Jesús tiene razón cuando dice que Dios es amor, porque ambos fenómenos sólo suceden cuando no hay ego.

Si conoces el amor, no hay necesidad de conocer a Dios: ya lo has conocido. El amor es sólo otro nombre para lo mismo. Si conoces el amor, no hay necesidad de entrar en meditación: ya lo has hecho. El amor es sólo otro nombre para lo mismo. Se necesitan tantas técnicas de meditación, y tantos maestros, y se necesitan tantas escuelas de meditación, porque no hay amor. Si hay amor, no hay necesidad de practicar nada, porque ello ya ha sucedido. Y ello es la desaparición del ego.

Así que esto es lo primero que hay que comprender: siempre que estás silencioso, no hay ego. Y no creas en mí. No estoy hablando de una teoría; esto es un hecho. No necesitas aceptar mi opinión; puedes observarlo en ti mismo. Y no hay necesidad de aplazarlo para el futuro; ahora mismo puedes observar el hecho de que si estás silencioso, tú estás, pero sin ninguna limitación, sin ningún centro. Existes sin el centro; no hay un «yo» cristalizado. La presencia está ahí, la consciencia está ahí, pero no hay nadie que pueda decir «yo soy».

Cuando estás silencioso, no hay ego. Y cuando no estás silencioso, hay ego. De modo que el ego es la enfermedad, todas las enfermedades combinadas juntas; de ahí el énfasis en entregar el ego. El énfasis recae en entregar la enfermedad.

Segundo: si en silencio, aunque sea un solo momento, tienes el vislumbre de tu existencia sin ego, entonces puedes analizarla, y entonces puedes entrar en el fenómeno del ego, de lo que es. La mente es pasado acumulado. La mente nunca está aquí, nunca está ahora. Siempre es del pasado. Es una acumulación. La mente es recuerdo: todas las experiencias por las que has pasado, toda la información que has encontrado, todos los conocimientos que has acopiado, oído, escuchado, leído: eso se ha acumulado. La mente está constantemente acumulando.

La mente es el mayor acumulador; no deja de acumular. Sigue acumulando incluso mientras no estás consciente; la mente está

acumulando incluso mientras estás dormido. Puede que no seas consciente de ello. Mientras estás dormido, y hay ruido en la calle, la mente está acumulando. Te pueden hipnotizar por la mañana y te pueden preguntar sobre ello, y lo dirás todo, lo contarás todo: todo lo que la mente ha acumulado durante la noche. Incluso si has entrado en coma, o estás inconsciente, o te ha dado un ataque, la mente está acumulando.

La mente no necesita tu consciencia para acumular; sigue acumulando. Incluso mientras estabas en el útero de tu madre, la mente estaba acumulando. Y mediante la hipnosis se pueden despertar los recuerdos de tus días en el útero de tu madre. No recuerdas nada de tu nacimiento, pero la mente estaba acumulando. Todo lo que estaba pasando, la mente lo estaba acumulando. Y ahora se puede volver a despertar. Mediante la hipnosis se puede traer el recuerdo de nuevo a tu foco. Y millones de recuerdos están siendo acumulados: esta acumulación es la mente. El recuerdo es la mente.

¿Cómo se crea el yo, el ego? La consciencia está dentro de ti, y en torno a la consciencia están acumulados todos estos recuerdos en la periferia. Son útiles, y no puedes sobrevivir sin ellos, son necesarios, pero entonces sucede algo nuevo entre los dos, un epifenómeno.

La consciencia está dentro, tú estás dentro, sin el «yo». No hay «yo» dentro. Existes, sin un centro. En la periferia a cada momento se acumulan conocimientos, experiencias, recuerdos. Esto es la mente. Y siempre que miras el mundo, miras a través de la mente. Siempre que pasas por una experiencia nueva, miras a través de tus recuerdos, la interpretas a través de tus recuerdos. Miras todo a través de los recuerdos. El pasado se vuelve un mediador.

Mirando constantemente a través del pasado, te identificas con él; esa identificación es el ego. Permíteme que lo exprese de esta forma: la identificación de la consciencia con los recuerdos es el ego. Dices: «Soy hindú», o «Soy cristiano», o «Soy jaina». ¿Qué estás haciendo? Nadie nace cristiano, o hindú, o jaina; naces simplemente como ser humano. Luego te enseñan, luego te condicionan para que pienses que eres cristiano, o hindú, o jaina. Esto es un recuerdo. Te han enseñado que eres cristiano. Esto es un recuerdo, y ahora, siempre que miras a través de este recuer-

do, sientes: «Soy cristiano.»

Tu consciencia no es cristiana; no puede serlo. Es simplemente consciencia. Te han enseñado que eres cristiano. Esta enseñanza, está acumulada en la periferia. Ahora miras a través de esas gafas y el mundo entero está distorsionado. Esas gafas se han adherido demasiado y demasiado profundamente a ti, y nunca te separas de ellas, nunca las dejas de lado. Te has acostumbrado tanto a ellas que has olvidado que llevas gafas ante tus ojos. Entonces dices: «Soy cristiano.»

Cada vez que te identificas con cualquier memoria, cualquier conocimiento, cualquier experiencia, cualquier nombre y forma, nace ese «yo». Entonces eres joven, eres viejo, eres rico, eres pobre, eres guapo o no eres guapo, eres culto o no eres culto, eres respetado o no eres respetado... Entonces sigues identificándote con cosas que se acumulan en torno a ti y nace el ego. El ego es la identificación con la mente.

Por eso, cuando estás silencioso no hay ego, porque cuando estás silencioso la mente no está funcionando. Eso es lo que significa el silencio. Cuando la mente está funcionando, no estás silencioso. No puedes estarlo, el funcionamiento de la mente es el ruido interno, la charla, la charla constante dentro de ti. Cuando la charla cesa, o no existe, o la has trascendido, o has ido dentro de ti, has entrado en ti, hay silencio, y en ese silencio no hay ego.

Pero sólo sucede a veces, -y sólo por un momento- que estés silencioso. Por eso sientes que las situaciones en las que eso sucede son encantadoras. Empiezas a desear esas situaciones. Vas a una colina, y por la mañana miras el amanecer. De pronto tienes un arrebatado de alegría. Te sientes dichoso; desciende sobre ti una bienaventuranza.

## **DE LA MUERTE A LA INMORTALIDAD**

¿Qué ha sucedido en realidad? Debido a la mañana silenciosa, y al amanecer silencioso, y al verdor, y a la colina, de pronto ha cesado tu charla interna. El fenómeno es tan grandioso -tal belleza por todas partes, tal paz y tranquilidad que has parado por un momento. En esa parada has percibido un estado de no-ego; por un solo momento, por supuesto.

Esto puede suceder mediante muchas situaciones. Sucede en el

sexo, puede suceder con la música; con cualquier cosa que sea tan grandiosa que te sientas deslumbrado, que sientas que es superior a ti, y tu charla interna es puesta a un lado, es forzada a estar de lado; volverá. Siempre que estás sin ego, accidentalmente o mediante alguna práctica, sientes una dicha sutil que no has sentido antes.

La dicha no viene de fuera. No viene de las colinas o del amanecer o de las hermosas flores; no viene del acto sexual. No viene del exterior; el exterior sólo está creando una oportunidad. Viene de dentro. De modo que si repites la situación externa una y otra vez, no vendrá, porque te harás inmune a ella, te acostumbrarás a ella.

La misma colina y la misma mañana... Vuelves allí y no la sientes. Sientes que falta algo. Porque la primera vez fue tan nuevo que paró completamente tu mente. La admiración fue tan grande y el milagro fue tan nuevo que no pudiste continuar con la charla pasada. Cesó; cesó de puro asombro. Pero la siguiente vez que vas allí, lo conoces todo. No hay asombro, no hay misterio: la mente continúa. Esto sucede con todas las experiencias. En cualquier experiencia, si sientes alegría, se destruirá si la repites, porque entonces, en una experiencia repetida, no puedes dejar de lado la mente.

Así que lo segundo que hay que recordar es que la mente es acumulación. Tu consciencia está oculta detrás de este pasado acumulado, y tú estás identificado con él. Cada vez que dices: «Soy tal, soy cual», estás creando el ego.

Tercero: si entiendes esto, entonces el tercer punto no es difícil, y el tercer punto es que hay que usar la mente. No es necesario identificarse; puedes usarla como instrumento..., y es un instrumento. No hay necesidad de identificarse con ella. Permanece siempre por encima de ella.

Y, en realidad, siempre estás por encima de ella, porque estás aquí, ahora, siempre presente, y la mente siempre es el pasado. Siempre estás delante de ella. Está quedándose detrás de ti, es una sombra. Este mismo momento es nuevo; tu mente no puede tenerlo. Un momento después será absorbido en la memoria; entonces la mente puede tenerlo. Eres libre a cada instante.

Por eso Buda ha puesto tanto énfasis en el momento. Dice: «Permanece en el momento y no habrá mente.» Pero el momento



es muy atómico, es muy sutil; puedes perdértelo fácilmente. La mente siempre es el pasado -todo lo que has conocido-, y la realidad que está pasando ahora mismo no forma parte de la mente. Se volverá parte de la mente un momento después.

Si puedes ser consciente de la realidad aquí y ahora, permanecerás siempre más allá de la mente. Y si puedes permanecer más allá de la mente -siempre por encima, nunca enredado en ella; usándola, pero nunca involucrándote en ella; usándola como un instrumento, sin identificarte nunca con ella-, el ego desaparecerá. No tendrás ego, y cuando estás sin ego, no hay que hacer nada más. Entonces -todo lo demás te sucede. Te has vuelto vulnerable, te has abierto. Entonces te sucede toda la existencia, entonces todos los éxtasis son tuyos, entonces el sufrimiento es imposible.

El sufrimiento llega por el ego. La dicha llega por la puerta sin ego.

Ahora nos adentraremos en las técnicas, porque estas técnicas tienen que ver con no tener ego. Técnicas muy simples, pero si comprendes este trasfondo, entonces puedes hacerlas, y muchas cosas se hacen posibles mediante ellas.

## **79 Concéntrate en el fuego.**

Primera técnica referente al fuego: *Concéntrate en fuego ascendiendo por tu forma desde los dedos de los pies hasta que el cuerpo se haga cenizas, pero tú no.*

Una técnica muy simple y portentosa, muy fácil de hacer, pero antes hay que cumplir algunos requisitos básicos. A Buda le gustaba mucho esta técnica; inició a sus discípulos en esta técnica.

Siempre que alguien era iniciado por Buda, lo primero era esto: le decía que fuera al lugar de las cremaciones y que observara un cuerpo siendo quemado, un cadáver siendo quemado. No tenía que hacer nada en tres meses; sólo sentarse allí y observar. De modo que el buscador iba al lugar de las cremaciones del pueblo. Se quedaba allí tres meses, día y noche, y cuando traían un cadáver, se sentaba a meditar. Simplemente miraba el cadáver; entonces hacían el fuego y el cuerpo empezaba a arder. Y durante

tres meses esto es lo único que hacía continuamente: mirar cadáveres siendo quemados.

Buda decía: «No pienses en ello. Simplemente míralo.» Y es difícil no tropezar con el pensamiento de que tarde o temprano tu cuerpo será quemado. Tres meses es mucho tiempo, y continuamente, día y noche, siempre que hubiera un cuerpo que quemar, el buscador tenía que meditar. Tarde o temprano empezaba a ver su propio cuerpo en la pira. Empezaba a verse a sí mismo siendo quemado.

Será útil; si quieres hacer esta técnica, vete a un lugar de cremaciones. Mira..., no durante tres meses, pero al menos mira un cuerpo siendo quemado; obsérvalo. Entonces puedes hacer esta técnica fácilmente contigo mismo. No pienses: simplemente mira el fenómeno, observa lo que está sucediendo.

La gente va a quemar los cuerpos de sus parientes, pero nunca miran. Empiezan a hablar de otras cosas, o de la muerte; debaten y discuten. Hacen muchas cosas. Hablan de muchas cosas y cotillean, pero nunca miran. Debería ser una meditación. No se debería permitir hablar allí, porque es una experiencia poco común ver a alguien que amas siendo quemado. Tendrás que sentir que tú también estás ardiendo ahí. Si estás viendo arder a tu madre, o a tu padre, o a tu mujer, o a tu marido, estás abocado a verte también a ti mismo en llamas. Esa experiencia resultará útil para esta técnica.

Lo segundo: si tienes mucho miedo a la muerte, no puedes hacer esta técnica, porque el miedo mismo te protegerá. No puedes entrar en ello, o sólo puedes imaginar superficialmente, pero tu ser profundo no estará en ello. Entonces no te sucederá nada. Así que recuerda lo segundo: tengas miedo o no, la muerte es la única certeza. Da lo mismo que tengas miedo o no; es irrelevante. En la vida no hay nada seguro excepto la muerte. Todo es incierto; sólo la muerte no es accidental. Y observa la mente humana. Siempre hablamos de la muerte como si fuera un accidente. Siempre que muere alguien, decimos que su muerte es prematura. Siempre que muere alguien, empezamos a hablar como si hubiera sido un accidente. Sólo la muerte no es un accidente: *sólo* la muerte. Todo lo demás es accidental. La muerte es absolutamente inevitable. Tienes que morir.

Y cuando digo que tienes que morir, parece en el futuro, muy

lejos. No es así: ya has muerto. En el momento en que naciste, moriste. Con el nacimiento, la muerte se ha vuelto un fenómeno fijo. Una parte de ella ya ha sucedido: el nacimiento; ahora sólo tiene que suceder la parte segunda, posterior. De modo que ya estás muerto, medio muerto, porque una vez que uno nace, uno ha llegado al ámbito de la muerte, ha entrado en él. Ya nada puede cambiarlo, ya no hay forma de cambiarlo. Has entrado en él. Con el nacimiento estás medio muerto.

Lo segundo: la muerte no va a suceder al final; ya está sucediendo. Es un proceso. Igual que la vida es un proceso, la muerte es un proceso. Crea mas el ahora; pero la vida y la muerte son como tus dos pies, tus dos piernas. La vida y la muerte son un solo proceso. Estás muriendo a cada momento.

Permíteme que lo exprese de esta forma: cuando inspiras, es la vida, y cuando espiras, es la muerte. Lo primero que hace un niño es inspirar. Un niño no puede espirar. Lo primero es la inspiración. No puede espirar, porque no hay aire en su pecho; tiene que inspirar. El primer acto es la inspiración. Y el anciano, al morir, hará el último acto, que será la espiración. Al morir, no puedes inspirar, ¿o sí? Cuando te estás muriendo, no puedes inspirar. El último acto no puede ser la inspiración; el último acto será la espiración. El primer acto es la inspiración y el último es la espiración. La inspiración es el nacimiento y la espiración es la muerte. Pero estás haciendo ambas en todo momento: inspirando, espirando. La inspiración es vida; la espiración es muerte.

Puede que no lo hayas observado, pero intenta hacerlo. Cuando espiras, estás más en paz. Espira hondamente y sentirás una cierta paz dentro de ti. Cuando inspiras, te pones intenso, te pones tenso. La intensidad misma de la inspiración crea una tensión. Y el énfasis normal, corriente, se pone siempre en la inspiración. Si te digo que respires hondamente, empezarás siempre con la inspiración.

En realidad, nos da miedo espirar. Por eso la respiración se ha vuelto superficial. Nunca espiras; sigues inspirando. Sólo el cuerpo sigue espirando, porque el cuerpo no puede existir con la inspiración sola. Necesita ambas: la vida y la muerte.

Haz un experimento. Durante todo el día, siempre que te acuerdes, espira profundamente y no inspires. Deja que inspire el

cuerpo; tú simplemente espira hondamente. Y sentirás una paz profunda, porque la muerte es paz, la paz es silencio. Y si puedes prestar atención, más atención, a la espiración, te sentirás sin ego. Con la inspiración te sentirás más egoísta; con la espiración te sentirás más sin ego. Presta más atención a la respiración. Todo el día, siempre que te acuerdes, espira hondamente y no inspires. Deja que inspire el cuerpo; tú no hagas nada.

Este énfasis en la espiración te ayudará muchísimo a hacer este experimento, porque estarás dispuesto para morir. Esta disposición es necesaria; de lo contrario la técnica no servirá de mucho. Y sólo puedes estar dispuesto si has conocido la muerte en cierta manera. Espira hondamente y tendrás una muestra de ella. Es bella.

La muerte es bella, porque no hay nada como la muerte, tan silencioso, tan relajante, tan calmado, tan sereno. Pero la muerte nos da miedo. ¿Y por qué nos da miedo la muerte? ¿Por qué hay tanto miedo a la muerte? Le tenemos miedo a la muerte debido no a la muerte, sino a que no la conocemos. ¿Cómo puedes tener miedo a algo con lo que nunca te has topado? ¿Cómo puedes tener miedo a algo que no conoces? Al menos debes conocerlo para tenerle miedo. De modo que, en realidad, no le tienes miedo a la muerte; el miedo es a otra cosa. Nunca has vivido realmente: eso crea el miedo a la muerte.

El miedo llega porque no estás viviendo, así que tienes miedo: «Aún no he vivido, y si sucede la muerte, ¿entonces qué? Moriré insatisfecho, sin haber vivido.» El miedo a la muerte sólo les llega a los que no están realmente vivos. Si estás vivo, le darás la bienvenida a la muerte. Entonces no hay miedo. Has conocido la vida; ahora querrás conocer también la muerte. Pero le tenemos tanto miedo a la vida misma que no la hemos conocido, no hemos entrado hondamente en ella. Eso crea el miedo a la muerte.

Si quieres entrar en esta técnica, debes ser consciente de este miedo profundo. Y este miedo profundo debe ser descartado, purgado... Sólo entonces puedes entrar en la técnica. Esto ayudará: presta más atención a la espiración. Y, en realidad, si puedes poner toda tu atención en la espiración y olvidarte de la inspiración... No tengas miedo de morirte; no te morirás el cuerpo inspirará por sí solo. No necesitas interferir. Entonces una relajación muy profunda se extenderá por toda tu consciencia. Te

sentirás relajado todo el día, y se creará un silencio interno.

Puedes hacer que esta sensación sea más profunda si haces otro experimento. Durante sólo quince minutos al día, espira hondamente. Siéntate en una silla o en el suelo, espira profundamente, y mientras estés espirando, cierra los ojos. Cuando el aire salga tú entra. Y entonces deja que inspire el cuerpo; y cuando entre el aire, abre los ojos y sal. Es justo lo opuesto: cuando el aire sale, tú entras; cuando el aire entra, tú sales.

Cuando espiras, se crea espacio dentro, porque la respiración es vida. Cuando espiras hondamente, estás vacío, la vida ha salido. En cierto modo, estás muerto; por un momento estás muerto. En ese silencio de la muerte, entra en ti. El aire está saliendo cierra los ojos y entra en ti. Hay espacio y puedes entrar fácilmente.

Recuerda: cuando estás inspirando es muy difícil ir hacia dentro, porque no hay espacio para moverse. Cuando estás espirando puedes entrar en ti. Y cuando el aire entra, tú sales; abre los ojos y sal. Crea un ritmo entre estos dos. En quince minutos te sentirás profundamente relajado, y estarás listo para hacer esta técnica.

Antes de hacer esta técnica, haz esto durante quince minutos para estar listo; no sólo listo, sino receptivo, dando la bienvenida. No hay miedo a la muerte, porque ahora la muerte parece una relajación, la muerte parece un descanso profundo. La muerte no parece antagónica a la vida, sino su fuente misma, su energía misma. La vida es como ondas en la superficie de un lago, y la muerte es el lago mismo. Cuando no hay ondas, el lago sigue ahí. Y el lago puede existir sin las ondas, pero las ondas no pueden existir sin el lago. La vida no puede existir sin la muerte. La muerte puede existir sin la vida, porque es la fuente. Entonces puedes hacer esta técnica.

*"Concéntrate en fuego ascendiendo por tu forma desde los dedos de los pies..."*

Túmbate. Primero imagínate a ti mismo muerto; el cuerpo es como un cadáver. Túmbate, y entonces lleva tu atención a los dedos de los pies. Con los ojos cerrados, entra en ti. Lleva tu atención a los dedos de los pies y siente que el fuego está

ascendiendo desde ahí, todo se está quemando. Según asciende el fuego, tu cuerpo está desapareciendo. Empieza en los dedos de los pies y vete subiendo.

¿Por qué en los dedos de los pies? Será más fácil. Porque los dedos de los pies están muy lejos de tu «yo», de tu ego. Tu ego existe en la cabeza. No puedes empezar en la cabeza; será muy difícil, así que empieza en el punto más distante. Los dedos de los pies son el punto más distante del ego. Empieza el fuego ahí. Siente que los dedos de los pies se están quemando, sólo quedan cenizas, y luego sube lentamente, quemando todo lo que encuentra el fuego. Todas las partes -las piernas, los muslos- desaparecerán.

Y sigue viendo que se han hecho cenizas. El fuego está ascendiendo, y las partes por las que ha pasado ya no están; se han vuelto cenizas. Sigue subiendo, y finalmente desaparece la cabeza. Todo se ha hecho cenizas..., el polvo ha vuelto al polvo...; *hasta que el cuerpo se haga cenizas, pero tú no.*

Tú permanecerás como alguien que mira desde una colina. El cuerpo estará ahí -muerto, quemado, cenizas- y tú serás el que lo observa, tú serás el testigo. Este testigo no tiene ego.

Esta técnica es muy buena para alcanzar el estado sin ego. ¿Por qué? Porque se implican muchas cosas en ella. Parece simple; no es tan simple. El mecanismo interno es muy complejo. En primer lugar: tus recuerdos forman parte del cuerpo. El recuerdo es materia; por eso puede registrarse. Está registrado en las células del cerebro. Son materiales, parte del cuerpo. Se puede hacer una operación en las células del cerebro, y si se extirpan ciertas células del cerebro, te desaparecerán ciertos recuerdos. Los recuerdos están registrados en las células del cerebro. La memoria es materia; puede ser destruida. Y ahora los científicos dicen que puede ser replantada, puede volver a ser transplantada.

Tarde o temprano encontraremos formas para que cuando muera una persona como Albert Einstein podamos preservar las células de su cerebro.

Y esas células cerebrales podrán ser transplantadas en un niño, y ese niño tendrá los recuerdos de Albert Einstein sin tener que pasar por todas esas experiencias. Forma parte del cuerpo; la memoria forma parte del cuerpo, y si el cuerpo entero es

quemado y reducido a cenizas, no tendrás ningún recuerdo.

Recuerda: esto es lo que hay que comprender: si el recuerdo sigue ahí, entonces el cuerpo sigue ahí, y no has estado jugando limpio. Si realmente profundizas en la sensación de que el cuerpo está muerto, ardiendo, y el fuego lo ha destruido completamente, no tendrás ningún recuerdo en ese momento. En ese momento de observación, no habrá mente. Todo se habrá detenido: ningún movimiento del pensamiento, sólo observación, sólo ver lo que ha sucedido.

Y una vez que conoces esto, puedes permanecer continuamente en este estado. Una vez que has sabido que puedes separarte del cuerpo... Esta técnica es simplemente un método para separarte del cuerpo, para crear una distancia entre tú y el cuerpo, para estar fuera del cuerpo unos pocos momentos. Si puedes hacer esto, entonces puedes permanecer en el cuerpo y no estarás en el cuerpo. Puedes seguir viviendo como vivías antes, pero no volverás a ser el mismo.

Esta técnica supondrá al menos tres meses. Sigue haciéndola. No va a suceder en un día, pero si sigues haciéndola todos los días durante una hora, en menos de tres meses, algún día de pronto tu imaginación habrá ayudado y se creará la distancia, y verás realmente el cuerpo convertido en cenizas. Entonces puedes mirar.

En esa observación caerás en la cuenta de un fenómeno profundo: que el ego es una entidad falsa. Estaba ahí porque estabas identificado con el cuerpo, con los pensamientos, con la mente. No eres ninguno de los dos: ni la mente ni el cuerpo. Eres diferente de todo lo que te rodea; eres diferente de tu periferia.

Aparentemente, la técnica es simple, pero puede llevarte a una profunda mutación. Pero primero vete a meditar al *ghat* de las cremaciones, al terreno de las cremaciones, para que veas cómo arde el cuerpo, cómo el cuerpo vuelve a ser polvo..., para que puedas imaginar fácilmente. Luego empieza por los dedos de los pies y avanza muy lentamente. Y antes de hacer esta técnica, presta más atención a la espiración. Justo antes de entrar en la técnica, espira y cierra los ojos durante quince minutos; deja que inspire el cuerpo y abre los ojos. Durante quince minutos, siente una relajación profunda, y luego entra en la técnica.

## 80 Imagina el mundo entero ardiendo.

Segunda técnica referente al fuego: *Medita con el mundo ficticio ardiendo hasta hacerse cenizas, y vuélvete un ser por encima de lo humano.*

Si puedes hacer la primera, la segunda será muy fácil. Si puedes llegar a imaginar que tu cuerpo está ardiendo, no es difícil imaginar que el mundo entero está ardiendo..., porque tu cuerpo es el mundo, y estás vinculado al mundo por medio de tu cuerpo. En realidad, sólo por tu cuerpo estás vinculado al mundo: el mundo es el cuerpo expandido. Si puedes pensar e imaginar que tu cuerpo está ardiendo, no hay ninguna dificultad para imaginarlo con el mundo entero. Y el sutra dice que es un mundo ficticio: sólo porque crees, existe. El mundo entero está ardiendo, desapareciendo.

Pero si te parece que la primera es *muy* difícil, puedes incluso empezar con la segunda. La segunda es muy fácil si puedes hacer la primera, y en realidad, no hay necesidad de hacer la segunda si has hecho la primera. Con tu cuerpo, todo desaparece automáticamente. Pero también puedes hacer la segunda directamente, si la primera es muy difícil.

Dije que empezaras por los dedos de los pies porque están muy lejos de la cabeza, del ego, pero puede que ni siquiera te sientas capaz de empezar con los dedos de los pies. Entonces aléjate aún más, empieza con el mundo, y luego vete acercándote cada vez más hacia ti. Empieza con el mundo y luego vete acercándote. Y cuando el mundo entero esté ardiendo, te resultará fácil arder en ese mundo ardiente.

La segunda es: *Medita con el mundo ficticio ardiendo hasta hacerse cenizas, y vuélvete un ser por encima de lo humano..*

Si puedes ver el mundo entero ardiendo, has ido por encima de lo humano, te has vuelto sobrehumano. Has llegado a conocer una consciencia sobrehumana. Puedes imaginarla, pero es necesario un adiestramiento de la imaginación. Nuestra imaginación no está muy adiestrada. Está muy poco adiestrada, porque no hay ninguna instrucción para la imaginación. Se adiestra el intelecto, existen colegios y universidades, y se pasa gran parte



de la vida adiestrando el intelecto. La imaginación no es adiestrada. Y la imaginación tiene una maravillosa dimensión propia. Si puedes adiestrar tu imaginación, puedes hacer portentos con ella.

Empieza con cosas pequeñas, porque es difícil saltar a cosas más grandes y puede que fracases. Por ejemplo: esta imaginación de que el mundo entero está ardiendo... no puede ir muy hondo. Primero, sabes que es imaginación, e incluso si piensas en la imaginación que hay llamas por todas partes, sentirás que el mundo no ha ardido, que sigue ahí, porque es sólo tu imaginación. No sabes que la imaginación puede hacerse realidad. Primero tienes que sentirlo.

Prueba un simple experimento antes de entrar en esta técnica. Entrelaza las dos manos, cierra los ojos, e imagina que ya no puedes abrir las manos, que están muertas, agarrotadas, y no puedes hacer nada para abrirlas. Al principio sentirás que sólo lo estás imaginando y que puedes abrirlas. Pero sigue pensando durante diez minutos que no puedes abrirlas, no puedes hacer nada, no hay manera de abrir las manos. Y después de diez minutos, intenta abrirlas.

Cuatro de cada diez personas tendrán éxito inmediatamente; al cuarenta por ciento de la gente le saldrá bien inmediatamente después de diez minutos, no pueden abrir las manos; la imaginación se ha hecho realidad. No importa cómo lo intenten..., y cuanto más se esfuercen por abrirlas, más difícil será. Empezarás a sudar. Estás viendo tus propias manos y no puedes abrirlas. ¡Están agarrotadas!

Pero no tengas miedo. Vuelve a cerrar los ojos, y vuelve a imaginar que ahora puedes abrirlas; sólo así serás capaz de abrirlas. Al cuarenta por ciento de la gente le saldrá bien inmediatamente. Ese cuarenta por ciento puede entrar fácilmente en esta técnica; no hay problema para ellos.

Para el sesenta por ciento restante será difícil, llevará tiempo. Los que son muy sensibles pueden imaginar cualquier cosa y sucederá. Y una vez que sienten que la imaginación se ha hecho realidad, conocen la sensación y pueden usarla. Entonces puedes hacer muchas cosas con tu imaginación. Ya estás haciéndolo sin saberlo. Ya lo estás haciendo, pero no eres consciente.

Llega a la ciudad cierta enfermedad -llega una gripe francesa- y

caes víctima de ella. Nunca puedes creer que setenta de cada cien casos se deben solamente a la imaginación. Como ha llegado la gripe, empiezas a imaginar que has caído presa de ella..., y caerás. Muchas enfermedades se contraen sólo a través de la imaginación; creas muchos problemas debido a tu imaginación. También puedes resolverlos una vez que sabes que eres tú quien los está creando. Adiestra un poco tu imaginación, y entonces esta técnica será muy útil.

## **81 Todo confluye en tu ser.**

Tercera técnica: *Igual que, subjetivamente, las letras se unen formando palabras, e igual que, objetivamente, los círculos se unen formando mundos, y los mundos formando principios, descubre al fin que éstos confluyen en nuestro ser.*

Esa también es una técnica imaginativa. El ego siempre tiene miedo: miedo de ser vulnerable, abierto, miedo de que algo pueda entrar y destruirte. Así que el ego crea una fortificación en torno a sí; empiezas a vivir en una prisión amurallada. No hay que permitir que nada entre en ti. Tienes miedo -si entra algo y te molesta, ¿qué vas, a hacer?-, así que es mejor no dejar que entre nada. Toda la comunicación cesa. Incluso con los que amas o piensas que amas no hay comunicación.

Observa a un matrimonio hablando. No están hablándose el uno al otro; no hay comunicación. Más bien se están evitando mutuamente mediante las palabras. Están hablando para poder evitar la comunicación. En silencio se volverán vulnerables, en silencio estarán más cerca, porque en silencio el ego, el muro, no estará ahí. De modo que el marido y la mujer nunca estarán en silencio. Hablarán de esto o de lo otro para llenar el tiempo, y para no estar abiertos el uno al otro. Tenemos tanto miedo al otro...

He oído acerca de Mulla Nasruddin que un día, justo cuando estaba saliendo de casa, le dijo su mujer: «Nasruddin, ¿has olvidado qué día es hoy?».

Nasruddin lo sabía: era el veinticinco aniversario de su boda; así que dijo: «Lo se, lo se muy bien».

La esposa insistió: «Entonces, ¿cómo vamos a celebrarlo?».

De modo que Nasruddin dijo: «No lo se, cariño». Y entonces se rascó la cabeza, perplejo, y dijo: «¿Qué tal si guardamos dos minutos de silencio para celebrarlo?».

No puedes permanecer en silencio con alguien; te empiezas a sentir inquieto. En silencio, el otro entra en ti. Estás abierto, tus puertas están abiertas, tus ventanas están abiertas. Tienes miedo. Sigues hablando, sigues creando tretas para permanecer cerrado.

El ego es una cerca, es una prisión, y aceptamos la prisión porque nos sentimos muy inseguros. La prisión te da una cierta sensación de seguridad: estás protegido, resguardado. Para hacer esta técnica, esta tercera técnica, lo primero y lo más básico es: ten muy claro que la vida es inseguridad. No hay manera de hacerla segura. Nada de lo que hagas ayudará. Sólo puedes crear una ficción de seguridad: la vida sigue siendo insegura. Es su naturaleza misma, porque la muerte está involucrada en ella, de modo que ¿cómo va a ser segura la vida?

Y piensa un momento: si la vida es realmente segura, ya estará muerta. Una vida absolutamente, totalmente segura, no puede estar viva, porque se ha perdido la aventura misma. Si estás protegido de todos los peligros, estarás muerto. En el ser mismo de la vida hay aventura, peligro, inseguridad. Está involucrada la muerte.

*Te amo...* He entrado en un camino peligroso. Ya nada puede ser seguro, pero ahora intentaré hacerlo todo seguro. En aras del mañana, mataré todo lo que está vivo, porque sólo entonces puedo sentirme seguro también mañana.

El amor es transformado en matrimonio: el matrimonio es una seguridad. El amor es inseguro: al momento siguiente todo puede cambiar. Y has invertido tanto, y al momento siguiente la amada te deja, o el amigo te deja y te quedas en un vacío. El amor es inseguro. No puedes fijar el futuro, no puedes predecirlo. De modo que matamos el amor y encontramos un sucedáneo seguro: eso es el matrimonio.

Con el matrimonio puedes estar seguro; es predecible. La mujer seguirá siendo tu mujer al día siguiente; el marido seguirá siendo tu marido también en el futuro..., pero sólo porque lo has afianzado. Y ahora no hay peligro. Está muerto. Ahora la relación está muerta, porque sólo las cosas muertas pueden ser

permanentes; las cosas vivas están destinadas a ser cambiantes. El cambio es la cualidad misma de la vida, y en el cambio está la inseguridad.

Los que quieran entrar en ámbitos más profundos de la vida deben estar dispuestos a sentirse inseguros, deben estar dispuestos a estar en peligro, deben estar dispuestos a entrar en lo desconocido, y no deben tratar de fijar el futuro en modo alguno. El esfuerzo mismo lo matará todo. Y recuerda esto también: esa inseguridad no sólo está viva; es bella. La seguridad es sosa, fea. La inseguridad está llena de vida y es hermosa. Puedes sentirte seguro si cierras tus puertas y ventanas, y todo. No entra ni luz ni aire; no entra nadie. Estás seguro en cierto modo, pero no estás viviendo; ya has entrado en tu tumba.

Esta técnica es posible si eres vulnerable, si estás abierto, si no tienes miedo, porque consiste en permitir que entre en ti todo el universo.

*Igual que, subjetivamente, las letras se unen formando palabras e igual que, objetivamente, los círculos se unen formando mundos, y los mundos formando principios, descubre al fin que éstos confluyen en nuestro ser.*

Todo confluyendo en tu ser... Estoy bajo el cielo abierto, y toda la existencia, de todas partes, de cada esquina y rincón, está confluyendo en mí; el ego no puede existir. En esa abertura en la que la existencia entera está confluyendo en ti, no puedes existir como un «yo». Existirás como un espacio abierto, pero no como un «yo» cristalizado.

Para hacer esta técnica, empieza con un pequeño paso. Simplemente siéntate bajo un árbol. La brisa está soplando y las hojas del árbol están susurrando. El viento te toca, se mueve a tu

alrededor, pasa. Pero no dejes que simplemente pase; deja que entre en ti y pase por ti. Cierra los ojos, y cuando esté pasando por el árbol y se produzca el murmullo de las hojas, siente que tú también eres como un árbol, abierto, y que el viento está soplando a través de ti; no junto a ti, sino a través de ti.

El murmullo del árbol entrará en ti, y sentirás que el aire está pasando por cada poro de tu cuerpo. Está pasando realmente a través de ti. No es sólo una imaginación, sino también un hecho; lo has olvidado. No estás respirando sólo por la nariz; estás respirando por todo el cuerpo, por cada uno de sus poros, por millones de poros. Si se te permite respirar por la nariz, pero cierran, pintan, todos los poros de tu cuerpo, morirás en menos de tres horas. No puedes vivir respirando tan sólo por la nariz. Cada célula de tu cuerpo es un organismo vivo, y cada una de ellas está respirando. El aire está pasando realmente por él, pero has perdido el contacto. Así que siéntate bajo un árbol y siente.

Al principio parecerá imaginación, pero pronto se transformará en una realidad. Es una realidad que el aire está pasando a través de ti. Entonces siéntate bajo un sol naciente, y no sientas sólo que los rayos del sol te están tocando, sino que están entrando en ti, y pasando a través de ti, de modo que te vuelves vulnerable, empiezas a sentirte alerta.

Y esto se puede hacer con todo. Por ejemplo, estoy hablando aquí y tú me estás oyendo. Puedes oír con los oídos, o puedes oír con todo el cuerpo. Puedes probarlo aquí mismo, con sólo un cambio de énfasis: no estás oyendo mis palabras sólo con los oídos; me estás oyendo con todo tu cuerpo. Y cuando oyes realmente, y cuando escuchas realmente, es todo el cuerpo el que escucha. No es sólo una parte, no es una energía fragmentada la que escucha, sino todo tú. La totalidad de tu cuerpo está involucrada en escuchar. Entonces mis palabras están pasando a través de ti: estás bebiéndolas por cada una de las células, por cada poro. Están siendo absorbidas por todas partes.

Puedes hacer esto: vete a sentarte en un templo. Habrá muchos devotos yendo y viniendo y la campana del templo sonará una y otra vez. Simplemente escucha con todo tu cuerpo. La campana está sonando y todo el templo está hirviendo; el sonido está reflejándose en todos los muros. Para hacer que se refleje, para sentir que el sonido está confluyendo en ti, creamos una

forma redonda, para que el sonido sea devuelto de todas partes. Confluye en ti de todas partes, y puedes escucharlo con todo el cuerpo: cada poro, cada célula, escuchando, bebiendo, absorbiéndolo; y está pasando a través de ti. Te has vuelto poroso; la puerta está abierta en todas partes.

Ya no eres una barrera para nada: el aire, o las palabras, o el sonido, o los rayos, o cualquier cosa. No eres una barrera; no te resistes a nada.

Cuando llegues a sentir que ya no te resistes, que no estás luchando, de pronto tomarás consciencia de que el ego no está ahí, porque el ego sólo puede existir cuando luchas. Es una resistencia. Cuando dices «no», el ego llega a la existencia; cuando dices «sí», no hay ego. De modo que llamo *astik*, un verdadero teísta, al hombre que ha dicho «sí» a toda la existencia; no hay ningún «no» en él, ninguna resistencia. Lo acepta todo, deja que todo suceda. Incluso si llega la muerte, él no cerrará su puerta. Las puertas permanecerán abiertas.

Esta abertura hay que conseguirla; sólo entonces puedes hacer esta técnica, porque esta técnica dice que todo el universo está cayendo, confluyendo en ti sin resistencia, acogiéndolo, permitiendo que confluya. Simplemente desaparecerás, te volverás un espacio, espacio infinito, porque este universo infinito no puede confluir en una cosa tan estrecha y atómica como el ego. Sólo puede confluir cuando te has vuelto infinito como él, cuando tú mismo te has vuelto un espacio infinito. Pero esto sucede. Poco a poco tienes que volverte más y más sensible, y tienes que tomar consciencia de tus resistencias.

Tenemos muchas resistencias. Si te toco, puedes sentir que te estás resistiendo al contacto, estás creando una barrera, para que mi calor no pueda entrar en ti, mi contacto no pueda entrar en ti. No nos permitimos tocarnos. Si alguien te toca, te pones alerta, y el otro dice: «Perdona.» Hay resistencia por todas partes. Si te miro, te resistes, porque la mirada puede entrar en ti, puede penetrar hondo, puede removerte, y entonces ¿qué harás? Y esto no es sólo con los extraños. No hay necesidad ni siquiera con los extraños, porque nadie es un extraño y todo el mundo es un extraño. ¿Cómo va eliminarse esa extrañeza con sólo vivir bajo el mismo techo? ¿Conoces a tu padre, que te ha hecho nacer? Es un extraño. ¿Conoces a tu madre? Sigue siendo una extraña. De

modo que todo el mundo es un extraño, o nadie es un extraño. Pero tenemos miedo y creamos barreras por todas partes. Estas barreras nos hacen insensibles; entonces nada puede entrar en nosotros.

La gente viene a decirme: «Nadie ama. Nadie me ama.» Y toco a ese hombre y siento que tiene miedo incluso al contacto. Hay un apartamiento sutil. Tomo su mano en la mía y él se retira. No está en la mano; sólo hay una cosa muerta en la mía: él se ha retirado. Y dice: «Nadie me ama.» ¿Cómo va a amarte alguien? E incluso si el mundo entero te ama, no lo notarás, porque estás cerrado. El amor no puede entrar en ti; no hay entrada, no hay puerta. Y estás sufriendo en tu propia prisión.

Si hay ego, estás cerrado: al amor, a la meditación, a Dios. Así que primero intenta ser más sensible, más vulnerable, abierto, dejando que te sucedan las cosas. Sólo entonces puede suceder lo divino, porque eso es lo último que sucede. Si no puedes permitir que te sucedan las cosas corrientes, ¿cómo vas a permitir lo supremo? Porque cuando te suceda lo supremo, tú ya no estarás ahí. Simplemente no estarás.

Kabir ha dicho: «Cuando te buscaba, no estabas. Y ahora que tú estás, ¿dónde está ese buscador, Kabir? Ya no está. Así que ¿qué tipo de encuentro es éste?» Kabir se pregunta: «¿Qué tipo de encuentro es éste? Cuando estaba yo, no estaba lo divino. Ahora está lo divino, pero no yo. Así que ¿qué tipo de encuentro es éste?».

Pero, en realidad, éste es el único encuentro, porque dos no pueden, encontrarse. Normalmente pensamos que se necesitan dos para un encuentro: ¿cómo va a haber un encuentro si sólo hay uno? De modo que la lógica ordinaria dice que para un encuentro son necesarios al menos dos; el otro es necesario. Pero para un encuentro real, para un encuentro que llamamos amor, para un encuentro que llamamos oración, para un encuentro que llamamos *samadhi*, éxtasis, es necesario uno. Cuando está el buscador, no está lo buscado; y cuando ha llegado lo buscado, el buscador ha desaparecido.

¿Por qué es esto así? Porque el ego es la barrera. Cuando sientes que estás, estás tanto que nada puede entrar en ti. Estás lleno de tu propio yo. Cuando no estás, entonces todo puede pasar por ti. Te has vuelto tan inmenso que incluso lo divino

puede pasar por ti, porque estás listo.

De modo que todo el arte de la religión es cómo no estar, cómo disolverse, cómo entregarse, cómo volverse un espacio abierto.

## Capítulo 54

### El Fuego de la Consciencia

#### Preguntas

*¿Cómo preservar la psique vulnerable de las vibraciones dañinas?*

*¿Cómo puede el «yo soy» disolverse en la consciencia?*

*¿Podemos llegar a aceptar y desarrollamos totalmente?*

#### Primera pregunta:

*Un meditador que es vulnerable, pasivo, abierto y receptivo siente que con estas características sufre, debido a la influencia de las vibraciones no meditativas, negativas y tensas que le rodean. Por favor, explica ¿cómo puede preservar su psique vulnerable de las vibraciones dañinas?*

Si eres realmente vulnerable, nada es negativo para ti..., porque lo negativo es tu interpretación. Nada es dañino para ti..., porque lo dañino es tu interpretación. Si realmente estás abierto, entonces nada puede dañarte, nada te puede parecer dañino. Sientes que algo es negativo y algo es dañino porque te resistes, porque estás contra ello, porque no lo aceptas. Esto hay que comprenderlo profundamente.

El enemigo existe porque te estás protegiendo a ti mismo contra él. El enemigo existe porque no estás abierto. Si estás abierto; la existencia entera es amiga; no puede ser de otra forma. En realidad, ni siquiera la sentirás como amiga, simplemente es amiga. Ni siquiera hay la sensación de que es amiga, porque esa sensación sólo puede existir con la sensación contraria de enemistad.



Permíteme expresarlo de esta forma. Si eres vulnerable, eso significa que estás dispuesto a vivir en la inseguridad. En el fondo significa que estás dispuesto incluso a morir. No te resistirás, no te opondrás, no pondrás trabas. Si llega la muerte, no habrá resistencia. Simplemente permitirás que suceda. Aceptas la existencia en su totalidad. Entonces ¿cómo vas a sentirla como una muerte?

Si rehúsas, entonces la considerarás el enemigo. Si no rehúsas, ¿cómo vas a considerarla el enemigo? El enemigo se crea con tu negativa. La muerte no puede dañarte, porque el daño es tu interpretación. Ahora nadie puede dañarte; se ha vuelto imposible.

Éste es el secreto de la enseñanza taoísta. La enseñanza básica de Lao Tsé es ésta: si aceptas, la existencia entera está contigo; no puede ser de otra forma. Si rehúsas, creas al enemigo. Cuanto más rehúsas, cuanto más te defiendes, cuanto más te proteges, más enemigos se crean. Los enemigos son tu creación. No están fuera; existen en tu interpretación.

Una vez que comprendes esto, esta pregunta nunca puede surgir. No puedes decir: «Soy meditativo, soy vulnerable, abierto, así que ¿cómo debo defenderme contra las vibraciones negativas que me rodean?». Ya nada puede ser negativo. ¿Qué significa lo negativo? Lo negativo hace referencia a lo que quieres rechazar, lo que no quieres aceptar, lo que piensas que es dañino. Entonces no estás abierto, entonces no estás en un estado meditativo.

Esta pregunta sólo surge intelectualmente; ésta no es una pregunta sentida. No has experimentado la meditación, no la has conocido. Simplemente estás pensando. Y ese pensamiento es sólo una suposición. Supones: «Si medito y me vuelvo abierto, entonces estaré inseguro. Las vibraciones negativas entrarán en mí y serán dañinas. ¿Cómo voy a defenderme entonces?». Ésta es una pregunta supuesta. No me hagáis preguntas supuestas. Son fútiles, irrelevantes.

Medita, vuélvete abierto, y entonces nunca me harás esta pregunta, porque con sólo abrirte, lo negativo habrá desaparecido. Entonces nada es negativo. Y si piensas que algo es negativo, no puedes abrirte. El mero miedo a lo negativo creará la cerrazón. Estarás cerrado; no puedes abrirte. El mero miedo a que algo pueda dañarte...

¿Cómo vas a volverte vulnerable? Por eso hago hincapié en el

hecho de que, a menos que desaparezca de ti el miedo a la muerte, no puedes volverte vulnerable, no puedes estar abierto. Permanecerás cerrado en tu propia mente, en tu propio encarcelamiento.

Pero puedes seguir suponiendo cosas, y todo lo que supongas será erróneo, porque la mente no puede saber nada sobre la meditación, no puede penetrar en ese ámbito. Cuando cesa completamente, sucede la meditación. De modo que no puedes suponer nada, no puedes pensar en ello. O lo conoces o no lo conoces... No puedes pensar en ello.

Permanece abierto..., y con sólo abrirte, todo lo que es negativo en la existencia desaparece. Ni siquiera la muerte es negativa entonces. Nada es negativo. Tu miedo crea la negatividad. En el fondo, tienes miedo; debido a ese miedo, creas medidas de seguridad. Contra esas medidas de seguridad, existe el enemigo.

Observa este hecho: que tú creas al enemigo. La existencia no te es hostil. ¿Cómo va a serlo? Le perteneces, eres una parte de ella, una parte orgánica. ¿Cómo te va a ser hostil la existencia? Tú eres la existencia. No estás separado; no hay ningún espacio entre tú y la existencia.

Siempre que sientes que lo negativo, la muerte, el enemigo, el odio, está ahí, y que si estás abierto, indefenso, la existencia te destruirá, consideras que tienes que defenderte. Y no sólo defenderte..., porque la mejor manera de defenderse es ser agresivo, ofensivo. No puedes simplemente ser defensivo. Cuando sientes que tienes que defenderte, te vuelves ofensivo, porque pasar a la ofensiva, ser agresivo, es la mejor manera de defenderte.

El miedo crea al enemigo, y entonces el enemigo crea la defensa, y entonces la defensa crea la ofensiva. Te vuelves violento. Estás constantemente en guardia. Estás contra todo el mundo. Esto hay que entenderlo: que si tienes miedo, estás contra todo el mundo. Puede haber diferencias de grado, pero entonces tanto tu enemigo como tu amigo son tu enemigo. El amigo lo es un poco menos; eso es todo. Entonces tu marido o tu mujer también es tu enemigo. Habéis llegado a un arreglo; eso es todo. Os habéis acoplado. O puede que ambos tengáis un enemigo común y mayor, y os hayáis unido contra ese enemigo

común..., pero la enemistad sigue ahí.

Si estás cerrado, la existencia entera te resulta hostil. No es que lo sea; te parece que es hostil. Cuando estás abierto, la existencia entera se ha hecho tu amiga. Ahora, cuando estás cerrado, incluso el amigo es el enemigo. No puede ser de otra forma. En el fondo también le tienes miedo a tu amigo.

En alguna parte, Henry Thoreau, o algún otro, ha escrito que oró a Dios: «Yo me ocuparé de mis enemigos, pero tú ocúpate de mis amigos. Yo lucharé con mis enemigos, pero protégeme de mis amigos.»

En la superficie hay amistad; en el fondo hay enemistad. Puede que tu amistad sea sólo una fachada para ocultar al enemigo. Si estás cerrado, sólo puedes crear al enemigo, porque sólo cuando estás abierto se manifiesta el amigo. Cuando estás totalmente abierto a alguien, la amistad ha sucedido. No puede suceder de ninguna otra forma.

¿Cómo vas a amar cuando estás cerrado? Tú vives en tu prisión, yo vivo en mi prisión, y cuando nos encontramos, sólo se tratan los muros de nuestras prisiones, y nosotros estamos ocultos tras ellos. Nos movemos en nuestras cápsulas: las cápsulas se tocan, los cuerpos se tocan, pero en el fondo permanecemos aislados.

Incluso al hacer el amor, cuando vuestros cuerpos han entrado el uno en el otro, vosotros no habéis entrado. Sólo los cuerpos se están juntando; vosotros seguís aún en vuestra cápsula, en vuestra célula. Os estáis engañando a vosotros mismos pensando que hay una comunión. Ni siquiera en el sexo, que es la relación más profunda, hay comunión. No puede suceder porque estás cerrado. El amor se ha vuelto una imposibilidad. Y ésta es la razón: tienes miedo.

Así que no hagas semejantes preguntas; no hagas preguntas falsas. Si has estado abierto alguna vez, no puedes sentir que algo pueda resultarte dañino. Ya nada es dañino. Por eso digo que incluso la muerte es una bendición. Tu enfoque se ha vuelto diferente. Ahora, cuando miras, miras con un corazón abierto. Esa abertura de corazón cambia la cualidad de todo, y no puedes sentir que algo va a ser dañino, no puedes preguntar cómo defenderte: no hay necesidad. La necesidad surge porque estás cerrado.

Pero puedes seguir suponiendo preguntas. La gente viene y me dice: «Muy bien, si hemos realizado a Dios, ¿entonces, qué? Empiezan con la pregunta: «¿Si...?» No hay "sis". En la existencia no puedes hacer tales preguntas. Son absurdas, estúpidas, porque no sabes lo que estás diciendo. «Si he realizado a Dios, ¿entonces, qué?»».

Ese «¿entonces, qué?» nunca surge, porque con la realización tú ya no estás; sólo Dios está. Y con la realización no hay futuro; sólo hay el presente.

Y con la realización no hay preocupación, porque te has hecho uno con la existencia. De modo que la pregunta "¿entonces, qué?" nunca surge. Esta pregunta surge debido a la mente, que está en una preocupación constante, en una lucha constante, pensando constantemente en el futuro.

### **Segunda pregunta:**

*Según me vuelvo más y más consciente, mi atención se desarrolla y persiste una sensación de que yo existo, yo estoy presente, yo soy consciente. Por favor, explica cómo puede disolverse esta sensación en un estado de sólo consciencia.*

Esta es, de nuevo, una pregunta supuesta. *Según me vuelvo más y más consciente, mi atención se desarrolla y persiste una sensación de que yo existo, yo estoy presente, yo soy consciente.* Esto no sucede nunca, porque según crece la consciencia, el «yo» decrece. En la consciencia plena, eres, pero no hay ninguna sensación de que «Yo soy». Con palabras se puede decir como mucho esto: que sientes una sutil existencia, pero no hay ningún «yo».

Sientes existencia, y la sientes en abundancia, un momento pleno, pero no está el «yo». No puedes sentir «yo existo»; no puedes sentir «yo estoy presente»; no puedes sentir «yo soy consciente».

Eso forma parte de la inconsciencia, de la falta de atención; forma parte de tu estado durmiente. No puede existir. No puede existir cuando estás realmente alerta y despierto y consciente.

Así es como pueden surgir las preguntas supuestas. Puedes seguir pensando sobre ellas, y nada se resolverá. Si sucede esto -

que sientes «yo soy; yo soy consciente»-, entonces sólo tienes que advertir una cosa: que no estás alerta, que no eres consciente. Estas sensaciones -«yo estoy alerta, yo soy consciente, yo existo»- son pensamientos, los estás pensando; no son momentos realizados. Puedes pensar «yo soy consciente»; puedes seguir repitiendo «yo soy consciente»..., pero eso no servirá. La consciencia no es esta repetición. Y cuando eres consciente, no hay necesidad de repetir: «yo soy consciente». Simplemente eres consciente; ya no hay «yo».

Prueba la consciencia. Ponte alerta ahora mismo. ¿Dónde está el «yo»? Eres -en realidad, eres más intensamente-, pero ¿dónde está el «yo», el ego? En la intensidad misma de la consciencia ya no hay ego. Después, cuando pierdes consciencia y empieza el pensamiento, puedes sentir «yo soy», pero en el momento de la consciencia no hay «yo». Experimentalo ahora mismo. Estás aquí en silencio, puedes sentir tu presencia, pero ¿dónde está el «yo»? El «yo» no surge. Sólo surge cuando, retrospectivamente, piensas. Cuando pierdes consciencia, el «yo» surge inmediatamente.

Si puedes experimentar la simple consciencia aunque sea un solo momento, eres, y no hay «yo». Cuando pierdes consciencia, cuando el momento se ha escabullido, se ha ido, y estás pensando, el «yo» vuelve inmediatamente. Forma parte del proceso del pensamiento. El concepto mismo de «yo» es un pensamiento, pertenece al pensamiento. «Yo soy» es un pensamiento.

Cuando estás alerta y no hay pensamientos, ¿cómo vas a sentir «yo soy»? El «ser» está ahí..., pero eso tampoco es un pensamiento, no es pensar.

Está ahí existencialmente; es un hecho. Pero puedes transformar el hecho en pensamiento inmediatamente, y puedes pensar sobre ese intervalo que existió cuando no había «yo». Y en el momento en que piensas, el «yo» ha vuelto. Con el pensamiento, entra el ego: pensar es el ego. Sin pensar, no hay ego.

De modo que cuando quieras hacer una pregunta, primero hazla existencial. Antes de formularme la pregunta, tantea si lo que estás preguntando es relevante o no. Semejantes preguntas sólo se hacen relevantes verbalmente, pero son de esta manera:

digo que se ha encendido la luz y luego pregunto: «Se ha encendido la luz y, sin embargo, la oscuridad persiste, así que ¿qué hay que hacer con la oscuridad?». Lo único que pasa es que la luz está apagada, no ha sido encendida; de lo contrario, ¿cómo va a persistir la oscuridad? Y si hay oscuridad, entonces no hay luz. Y si hay luz, entonces no hay oscuridad. No pueden estar las dos juntas.

La consciencia y el ego no pueden estar juntos. Si ha llegado la consciencia, si está ahí, el ego ha desaparecido. Esto es simultáneo; no hay ni un solo segundo de intervalo. La luz está encendida y la oscuridad ha desaparecido. No es que haya desaparecido poco a poco, en etapas, gradualmente. No puedes verla salir; no puedes decir que ahora la oscuridad está yéndose.

Hay luz, e inmediatamente no hay oscuridad. No hay ni un solo momento de intervalo, porque si hay un intervalo, entonces puedes ver la oscuridad saliendo. Y si hay un solo momento de intervalo, entonces no hay razón alguna por la que no puede haber un intervalo de una hora. No hay intervalo. El acto es simultáneo. En realidad, la llegada de la luz y la retirada de la oscuridad son dos aspectos de un solo fenómeno.

Lo mismo sucede con la consciencia: cuando eres consciente, no hay ego. Pero el ego puede seguir utilizando trucos, y el ego puede decir: «Yo soy consciente.» El ego puede decir: «Yo soy consciente», y puede engañarte. Entonces surgirá la pregunta. Y el ego quiere acumularlo todo, incluso la consciencia. El ego no sólo quiere riqueza, poder y prestigio; también quiere meditación, también quiere *samadhi*, también quiere iluminación.

El ego lo quiere todo. Lo que es posible debe ser poseído. El ego quiere poseerlo todo: incluso la meditación, el *samadhi*, el *nirvana*. De modo que el ego puede decir: «Ahora he logrado la meditación», y entonces la pregunta surgirá. Se ha logrado la meditación, ha llegado la consciencia, pero el ego sigue ahí, el sufrimiento sigue ahí. Toda la carga del pasado permanece. No cambia nada.

El ego es un fanfarrón muy sutil. Se consciente de ello. Te puede engañar. Y puede usar palabras, puede verbalizar. Puede verbalizar cualquier cosa, incluso el *nirvana*.

He oído que una vez había dos mariposas volando sobre las grandes avenidas de Nueva York.

Al pasar junto al Empire State, la mariposa macho le dijo a la hembra: «sabes, si quisiera con un solo golpe podría hacer que se desplomara este edificio del Empire State.»

Un sabio que acertó a estar por allí oyó este comentario, así que llamó a la mariposa macho y le preguntó: «¿Qué estabas diciendo? Sabes muy bien que no puedes hacer que se desplome el Empire State con un solo golpe. Lo sabes muy bien, no es necesario que te lo diga, así que ¿por qué dijiste semejante cosa?»

La mariposa macho dijo: «Perdóneme, señor. Lo siento mucho. Sólo estaba tratando de impresionar a mi novia.»

El sabio dijo: «No lo hagas», y se despidió de la mariposa.

La mariposa macho volvió junto a su novia. Por supuesto la novia preguntó: «¿Qué te estaba diciendo ese sabelotodo?».

De modo que el macho fanfarrón dijo: «Me rogó diciendo: "¡No lo hagas!". Estaba muy asustado, temblando, nervioso. Había oído que yo iba a hacer que se desplomara el Empire State, así que me dijo: "¡No lo hagas!"».

Esto mismo está sucediendo continuamente. El sabio dijo esas palabras con un sentido muy diferente. El quería decir: «No digas semejantes cosas», pero el ego le sacó provecho. Tu ego puede sacar provecho a cualquier cosa; es profundamente astuto. Y tiene tanta experiencia en mañas -experiencia de milenios-, que ni siquiera puedes detectar cuándo empieza la maña.

La gente viene a mí y me dice: «Ha sucedido la meditación. ¿Qué debo hacer ahora con mis preocupaciones?». Así es como el ego sigue haciendo trucos..., y ni siquiera son conscientes de lo que están diciendo. «Ha sucedido la meditación, la *kundalini* hasubidd. ¿Qué debo hacer ahora? Las preocupaciones aún continúan.»

Tu mente quiere creer cosas, de manera que, sin hacer nada, sigues creyendo, engañándote..., fantaseando. Pero la realidad, no cambia con tus fantaseos, las preocupaciones continúan. Puedes engañarte a ti mismo; no puedes engañar a las preocupaciones. No desaparecerán porque digas: «Ha sucedido la meditación y ha subido la *kundalini*, y ahora he entrado en el quinto cuerpo.» Esas preocupaciones ni siquiera oirán lo que estás diciendo. Pero si la meditación sucede realmente, ¿dónde están las preocupaciones? ¿Cómo van a existir en una mente

meditativa?

Así que recuerda esto: cuando eres consciente, eres..., pero no eres el ego. Entonces eres ilimitado, entonces eres espacio infinito, pero sin ningún centro. No hay ninguna sensación centrada de «yo»; sólo existencia no centrada, que no empieza en ninguna parte, no acaba en ninguna parte: sólo cielo infinito. Y cuando este «yo» desaparece, automáticamente desaparece el «tú», porque el «tú» sólo puede existir en referencia al «yo». Yo estoy aquí; es por eso que tú estás ahí. Si este «yo» desaparece de mí, tú ya no estás ahí. No puedes estar. ¿Cómo vas a existir?

No quiero decir que no estarás ahí corporalmente, que no estarás ahí físicamente. Estarás ahí tal como eres, pero para mí no puedes ser «tú». El «tú» es significativo en referencia a mi «yo»; mi «yo» crea el «tú». Una parte desaparece; la otra desaparece para mí. Entonces hay simple existencia; todas las barreras se han disuelto. Al desaparecer el ego, toda la existencia se vuelve una. El ego es el divisor..., y el ego existe porque no estás atento. El fuego de la consciencia lo destruirá.

Inténtalo más y más. De pronto, ponte alerta. Andando por la calle, párate inmediatamente, respira profundamente, ponte alerta por un momento. Y cuando digo alerta, simplemente quiero decir alerta a lo que está sucediendo: el ruido del tráfico, la gente pasando y hablando, todo lo que hay a tu alrededor. Simplemente ponte alerta. Tú no estás ahí en ese momento: está la existencia y su belleza.

Entonces el ruido del tráfico no parece ruido, no parece una perturbación, porque no hay nadie para resistirse a él y luchar contra él. Simplemente llega a ti y pasa; lo oyes y ya no lo oyes más. Llega y pasa. No hay barrera contra la que puede chocar. No puede producirte ninguna herida, porque todas las heridas se producen en el ego. Pasará. No habrá ninguna barrera contra la que pueda chocar; no habrá ninguna lucha, ninguna perturbación.

Recuerda esto: el ruido que hay en la calle no es la perturbación. Cuando el ruido de la calle lucha contra ti, cuando tienes una idea fija de que es una perturbación, se vuelve una perturbación. Cuando lo aceptas, llega y pasa, y simplemente eres bañado por él; sales de él más lozano. Y entonces nada te cansa. Lo único que cansa, que sigue disipando tu energía, es esta resistencia que llamamos el ego.



Pero nunca lo consideramos de esta manera. El ego se ha convertido en nuestra vida, en su esencia misma. En realidad, no hay ego. Si le digo a alguien -sucede muchas veces- que disuelva este ego, inmediatamente me mira como si me hiciera la pregunta, la pregunta desnuda: «Si el ego se disuelve, ¿dónde está la vida? Entonces yo ya no existo.»

He oído que le preguntaron a un gran político, un gran líder de un país: «Debe estar cansándose. Todo el día, vaya donde vaya, hay un gentío de cazadores de autógrafos.»

Ese político, ese líder, dijo: «Eso casi me mata..., pero esto es sólo la mitad de la verdad.» Debe de haber sido un hombre muy excepcional, honesto. Dijo: «Casi me mata..., pero casi. Si no hubiese nadie pidiendo mi autógrafo, eso me mataría completamente. Este gentío continuo casi me mata, pero lo otro sería más peligroso. Me mataría completamente si no hubiera nadie que pidiese mi autógrafo.»

De modo que, independientemente de lo agotador, lo extenuante que sea el ego, aún te parece que es la vida, y que si no hay ego; le parece que la vida desaparecerá de tu mente. No puedes concebir que la vida pueda existir sin ti, sin que haya siempre el punto de referencia del «yo». Es lógico en cierto modo, porque nunca hemos vivido sin él. Hemos vivido a través de él, hemos vivido en torno a él; sólo conocemos un tipo de vida, que está basada en el ego. No conocemos ninguna otra vida.

Y como hemos vivido a través de él, no hemos podido vivir realmente. Estamos simplemente luchando por vivir, y la vida nunca nos sucede, sólo pasa a nuestro lado. Está siempre al alcance, en la esperanza: mañana, el momento siguiente..., y estaremos viviendo. Pero nunca llega, nunca se logra. Sigue siendo siempre una esperanza y un sueño. Pero seguimos moviéndonos, y como no llega, nos movemos rápidamente. Eso también es lógico: si la vida no nos está sucediendo, la mente sólo puede pensar una cosa: no nos estamos moviendo lo suficientemente rápido, así que date prisa, corre.

Sucedió una vez que uno de los grandes científicos, T. H. Huxley, iba a dar una conferencia en Londres. Llegó a la estación, a la estación de cercanías, pero el tren tenía retraso, así que corrió a un taxi y le dijo al conductor: «¡Dese prisa! ¡Vaya a la velocidad máxima!»

Iban a toda prisa, cuando de pronto se dio cuenta de que no había dado la dirección. Pero entonces recordó también que él mismo había olvidado la dirección. De modo que le preguntó al conductor: «Chofer, ¿sabe a dónde tengo que ir?».

Él dijo: «No, señor. Pero estoy yendo lo más rápido que puedo.»

Esto es lo que está sucediendo. Vas lo más rápido que puedes. ¿Dónde vas?, ¿cuál es el destino? ¿Por qué te estás moviendo? Por la esperanza de que algún día te suceda la vida. ¿Y por qué no está sucediendo ahora mismo? Estás vivo... ¿Por qué no está sucediendo ahora mismo? ¿Por qué el *nirvana* siempre está en el futuro, siempre mañana? ¿Por qué no hoy? Y mañana nunca llega..., o, cuando llegue, siempre será hoy y te lo volverás a perder. Pero sólo hemos vivido de esta manera.

Sólo conocemos una dimensión de vivir de esta supuesta vida que ya estamos -viviendo, que está muerta, en absoluto viva-, tan sólo aunando esfuerzos de alguna manera, tan sólo esperando.

Con el ego siempre sigue siendo una espera..., y una espera inútil. Puedes hacerlo rápidamente, puedes darte prisa, pero nunca llegarás a ninguna parte: sólo que apresurándote disiparás energía y morirás. Y has hecho eso tantas veces... Siempre has tenido prisa, y en esa prisa has estado disipando energía, y entonces sólo llega la muerte y nada más. Estás dándote prisa para alcanzar la vida, y sólo llega la muerte y nada más, pero la mente, como sólo está acostumbrada a una dimensión, como sólo ha conocido un camino –que ni siquiera es un camino; sólo parece ser un camino-, dirá que si no hay ego, ¿dónde está la vida?

Pero yo te digo que si hay ego, no hay ninguna posibilidad de vida, sólo promesas. El ego es perfecto haciendo promesas, no deja de prometerte cosas. Y tú eres tan inconsciente... Ninguna promesa se cumple nunca, pero tu vuelves a creer. Cuando se hacen nuevas promesas, tú vuelves a creer.

¡Vuelve la vista atrás! El ego prometió muchas cosas, y no se ha logrado nada con ello. Todas las promesas se han venido abajo. Pero nunca vuelves la vista atrás, nunca comparas. Cuando eras un niño, había promesas para la juventud: habría vida cuando crecieras. Todos lo decían, y tú también confiabas en que

cuando te hicieras mayor, sucedería todo lo que tenía que suceder. Ahora esos días han pasado, la promesa sigue sin cumplirse, pero lo has olvidado. Has olvidado la promesa, has olvidado que no se ha cumplido. Es tan doloroso mirarlo que nunca lo haces.

Ahora confías en la edad madura: que en la madurez, *sannyas* florecerá, la meditación te sucederá. Entonces se habrán acabado las preocupaciones: tus hijos se habrán ido a la universidad, y todo se habrá asentado. Entonces no tendrás responsabilidades. Entonces podrás buscar lo divino.

Entonces, en la edad madura, va a suceder el milagro..., y morirás insatisfecho.

No va a suceder, porque nunca sucede en la esperanza, nunca sucede con la esperanza. Nunca sucede con la promesa del ego. Puede suceder ahora mismo: *sólo* puede suceder ahora mismo. Pero entonces es necesaria una consciencia muy intensa, para poder desechar todas las promesas, y todas las esperanzas, y todos los programas futuros, y todos los sueños, y mirar directamente aquí y ahora a lo que eres.

En esa vuelta a ti mismo -no que tu consciencia se adelante hacia alguna parte, sino volviendo a ti mismo- te conviertes en un círculo de consciencia. Este momento se vuelve eterno. Estás alerta y consciente. En esa alerta, en esa consciencia, no hay «yo», sino simple existencia, simple ser. Y la simplicidad resulta de esa consciencia.

La simplicidad no es un taparrabos, la simplicidad no es vivir en la pobreza, la simplicidad no es hacerse mendigo. Esas son cosas muy complejas y muy astutas, muy calculadas. La simplicidad nace cuando has logrado una existencia simple en la que no existe ningún «yo». La simplicidad resulta de eso; te vuelves humilde. No es que tengas que practicarla, porque una simplicidad practicada nunca puede ser simplicidad. Una humildad practicada es tan sólo un ego oculto.

Sucede: si puedes ser consciente, empieza a florecer en ti. Te vuelves humilde; no contra el ego, porque una humildad contra el ego es de nuevo, un tipo diferente de ego, un ego más sutil y más peligroso, más venenoso. Esta humildad es la ausencia del ego; no es lo opuesto al ego, sino sólo su ausencia. El ego ha desaparecido. Has llegado a ti mismo y has sabido que no hay

ego, surge la simplicidad, surge la humildad... Simplemente, fluyen. No has hecho nada por ellas; son productos derivados, productos derivados de la consciencia intensa.

De modo que este tipo de pregunta es una tontería. Si sientes que eres consciente y el «yo» aún sigue ahí, ten muy claro que no eres consciente. Esfuérzate por ser consciente. Y éste es el criterio: cuando eres consciente, no hay «yo»; cuando eres consciente, el «yo» no se encuentra ahí. Éste es el único criterio.

### **Tercera pregunta:**

*Un día explicaste el desequilibrio entre la cultura occidental, centrada en el objeto, y la cultura oriental, centrada en el sujeto, y también mencionaste que en ninguna parte, en ninguna cultura, se acepta al ser humano total. ¿ Visualizas una cultura venidera que sea capaz de aceptar y desarrollar el ser humano en su totalidad: tanto objetivo como subjetivo?*

Este desarrollo unilateral ha ocurrido como una falacia natural, una falacia muy natural. Intenta comprender la falacia natural, porque de ella dependen muchas cosas.

Siempre que se dice algo, se niega su opuesto. Siempre que se dice algo, algo es negado simultáneamente. Si digo: «Dios está dentro», se niega que «Dios está fuera». No lo he mencionado en absoluto. Pero si digo: «Dios está fuera», entonces se niega que «Dios está dentro». Si digo: «Estar silencioso es haber ido hacia dentro», se desprende que, si vas hacia fuera, nunca estarás silencioso. De modo que, independientemente de lo que se diga con el lenguaje, siempre niega algo.

Esto significa que el lenguaje nunca puede abarcar la totalidad de la vida. Si intentas cubrir la totalidad de la vida, el lenguaje se vuelve ilógico, irracional. Si digo: «Dios está dentro y Dios está fuera», se vuelve sin sentido. Si digo: «Todo es Dios», se vuelve sin sentido. Si digo: «Vayas fuera o vayas dentro, se puede lograr el silencio», no tiene ningún sentido, porque estoy diciendo ambos: los dos opuestos simultáneamente. Los estoy juntando; se niegan el uno al otro..., y entonces no se dice nada.

Se ha intentado. Se ha intentado muchas veces abarcar la totalidad de la vida con la expresión lingüística. Nunca se ha tenido éxito, y no puede tenerse. Puedes hacerlo, pero entonces tus afirmaciones se vuelven místicas; no transmiten ningún significado. La lógica tiene algunos requisitos que hay que cumplir..., y el lenguaje es lógico.

Si me preguntas: «¿Estás aquí?» y digo: «Sí, en cierto sentido estoy aquí, y en cierto sentido no estoy aquí», o digo: «Sí y no», entonces, si me amas dirás que soy un místico; si no me amas, dirás que soy un loco, porque ¿cómo van a ser las dos cosas? estoy aquí, y entonces debo decir que sí; o no estoy aquí, y entonces debo decir que no. Pero si digo sí y no a la vez, estoy abandonando la estructura lógica del lenguaje.

El lenguaje es siempre una elección. Debido a esto, todas las culturas, todas las sociedades, todas las civilizaciones, se vuelven unilaterales. Y ninguna cultura puede existir sin lenguaje. En realidad, el lenguaje crea la cultura. El hombre es el único animal de lenguaje; ningún otro animal crea ninguna cultura o sociedad o civilización. Sólo el hombre crea cultura y civilización y sociedad. Y con el lenguaje surge la elección; y con la elección, el desequilibrio. Ningún animal está desequilibrado. Recuerda: sólo el hombre está desequilibrado. Todos los animales existen en un profundo equilibrio; los árboles y las rocas, y todo. Todo está equilibrado; sólo el hombre está desequilibrado. ¿Cuál es el problema? Que el hombre vive por medio del lenguaje. El lenguaje crea elección.

Si le digo a alguien que es guapo y feo, la frase no transmite ningún significado. ¿Feo y guapo? ¿Qué quieres decir? Si digo: «Eres guapo», tiene sentido. Si digo: «Eres feo», tiene sentido. Pero si digo: «Eres las dos cosas. Eres listo y tonto», no puede transmitir ningún significado.

Pero la realidad es así. En realidad, nadie es simplemente feo y nadie es simplemente guapo. Donde existe la belleza, existe la fealdad; donde existe la fealdad, existe la belleza. Forman parte de un todo. Y donde existe la sabiduría, existe la estupidez. No puedes encontrar un sabio que no sea también un tonto, y no puedes encontrar un tonto que no sea también un sabio.

Puede que te resulte difícil de concebir, porque cuando dices: «Este hombre es un tonto», dejas de explorar, estás cerrado, has

cerrado la puerta. Dices: «este hombre es un tonto.» Ya no vas a buscar su sabiduría. E incluso si su sabiduría te es revelada, no harás caso. Dirás: «Este hombre es tonto. ¿Cómo va a ser sabio? Es imposible; ha sucedido algo impropio. Debe de haberlo hecho de una manera tonta. Esto es algo accidental. No puede ser sabio.» Si decides que este hombre es sabio y luego surge algo estúpido de él, no te lo puedes creer, o tendrás alguna explicación y lo racionalizarás: que debe ser sabio.

La vida es ambas cosas juntas, pero el lenguaje divide. El lenguaje es una elección. Debido a esto, toda cultura crea su propia pauta de elección. En Oriente desarrollaron la tecnología, desarrollaron la investigación científica; desarrollaron todo lo que ahora se desarrolla en Occidente. Hace cinco mil años lo desarrollaron todo, y entonces sintieron la falta de sentido de todo ello..., igual que se siente ahora en Occidente. Sintieron que era inútil.

Cuando sintieron que era inútil, se fueron al extremo opuesto. Dijeron: «Ahora vuelve hacia dentro. Todo lo que hay fuera es ilusorio, no lleva a ninguna parte. Vuelve hacia dentro.» Entonces la sociedad dejó de crecer, entonces la tecnología se detuvo; y no sólo se detuvo: cuando volvieron hacia dentro, empezaron a condenar todo lo que estaba fuera. «¡Vive sólo la vida que hay dentro! ¡Deja todo lo que está fuera!» Se volvieron en contra del mundo, contrarios a la vida, rechazando todo lo que es material... Sólo lo espiritual, lo espiritual puro.

La vida es ambas cosas. En realidad, decir que la vida es ambas cosas no es correcto. La vida es una. Lo que llamamos material es sólo una expresión de lo espiritual, y lo que llamamos espiritual no es más que una expresión de lo material. La vida es una. Lo interno y lo externo no son dos cosas opuestas, sino sólo dos polos de una existencia.

Pero siempre que la sociedad alcanza el extremo de una elección -porque una elección está destinada a ser extremista- inmediatamente pierdes la otra opción, y lo que te pierdes lo sientes más. Lo que tienes lo puedes olvidar, pero lo que no tienes lo sientes más. De modo que Oriente, en la cima del desarrollo científico y tecnológico, sintió el absurdo de todo ello: es inútil, no puedes lograr el silencio por medio de ello, no puedes lograr la dicha por medio de ello, así que deséchalo, renuncia a

ello, ve hacia dentro, entra en el mundo interno. Y entonces este movimiento interno se volvió automáticamente una negación del externo.

En Occidente está sucediendo eso ahora. Ahora Occidente ha alcanzado una cumbre tecnológica; ahora se siente la falta de sentido. Ahora India ha llegado al fondo de la pobreza. Tenía que suceder, porque la mente oriental empezó a ir hacia dentro. Cuando vayas hacia dentro a costa de todo lo externo, serás pobre, y estarás en cautiverio, y tendrás enfermedades y sufrirás. Esto tiene que ser así.

Ahora India no está interesada en la meditación, India no está interesada en el mundo interno, India no está interesada en el *nirvana*. India está interesada en la tecnología moderna. El estudiante indio está interesado en la ingeniería, en la ciencia médica. Los genios indios van a Occidente a adquirir conocimientos, a aprender sobre energía atómica. Y los genios occidentales están interesados en venir a Oriente a aprender qué es la meditación, a aprender a entrar en el espacio interno, y lo han conseguido. Por primera vez en la historia del hombre, han aprendido a entrar en el espacio exterior. Han llegado a la Luna. Ahora que han llegado a la Luna, el asunto se ha vuelto absurdo. Ahora están preguntando: "¿Qué resultará de ello? Hemos ido incluso a la Luna, y ¿qué ha sucedido? El hombre sigue en la misma desdicha". La Luna no va a ayudar, porque puedes trasladar al hombre a la Luna, pero sigue siendo el mismo hombre. De modo que el movimiento al espacio exterior parece no servir para nada, una pérdida de energía. ¿Cómo entrar en el espacio interno?

Ahora vuelven la mirada a Oriente, y Oriente está volviendo la mirada a Occidente; de nuevo la elección. Si Occidente vuelve la mirada completamente a Oriente, en dos o tres siglos Occidente será pobre. Mira a los *hippies*: ya están haciendo eso. Y si la nueva generación occidental se vuelve absolutamente *hippie*, entonces ¿quién va a trabajar para la tecnología, y quién va a trabajar para la industria, y quién va a trabajar por la civilización que ha conseguido Occidente? Se tarda siglos y siglos en conseguir algo; puedes perderlo en una generación.

Si la generación se niega y dice: «No vamos a las universidades», ¿qué se puede hacer? La vieja generación...

¿durante cuánto tiempo puede mantenerlo? Todo puede desaparecer en veinte años, con sólo la negativa de la nueva generación: «No voy a ir a la universidad.» Y se están yendo, se están marginando. Dicen: «¿De qué sirve tener coches grandes, casas grandes, una gran tecnología, si no hay amor? Si no hay tranquilidad de espíritu, ¿de qué sirve toda esta riqueza? ¿De qué sirve este alto nivel de vida si no hay vida? Así que ¡déjalo!».

En un plazo de dos siglos, Occidente puede ir al fondo mismo de la pobreza. Ha sucedido en Oriente. En los tiempos del Mahabharata, se había desarrollado casi la misma tecnología en Oriente. Entonces se vio que era inútil. Y si la mente india vuelve la vista a la tecnología, en dos generaciones la religión desaparecerá -ya ha desaparecido- y la mera palabra «meditación» parecerá anticuada. Si hablas de lo interno, la gente pensará que no estás en tus cabales: «¿A qué te refieres con eso de "lo interno"? No hay nada interno.»

Esto sucede a causa del lenguaje, porque el lenguaje es una elección, y la mente se va al extremo. Y cuando se va a un extremo, el otro se pierde. Y con el otro desaparecen muchas cualidades, y cuando desaparecen, te sientes hambriento de ellas. Entonces vuelves a irte al otro extremo. Entonces se pierde otra cosa.

De modo que todavía no ha nacido ninguna cultura total, y no puede nacer a menos que el hombre aprenda a permanecer silencioso, a menos que el silencio se vuelva el núcleo mismo de la mente humana. No el lenguaje, sino el silencio, porque en silencio estás entero, en el lenguaje siempre eres una parte. A no ser que la humanidad empiece a vivir por medio del silencio -no por medro del lenguaje, no por medio de la mente, sino por medio de la totalidad del ser-, no es posible ninguna cultura real. Sólo los seres humanos totales pueden constituir una cultura total.

El ser humano es parcial y fragmentado. Todo ser humano es sólo un fragmento de lo que puede ser, de lo que debería ser. Es sólo un fragmento de su potencialidad. Estos seres humanos fragmentarios crean sociedades fragmentarias. Siempre ha habido sociedades fragmentarias. Pero ahora parece posible que podamos tomar consciencia de toda esta tontería de irse a los extremos. Y si esta consciencia se vuelve intensa, y no nos vamos



a lo opuesto, sino que, más bien, empezamos a mirar la totalidad...

Por ejemplo, yo mismo. No estoy en contra de lo material, no estoy en contra de lo espiritual. Estoy a favor de lo espiritual, y estoy a favor de lo material. Estoy a favor de ambos. Para mí no hay elección entre lo material y lo espiritual, lo interno y lo externo. Estoy a favor de ambos, porque sólo si aceptas ambos te vuelves total y entero. Pero esto es difícil de comprender, de captar, debido a nuestra herencia.

Siempre que ves a un hombre espiritual empiezas a mirar a ver si es pobre o no. Debe de ser pobre, debe de estar viviendo en una cabaña, debe de estar muriéndose de hambre. ¿Por qué? ¿Por qué debería ser pobre y por qué debería estar pasando hambre? Porque hay que elegir lo interno contra lo externo; eso se ha convertido en parte de nuestra herencia. Si ves a un hombre que vive en el lujo, no puedes creer que sea espiritual. ¿Cómo va a ser espiritual?

¿Qué hay de malo en el lujo? ¿Y en qué manera está la espiritualidad en contra del lujo? En realidad, la espiritualidad es el lujo supremo. En realidad, sólo un hombre espiritual puede vivir en el lujo. Él sabe relajarse, y sabe disfrutar, y sabe llevar la dicha dondequiera que va. Pero la herencia ha penetrado en las células mismas de tu cerebro. Si ves a un hombre espiritual andando en la pobreza, consideras que debe de ser auténtico. ¿En qué se relaciona la pobreza con la espiritualidad? ¿Y por qué? Hemos estado eligiendo extremos. Esto es difícil de comprender debido a una larga tradición..., y ni siquiera eres consciente de ello.

Acaba de estar aquí alguien que me dijo que en Wardha, donde vive Vinoba, Jhora hace mucho calor todo el día, y él ni siquiera usa un ventilador; no quiere usar un ventilador, no quiere usar un acondicionador de aire. ¡Imposible! ¿Cómo va a usar un acondicionador de aire un hombre espiritual? No puede usar ni siquiera un ventilador. El hombre que había venido desde allí estaba muy impresionado. Dijo: «Ves, ¡qué hombre más espiritual! Ni siquiera usa un ventilador.»

Entonces le pregunté: «¿Qué hace?».

Él dijo: «Durante todo el día, desde la diez hasta las cinco, durante siete horas, sigue poniéndose paños fríos en la cabeza y

en el estómago.»

¡Siete horas de Vinoba desperdiciadas cada día! ¿Y cuánto cuesta un ventilador o un sistema de refrigeración o un acondicionador de aire? ¿Y las siete horas de Vinoba desperdiciadas cada día...? Pero si hubiera un ventilador, a este hombre le habría parecido que Vinoba no es espiritual. Y, de algún modo, Vinoba también está de acuerdo con este tipo de actitud: que esas siete horas al día de Vinoba no son importantes.

La vida es muy corta, y un genio como Vinoba está desperdiciando siete horas innecesariamente. Pero él mismo considera también que, de alguna forma, la tecnología es antiespiritual. Entre lo externo y lo interno..., él ha elegido lo interno. Pero si estás eligiendo lo interno, incluso ponerse paños fríos es externo. Es hacer lo mismo, sólo que de una manera más primitiva. ¿Qué estás haciendo? Estás creando un tipo de refrigeración. ¡Y estás perdiendo siete horas para ello! Esto tiene un precio muy alto. Pero diremos: «No, esto es austeridad, esto es espiritualidad, y éste es un gran hombre.» Esto ha entrado en las células mismas de nuestros cerebros.

Yo acepto la vida en su totalidad. Lo externo y lo interno están aquí, y ambos me pertenecen. Y deben estar equilibrados: no necesitas elegir uno a costa del otro. Y si eliges, estás cayendo víctima, víctima de un extremo, y sufrirás por ello.

Crea un equilibrio. Lo externo y lo interno no están contrapuestos, son movimientos de la misma energía, dos orillas del mismo río, y el río no puede fluir con sólo una orilla. Puedes olvidarte de la otra, pero la otra seguirá ahí. Y el río sólo puede existir si la otra está ahí. Puedes olvidarlo completamente, entonces nace la hipocresía, porque tienes que ir escondiendo la otra innecesariamente. No hay necesidad.

El río no puede fluir. La vida fluye entre lo interno y lo externo, y ambos son esenciales. La vida no puede existir con uno. Y los dos no son realmente dos. Las dos orillas del río sólo parecen ser dos; si vas a lo profundo del río, están unidas: el mismo suelo se presenta como dos orillas: Lo externo y lo interno son el mismo suelo, el mismo fenómeno.

Si este entendimiento se hace profundo, y los seres humanos -y yo estoy interesado en los seres humanos, no en las culturas, no en las sociedades, no en las civilizaciones- se vuelven totales y

equilibrados, es posible que algún día la humanidad pueda volverse una sociedad equilibrada. Y sólo entonces se sentirá a gusto el hombre. Y sólo entonces será posible crecer sin ninguna dificultad innecesaria.

Ahora, raramente sucede que alguien crezca; raramente. Casi todas las semillas se malogran.

Una semilla entre millones crece y llega a florecer. Esto parece un total desperdicio. Pero si la sociedad está equilibrada -no se niega nada, no se elige nada, y la totalidad es aceptada en una profunda armonía-, entonces muchos crecerán. En realidad, ocurrirá justo lo contrario: sucederá raramente que alguien no crezca.

## Capítulo 55

### Sólo lo Irreal se Disuelve

#### Los Sutras

**82** *Siente: mi pensamiento, el yo, los órganos internos..., mí.*

**83** *Antes del deseo y antes de saber, ¿cómo puedo decir que soy? Considéralo. Disuélvete en la belleza.*

Una vez un visitante, preguntó a mucha gente en un pequeño pueblo acerca del alcalde: «¿Qué tipo de hombre es vuestro alcalde?»

El cura Hijo: «No es bueno.»

El encargado de la gasolinera dijo: «Es un holgazán.»

Y el barbero dijo: «No he votado en mi vida por ese sinvergüenza.»

Entonces el visitante conoció al alcalde, un hombre muy denigrado, y el visitante le preguntó: «¿Qué sueldo cobra por su trabajo?»

El alcalde dijo: «¡Dios santo, no recibo ningún sueldo por ello! ¡He aceptado este trabajo sólo por el honor de tenerlo!»

Ésta es la situación del ego: sólo tú piensas acerca de tu ego, nadie más. Sólo tú piensas que tu ego está entronizado; para nadie más es esto así. Nadie está de acuerdo con tu ego excepto

tú; todos los demás están contra él. Pero tú sigues viviendo en un sueño, en una falsa ilusión. Tú creas tu propia imagen. Sientes esa imagen, proteges esa imagen, y piensas que el mundo entero existe para ella. Esto es un delirio, una locura. Esto no es la realidad.

El mundo no está existiendo para ti. A nadie le interesa tu ego; a nadie en absoluto. Da igual que existas o que no existas. Eres sólo una *ola*. La *ola* viene y va; el océano no está preocupado por ella. Pero tú piensas que eres muy importante.

Los que quieran disolver el ego, primero deben caer en la cuenta de este hecho. Y a no ser que dejes de lado *tu* estructura egoísta, no podrás ver la realidad, porque todo lo que ves, todo lo que percibes, tu ego lo distorsiona. Intenta manipularlo todo a favor de sí mismo. Y nada está a su favor, porque la realidad no puede ayudar a nada que sea falso. Recuerda eso.

La realidad no puede apoyar nada que no exista, y tu ego es lo más imposible, la mayor falsedad. No existe; es tu creación, tu creación imaginativa. La realidad no puede prestarle apoyo. La realidad siempre está haciéndolo pedazos, siempre está destruyéndolo. Cada vez que tu ego entra en contacto con la realidad, la realidad resulta impactante. Para defenderte a ti mismo contra estos impactos que llegan siempre, que llegan continuamente para destruir tu ego, a la larga evitas ver la realidad.

En vez de perder tu ego, tratas de evitar ver la realidad. Y, entonces, creas en torno a tu ego un mundo falso que piensas que es la realidad. Entonces vives en tu propio mundo. No estás en contacto con el mundo real, no puedes estarlo, porque tienes miedo. Estás viviendo en una casa de cristal del ego. Tienes miedo: siempre que entra en contacto la realidad, puede que tu ego sea destruido, así que es mejor no entrar en contacto con la realidad. Seguimos escapándonos de la realidad tan sólo para proteger, para defender, este ego imposible.

¿Por qué lo llamo imposible? ¿Por qué digo que es falso? Intenta comprender esto. La realidad es una: la realidad existe como un todo, como una totalidad. No puedes existir solo, ¿o sí? Si los árboles no existen, no podrás existir, porque ellos están produciendo oxígeno para ti. Si el aire desaparece, sencillamente morirás, porque ese aire te está dando vitalidad, vida. Si el sol se

va, no seguirás aquí, porque el calor, los rayos, son tu vida.

La vida existe como una totalidad cósmica. No estás solo, y no puedes existir solo. Existes en un mundo. No existes como una existencia atómica, separada, aislada; existes como una ola en el todo cósmico. Estás interrelacionado. Y el ego te da la sensación de que eres individual, de que estás solo, separado, aislado. El ego te da la sensación de que eres una isla; no lo eres. Por eso es falso el ego. Es irreal, y la realidad no puede apoyarlo.

De modo que sólo hay dos caminos. Si entras en contacto con la realidad, si te abres a ella, tu ego se disolverá; o tienes que crear tu propio mundo de ensueño, y luego vivir en él. Y has creado ese mundo. Todo el mundo está viviendo en su propio sueño.

La gente viene a mí y les miro, y veo que están profundamente dormidos, soñando. Sus problemas resultan de sus sueños, y quieren resolverlos. No pueden ser resueltos porque no son reales. ¿Cómo va a poder ser resuelto un problema irreal? Si existe, puede ser resuelto, pero no está en ninguna parte; no puede ser resuelto. Un problema irreal, ¿cómo a ser resuelto? Sólo puede ser resuelto con una respuesta irreal. Pero esa respuesta irreal creará otros problemas que, de nuevo, serán irreales. Y entonces caes interminablemente; no tiene fin.

Si quieres llegar a encontrar la realidad... Y encontrar la realidad es encontrar a Dios. Dios no es algo oculto en alguna parte en el cielo, sino la realidad que te rodea. Dios no está escondido; tú estás escondido en una irrealidad. Dios es la presencia inmediata más cercana, pero tú estás escondido en una cápsula de tu propio mundo irreal y sigues protegiéndolo..., y su centro es el ego.

El ego es irreal, porque no estás aislado; eres uno con la realidad. Existes como parte orgánica de ella. No puedes estar separado de ella. Si estás separado, no puedes estar vivo ni siquiera un momento. Con cada respiración estás unido con el cosmos; a cada momento estás entrando y saliendo, uniéndote a lo real y volviendo.

Eres una pulsación, no una entidad muerta, y esa pulsación existe en profunda armonía con lo real. Pero has olvidado esa pulsación. Has creado un ego falso, un concepto -«Yo soy»-, y este concepto siempre está contra la totalidad: defendiéndose a sí

mismo, luchando, en conflicto, en guerra. De ahí el hincapié de todas las religiones en disolver el ego.

En primer lugar es irreal; por eso puede ser disuelto. Nada real puede ser disuelto. ¿Cómo vas a disolverlo? Si algo es real, no puede ser destruido; permanecerá. Y permanecerá hagas lo que hagas. Sólo las cosas irreales pueden ser disueltas. Pueden desaparecer, pueden evaporarse simplemente en la nada. Tu ego puede disolverse porque es irreal. Es sólo un pensamiento, una idea; no tiene ninguna sustancia.

En segundo lugar: ni siquiera puedes cargar con este ego continuamente las veinticuatro horas del día. Es tan irreal que tienes que echarle combustible, alimentarlo, constantemente. Cuando estás dormido, el ego no está. Por eso te sientes tan fresco por la mañana, porque has estado en contacto profundo con la realidad. La realidad te ha rejuvenecido, revitalizado.

Al dormir profundamente, tu ego no existe. Tu nombre, tu forma, todo se ha disuelto. No sabes quién eres -culto o inculto, pobre o rico, un pecador o un santo-, no sabes. Al dormir profundamente has vuelto a la totalidad cósmica; no hay ego. Por la mañana te sientes vivificado, fresco, joven; la energía ha llegado a ti desde alguna fuente profunda. Estás vivo de nuevo. Pero, si por la noche hay sueños y sueños y sueños, por la mañana te sientes cansado, porque en los sueños el ego persiste. En los sueños el ego persiste, está presente, y no te deja entrar en la fuente original. Por la mañana te sentirás cansado.

Al dormir profundamente, el ego no existe. Cuando amas profundamente, el ego no existe. Cuando estás relajado, silencioso, el ego no existe. Cuando estás, absorto en algo tan totalmente que te has olvidado, el ego no existe. Escuchando música, te has olvidado de que existes, el ego no existe. Y en realidad, lo que llega a ti no es a través de la música; llega porque has olvidado el ego. La música es un medio.

Mirando un bello amanecer o una bella puesta de Sol, te olvidas de ti mismo. Entonces sientes de pronto que te ha sucedido algo. Tú no estás; está algo más grande que tú. Esta presencia de lo grande... Jesús la llama Dios; esa palabra es sólo simbólica. Mahoma la llama Dios; esa palabra es sólo simbólica. «Dios» significa «más grande que tú», un momento en el que sientes que te está sucediendo algo más grande que tú. Y sólo puedes sentir

esto cuando tú no estás. Cuando estás, lo más grande no puede sucederte, porque tú eres la barrera.

En cualquier momento, si estás ausente, Dios está presente. Tu ausencia es la presencia de lo divino; tu presencia es la ausencia de lo divino. De modo que, en realidad, la cuestión no es cómo llegar a Dios, la cuestión no es cómo alcanzar a Dios; la cuestión es cómo estar ausente.

No necesitas preocuparte por lo divino; puedes olvidarte completamente de ello. No hay necesidad de recordar siquiera la palabra «dios». Es irrelevante, porque lo básico no es Dios, lo básico es tu ego. Si no está, Dios te sucede. Y si lo intentas, si haces un esfuerzo por llegar a Dios, por alcanzar a Dios, por liberarte, puede que yerres, porque puede que todo este esfuerzo esté centrado en el ego.

Ese es el problema para el buscador espiritual. Puede que sólo sea el ego lo que está pensando en llegar a Dios. No puedes estar satisfecho con tus éxitos mundanos. Has tenido éxito; en el mundo externo has alcanzado una cierta posición, un cierto renombre, prestigio. Eres poderoso, eres rico, culto, respetado, pero tu ego no está satisfecho. El ego nunca está satisfecho. ¿Y la causa?. La misma. Un hambre real puede ser saciada. El hambre del ego es falso; no puede ser saciado. Hagas lo que hagas, será inútil. Como el hambre es falso, ningún alimento puede saciarlo. Si el hambre es real, puede ser saciado.

Todas las hambres naturales se pueden saciar -no es nada, no es ningún problema-, pero las hambres innaturales no pueden saciarse. En primer lugar, no son hambres; ¿cómo vas a poder saciarlos? Y son irreales; sólo hay vacío ahí. Puedes seguir lanzando comida, y estás lanzando comida a un abismo, un abismo sin fondo. No llegarás a ninguna parte. El ego no puede satisfacerse.

He oído que cuando Alejandro venía a India, alguien le dijo: «¿Has meditado alguna vez, sobre el hecho de que sólo hay un mundo, y qué harás si lo conquistas?»

Y se cuenta que, al oír esto, Alejandro se puso muy triste y dijo: «No he pensado en ello, pero me pone tristísimo. Verdaderamente, sólo hay un mundo, y voy a conquistarlo. Y cuando lo haya conquistado, ¿qué voy a hacer entonces?».

Ni siquiera el mundo entero saciará tu sed, porque la sed es

falsa, irreal. El hambre no es natural.

El ego puede ir en busca de Dios. En casi noventa y nueve casos de cada cien, ésta ha sido mi impresión: que es el ego el que está buscando. Y entonces la búsqueda está destinada al fracaso desde el mismo principio, porque el ego no puede encontrar lo divino, y el ego está haciendo todo tipo de esfuerzos por llegar a ello. Recuerda bien: tu meditación, tu oración, tu veneración, no debería ser una glorificación del ego. Si lo es, estás desperdiciando tu energía innecesariamente. Así que se perfectamente consciente.

Y esto es sólo una cuestión de consciencia. Si eres consciente, puedes averiguar cómo se mueve, y funciona tu ego. No es difícil; no se requiere ningún adiestramiento en particular. Puedes cerrar los ojos y ver cuál es la búsqueda. Puedes preguntar si realmente estás buscando lo divino, o si, de nuevo, es sólo una glorificación del ego: porque eso es respetable, porque la gente piensa que eres religioso, porque en el fondo piensas: «¿Cómo voy a estar satisfecho a menos que posea a Dios?»

¿Va a ser Dios tu posesión? Los Upanishads dicen que alguien que dice que ha logrado a Dios no ha llegado, porque la afirmación misma «He logrado a Dios» es una afirmación del ego. Los Upanishads dicen que alguien que afirme que ha sabido, no ha sabido. La afirmación misma muestra que no ha sabido, porque la afirmación «Yo he sabido» viene del ego..., y el ego no puede saber. El ego es la única barrera.

Ahora entraremos en las técnicas.

## **82 Siente, no pienses.**

Primera técnica: *Siente: mi pensamiento, el yo, los órganos internos..., mí.*

Una técnica muy simple y muy hermosa. *Siente: mi pensamiento, el yo, los órganos internos..., mí.* Lo primero no es pensar, sino sentir. Éstas son dos dimensiones diferentes. Y nos hemos llegado a centrar tanto en el intelecto que incluso cuando decimos que estamos sintiendo, en realidad no estamos sintiendo, sino pensando. Has dejado completamente de sentir; se ha vuelto un órgano muerto en ti. Incluso cuando dices: «Amo», no es un



sentimiento; es de nuevo, un pensamiento.

¿Y cuál es la diferencia entre sentir y pensar? Si sientes, te sentirás a ti mismo centrado junto al corazón; si digo: «Te amo», este sentimiento mismo de amor fluirá desde mi corazón, el centro estará junto al corazón. Si es sólo un pensamiento, vendrá de la cabeza. Cuando ames a alguien, intenta sentir si viene de la cabeza o si viene del corazón.

Cuando sientes hondamente, no tienes cabeza. En ese momento, no hay cabeza; no puede haberla. El corazón se vuelve todo tu ser, como si la cabeza hubiese desaparecido. Al sentir, el centro del ser es el corazón. Cuando estás pensando, el centro del ser es la cabeza. Pero pensar resultó muy útil para la supervivencia, de modo que hemos paralizado todo lo demás. Todas las demás dimensiones de nuestro ser han sido paralizadas y cerradas. Somos sólo cabezas, y el cuerpo es sólo una situación para que exista la cabeza. No dejamos de pensar; pensamos incluso acerca de las sensaciones. Así que intenta sentir. Tendrás que dedicarle trabajo, porque esa capacidad, esa cualidad, ha permanecido estancada. Debes hacer algo para volver a abrir esa posibilidad.

Miras una flor e inmediatamente dices que es bonita. Sopesa el hecho, tómate tu tiempo. No emitas un juicio apresurado. Espera..., y entonces ve si viene simplemente de la cabeza que hayas dicho que es bonita, o si lo has sentido. ¿Es simplemente algo rutinario, porque sabes que una rosa es bonita, que se supone que es bonita? La gente dice que es bonita, y tú también *has* dicho muchas veces que es bonita.

En el momento en que ves una flor, la mente te abastece, la mente dice que es bonita. Se acabó. Ya no hay contacto con la rosa. No hay necesidad; lo has dicho. Ahora puedes pasar a otra cosa. Sin ninguna comunión con la rosa... La mente no te permitió siquiera un vislumbre de la rosa. La mente se interpuso, y el corazón no pudo entrar en contacto con la rosa. Sólo el corazón puede decir si es bonita o no, porque la belleza es una sensación, no es un concepto.

No puedes decir desde la cabeza que es bonita. ¿Cómo vas a poder decirlo? La belleza no es las matemáticas, no es mensurable. Y la belleza no está realmente en la rosa, porque para otro puede que no sea bonita en absoluto; y otro puede que

pase sin mirarla; y para otro puede que incluso sea fea. La belleza no existe simplemente en la rosa; la belleza existe en el encuentro del corazón con la rosa. Cuando el corazón tiene un encuentro con la rosa, florece la belleza. Cuando el corazón entra en contacto profundo con cualquier cosa, es un gran fenómeno.

Si entras en contacto profundo con cualquier persona, la persona se vuelve bella. Cuanto más profundo es el contacto, más belleza se manifiesta. Pero la belleza es un fenómeno que le sucede al corazón, no a la mente. No es un cálculo, y no hay ningún criterio por el que juzgarla. Es una sensación.

De modo que si digo: «Esta rosa no es bonita», no puedes discutir sobre ello. No hay necesidad de discutir. Tú dirás: «Eso es lo que tú sientes. Y la rosa es bella; eso es lo que yo siento.» No puede haber ninguna discusión. La cabeza puede discutir, el corazón no puede discutir. Se ha terminado, es un punto final. Si digo: «Esto es lo que yo siento», entonces no puede haber ninguna discusión.

Con la cabeza, la discusión puede continuar y podemos llegar a una conclusión. Con el corazón, la conclusión ya ha sucedido. Con el corazón, no hay ningún proceso encaminado a la conclusión; la conclusión es inmediata, instantánea. Con la cabeza, es un proceso: debates, discutes, analizas, y luego llegas a una conclusión acerca de si esto es así o no. Con el corazón es un fenómeno inmediato: la conclusión llega primero. Obsérvalo: con la cabeza, la conclusión llega al final. Con el corazón, la conclusión llega primero, y luego puedes proseguir para encontrar el proceso; pero eso es el trabajo de la cabeza.

De modo que cuando hay que practicar semejantes técnicas, la primera dificultad será que no sabes qué es sentir. Intenta cultivarlo. Cuando toques algo, cierra los ojos; no pienses, siente. Por ejemplo, si tomo tu mano en la mía y te digo: "Siente lo que está sucediendo", dirás inmediatamente: «Tu mano está en la mía.» *Pero* eso no es sentir, sino pensar.

Entonces te digo de nuevo: «Siente, no pienses.» Entonces dices: «Estás expresando tu amor.» Eso también es pensar. Si vuelvo a insistir: «Simplemente siente, no uses la cabeza. ¿Qué estás sintiendo ahora mismo?» Sólo entonces serás capaz de sentir y decir: «La calidez». Porque el amor es una conclusión. «Tu mano está en la mía» es un pensamiento centrado en la

cabeza.

La sensación real es que una cierta calidez está fluyendo de mi mano a la tuya, o de tu mano a la mía. Nuestras energías vitales se están uniendo y el punto de contacto se ha calentado, se ha vuelto cálido. Ésta es la sensación, la impresión, lo real. *Pero* seguimos continuamente con la cabeza. Se ha vuelto un hábito; hemos sido adiestrados para ello. De modo que tendrás que volver a abrir tu corazón.

Intenta vivir con sensaciones. Algunas veces, durante el día, cuando no te estés ocupado de ningún asunto en particular..., porque al ocuparte de asuntos, al principio será difícil vivir sintiendo. En los asuntos, la cabeza ha demostrado ser muy eficiente, y no puedes estar supeditado a lo que sientes. Cuando estás en casa jugando con tus hijos, la cabeza no es necesaria, eso no es un «asunto»; pero también ahí estás con la cabeza. Jugando con tus hijos o sentado con tu mujer, o sin hacer nada, relajándote en una silla, siente. Siente la textura de la silla.

Tu mano está tocando la silla: ¿cómo la sientes? El aire está soplando, la brisa está entrando. Te toca. ¿Qué sientes? Llegan olores de la cocina. ¿Qué sientes? Simplemente siente; no pienses en ellos. No empieces a cavilar que este olor revela que se está preparando algo en la cocina..., pues entonces empezarás a soñar despierto. No, simplemente siente lo que se presente. Permanece con la realidad; no te vayas al pensamiento. Estás rodeado por todas partes. De todas partes confluyen en ti muchísimas cosas. Toda la existencia llega de todas partes para encontrarse contigo, está entrando en ti por todos tus sentidos, pero tú estás en la cabeza, y tus sentidos se han adormecido; no sienten.

Será necesario un cierto desarrollo antes de que puedas hacer esto, porque esto es un experimento interno. Si no puedes sentir lo externo, te resultará muy difícil sentir lo interno, porque lo interno es lo sutil. Si no puedes sentir lo burdo, no puedes sentir lo sutil. Si no puedes oír los sonidos, entonces te resultará difícil oír el silencio interno..., resultará muy difícil. Es tan sutil...

Estás sentado en el jardín, hay tráfico y hay muchos ruidos y muchos sonidos. Cierra los ojos y trata de encontrar el sonido más sutil que haya a tu alrededor. Un cuervo está graznando: concéntrate en ese sonido. El ruido del tráfico es atronador. El sonido es tal, es tan sutil, que no puedes ser consciente de él a

menos que enfoques tu consciencia en él. Pero si enfocas tu consciencia, todo el ruido del tráfico se alejará y el sonido del cuervo se volverá el centro. Y lo oirás, todos sus matices; muy sutil, pero serás capaz de oírlo.

Cultiva tu sensibilidad. Cuando toques, cuando oigas, cuando comas, cuando te bañes, deja que tus sentidos estén abiertos. Y no pienses...; siente.

Estás bajo la ducha, siente el frescor del agua que cae sobre ti. No pienses en ella, No digas inmediatamente: «Está muy fresca. Está fría. Está buena.» No digas nada. No verbalices, porque en el momento en que verbalizas, te pierdes la sensación. En cuanto entran las palabras, la mente ha empezado a funcionar. No verbalices. Siente el frescor y no digas que está fresca. No hay necesidad de decir nada. Pero nuestras mentes están locas; seguimos diciendo esto o lo otro.

Recuerdo que en una universidad en la que estuve trabajando, había una profesora que siempre estaba diciendo esto o lo otro. Le resultaba imposible guardar silencio en ninguna situación. Un día me encontraba en el porche de la universidad y el Sol se estaba poniendo. Era tremendamente bello. Y ella estaba a mi lado, así que le dije: «¡Mire!»

Ella no paraba de hablar, así que le dije: «¡Mire! ¡Qué bella puesta de Sol.»

De modo que, muy a regañadientes, lo reconoció. Dijo: «Sí, ¿pero no piensas que debería haber un poco más morado ahí a la izquierda?» ¡No era un cuadro; era una puesta de Sol real!»

Seguimos diciendo cosas, sin ni siquiera ser conscientes de lo que estamos diciendo. Deja de verbalizar; sólo entonces puedes hacer más profundas tus sensaciones. Si las sensaciones se hacen más profundas, entonces esta técnica puede hacer milagros para ti.

*Siente, mi pensamiento...*

Cierra los ojos y siente el pensamiento. Hay un flujo incesante de pensamientos, un continuo, una corriente; fluye un río de pensamientos. Siente estos pensamientos; siente su presencia. Y cuanto más sientas, más se te manifestarán..., capas y más capas. No sólo pensamientos que están en la superficie; detrás de

ellos hay más pensamientos, y detrás de ellos hay aún más pensamientos..., capas y más capas.

Y la técnica dice: *Siente, mi pensamiento*. Y seguimos diciendo: «Éstos son mis pensamientos.» Pero siente... ¿Son realmente tuyos? ¿Puedes decir «mis»? Cuanto más sientas, menos posible te resultará decir que son tuyos. Son todos prestados, son todos del exterior. Han llegado a ti, pero no son tuyos. Ningún pensamiento es tuyo: sólo polvo acumulado. Incluso si no puedes reconocer la fuente de la que te ha llegado este pensamiento, ningún pensamiento es tuyo. Si pones empeño, puedes descubrir de dónde ha llegado a ti este pensamiento.

Sólo el silencio interno es tuyo. Nadie te lo ha dado. Naciste con él, y morirás con él. Los pensamientos te han sido dados; has sido sometido a ellos. Si eres hindú, tienes un tipo diferente, una serie diferente de pensamientos; si eres musulmán..., por supuesto, una serie diferente de pensamientos; si eres comunista, de nuevo una serie diferente de pensamientos. Te han sido dados, o puede que los hayas tomado voluntariamente, pero ningún pensamiento es tuyo.

Si sientes la presencia de los pensamientos, el torrente, también puedes sentir esto: que no son tuyos. El torrente ha llegado a ti, se ha acumulado en torno a ti, pero no te pertenece. Y sólo si puedes sentir esto -que ningún pensamiento es tuyo-, puedes desechar la mente. Si son tuyos, los defenderás. Y la sensación misma de que «este pensamiento es mío» es el apego. entonces le doy raíces en mí mismo. Entonces me convierto en la tierra, y el pensamiento puede permanecer arraigado en mí. Si se arranca todo lo que puedo ver que no es mío, entonces no estoy apegado a ello. La sensación de «mío» crea apego.

Puedes luchar por tus pensamientos, puedes incluso convertirte en un mártir por tus pensamientos, o puedes convertirte en un asesino, en un homicida, por tus pensamientos. Y los pensamientos no son tuyos. La consciencia es tuya, pero los pensamientos no son tuyos. ¿Y por qué ayudará esto? Porque si puedes ver que los pensamientos no son tuyos, entonces nada es tuyo, porque el pensamiento es la raíz de todo. La casa es mía y la propiedad es mía y la familia es mía...; éstas son las cosas externas. En el fondo, los pensamientos son míos. Sólo si los pensamientos son míos pueden ser mías todas estas cosas, la

superestructura.

Si los pensamientos no son míos, entonces no importa nada, porque esto también es un pensamiento: que tú eres mi mujer, ó que tú eres mi marido. Esto también es un pensamiento. Y si, básicamente, el pensamiento mismo no es mío, entonces ¿cómo puede ser mío el marido, o cómo puede ser mía la esposa? Si se arrancan los pensamientos, se arranca todo. Entonces puedes vivir en el mundo y no vivir en él.

Te puedes ir a los Himalayas, puedes abandonar el mundo, pero si piensas que tus pensamientos son tuyos, no te has movido ni un centímetro. Sentado en los Himalayas estarás tan en el mundo como aquí, porque los pensamientos son el mundo. Llevas tus pensamientos a los Himalayas.

Abandonas la casa, pero la casa real es interna, y la casa real está construida con ladrillos de pensamiento. No es la casa externa.

De modo que esto es extraño, pero sucede todos los días: veo a una persona que ha abandonado el mundo, pero sigue siendo hindú. Se hace sannyasin y aún sigue siendo hindú o sigue siendo jaina. ¿Qué significa esto? Renuncia al mundo pero no renuncia a los pensamientos. Todavía es jaina, todavía es hindú..., todavía lleva el mundo del pensamiento. Y ese mundo del pensamiento es el mundo real.

Si puedes ver que ningún pensamiento es tuyo... Y lo verás, porque serás el que ve, y los pensamientos se volverán los objetos. Cuando mires silenciosamente los pensamientos, los pensamientos serán los objetos y tú serás el que mira. Serás el que ve, el testigo, y los pensamientos estarán fluyendo ante ti.

Y si miras profundamente y sientes profundamente, verás que no hay raíces. Los pensamientos están flotando como nubes en el cielo; no tienen raíces en ti. Vienen y van. Eres sólo una víctima, y te identificas innecesariamente con ellos. Dices sobre cada nube que pasa junto a tu casa: «Ésta es mi nube.» Los pensamientos son como nubes: siguen pasando por el cielo de tu consciencia, y tu sigues aferrándote a cada uno de ellos. Dices: «Esto es mío», y esto es tan sólo una nube errante que pasa. Y pasará.

Considera tu infancia. Tenías ciertos pensamientos, y solías aferrarte a ellos y solías decir que eran tus pensamientos. Luego la infancia desapareció, y con esa infancia desaparecieron esas

nubes. Ahora ni siquiera te acuerdas. Luego fuiste joven, entonces llegaron a ti otras nubes que son atraídas cuando se es joven, y empezaste a aferrarte a ellas.

Ahora que eres mayor, esos pensamientos ya no existen; ni siquiera te acuerdas de ellos. Y eran tan importantes que hubieses podido morir por ellos, y ahora ni siquiera te acuerdas. Ahora te puedes reír de toda esa tontería de que una vez pensaste que podrías morir por ellos, podrías ser un mártir por ellos. Ahora no estás dispuesto a dar ni un céntimo por ellos. Ya no te pertenecen. Ahora esas nubes se han ido, pero han llegado otras nubes, y te estás aferrando a ellas.

Las nubes van cambiando, pero tu aferramiento nunca cambia. Ese es el problema. Y no es que sólo vayan a cambiar cuando ya no seas un niño; están cambiando a cada momento. Hace un minuto estabas lleno de ciertas nubes; ahora estás lleno de otras nubes. Cuando viniste aquí, había ciertas nubes gravitando sobre ti; cuando salgas de esta habitación, habrá otras nubes gravitando sobre ti... , y sigues aferrándote a cada nube. Si al final no encuentras nada en tus manos, es natural, porque de las nubes no sale nada, y los pensamientos son sólo nubes.

Este sutra dice: *Siente* -primero asiéntate en sentir; luego: *mi pensamiento*. Observa ese pensamiento que siempre has llamado «mi», *mi pensamiento*. Asentado en sentir, observando el pensamiento, el «mi» desaparece. Y «mi» es el truco, porque el «yo» se compone de muchos «mis», de muchos «mís»: esto es mío, esto es mi... Tantos «míos»...; de ellos se desarrolla el «yo».

Esta técnica empieza en la raíz misma. El pensamiento es la raíz de todo. Si puedes cortar la sensación de «mi» en la raíz misma, no volverá a aparecer, no volverá a verse en ninguna parte. Pero si no la cortas ahí; puedes seguir cortando en todas partes y es inútil; seguirá apareciendo una y otra vez.

Puedo cortarla. Puedo decir: «¿Mi mujer? No, somos extraños, y el matrimonio es tan sólo una formalidad social.» Me corto a mí mismo. Digo: «Nadie es mi mujer», pero esto es muy superficial. Luego digo: «Mi religión.» Luego digo: «Mi congregación.» Luego digo: «Ésta es la Biblia, éste es el Corán..., éste es *mi* libro.» Entonces el «mi» continúa en algún otro campo y sigues siendo el mismo.

*Mi pensamiento, y luego el yo.* Primero mira el tráfico del

pensamiento, el proceso del pensamiento, el flujo como de río del pensamiento, y descubre si algún pensamiento te pertenece o si sólo son nubes que pasan. Y cuando hayas llegado a sentir que ningún pensamiento es tuyo, que atribuir «mi» a cualquier pensamiento es una ilusión, entonces lo segundo, entonces puedes profundizar más. Entonces se consciente del *yo*. ¿Dónde está este «yo»?

Ramana Maharshi solía dar una técnica a sus discípulos: simplemente tenían que inquirir: «¿Quién soy yo?» En Tíbet usan una técnica similar, pero aún mejor que la de Ramana. No preguntan: «¿Quién soy yo?» Preguntan: «¿Dónde estoy yo?», porque el «quién» puede crear un problema. Cuando inquieres: «¿Quién soy yo?» das por sentado que eres; la única cuestión es saber quién eres. Has presupuesto que eres. Eso no se rebate, se da por sentado que eres. Ahora la única, pregunta es *quién* eres. Sólo hay que conocer la identidad, hay que reconocer el rostro, pero está ahí..., no reconocido, está ahí.

El método tibetano es aún más profundo. Dicen que estés en silencio y luego busques dentro dónde estás. Entra en el espacio interno, vete a todos los puntos, y pregunta: «¿Dónde estoy yo?». No lo encontrarás en ninguna parte. Y cuanto más busques, menos estará allí. Y preguntando «¿Quién soy yo?» o «¿Dónde estoy yo?», llega un momento en que llegas a un punto en que eres, pero no un «yo»...; te ha sucedido una simple existencia. Pero sólo sucederá cuando los pensamientos no sean tuyos. Ese es un ámbito más profundo: *el yo*.

Nunca lo sentimos. Seguimos diciendo «yo». La palabra «yo» se usa continuamente -la palabra más usada es «yo» -, pero no sientes nada.

¿Qué quieres decir con «yo»? Cuando dices «yo», ¿a qué te refieres? ¿Qué se connota con esa palabra? ¿Qué se expresa? Puedo hacer un gesto, y decir: «Me refiero a esto.» Puedo señalar mi cuerpo: «Me refiero a esto.» Pero entonces se puede preguntar: «¿Quieres decir tu mano? ¿Quieres decir tu pierna? ¿Quieres decir tu estómago?». Entonces tendré que negar, tendré que decir que no. Entonces todo el cuerpo será negado. Entonces, ¿a qué te refieres cuando dices «yo»? ¿Te refieres a tu cabeza? En el fondo, siempre que dices «yo» es una sensación muy vaga, y la sensación vaga es de tus pensamientos.



Asentado en sentir, escindido de los pensamientos, enfréntate al *yo*; y cuando te enfrentas al él, descubres que no existe. Era sólo una palabra útil, un símbolo lingüístico..., necesario, pero no real. Incluso un buda tiene que usarlo, incluso después de su iluminación. Es sólo un utensilio lingüístico. Pero cuando un buda dice «yo», nunca quiere decir «yo», porque no hay ninguno.

Cuando te enfrentes a este «yo», desaparecerá. El miedo se puede apoderar de ti en ese momento, puedes asustarte. Y les sucede a muchos: entran profundamente en semejantes técnicas y se asustan tanto que escapan de ellas.

Así que recuerda esto: cuando sientas y te enfrentes a tu «yo», estarás en la misma situación en que estarás cuando mueras: la misma, porque el «yo» está desapareciendo, y sientes que te está ocurriendo la muerte. Tendrás una sensación de que te hundes, sentirás que te estás hundiendo más y más. Y si te asustas, volverás a salir y te aferrarás a los pensamientos, porque esos pensamientos serán útiles. Esas nubes estarán ahí, puedes aferrarte a ellas, y entonces el miedo se irá de ti.

Recuerda: este miedo es muy bueno, es una señal muy esperanzadora. Pone de manifiesto que ahora estás profundizando... y la muerte es el punto más profundo. Si puedes entrar en la muerte, te volverás inmortal, porque el que entra en la muerte no puede morir. Entonces la muerte también está simplemente a tu alrededor; nunca en el centro, sólo en la periferia. Cuando el «yo» desaparece, eres como la muerte. Lo viejo ya no existe y lo nuevo ha llegado a la existencia.

La consciencia que resultará es absolutamente nueva, incontaminada, joven, virgen. Lo viejo ya no existe..., y lo viejo ni siquiera ha sido tocado. Ese «yo» desaparece, y estás en tu virginidad prístina, en tu frescor absoluto. Se ha tocado la capa más profunda del ser.

Así que considéralo de esta manera: los pensamientos, debajo de ellos el «yo», y en tercer lugar:

*Siente: mi pensamiento, el yo, los órganos internos..., mí.*

Cuando los pensamientos han desaparecido o no te estás aferrando a ellos -si están pasando, no es asunto tuyo; tú estás distante y desapegado y sin identificarte, y el «yo» ha

desaparecido-, entonces puedes mirar los órganos internos. Estos órganos internos... Ésta es una de las cosas más profundas. Conocemos los órganos externos: te toco con las manos, te veo con los ojos...; éstos son los órganos externos.

Los órganos internos son aquellos a través de los cuales siento mi propio ser. Los externos son para los demás, se acerca de ti mediante los externos. ¿Cómo se acerca de mí? Incluso que existo..., ¿cómo lo se? ¿Quién me da la sensación de mi propio ser? Hay órganos internos. Cuando los pensamientos han cesado y cuando ya no hay «yo»..., sólo entonces, en esa pureza, en esa claridad, puedes ver los órganos internos.

La consciencia, la inteligencia... son órganos internos. Mediante ellos soy consciente de mi propio ser, de mi propia existencia. Por eso, si cierras los ojos, te olvidas de tu cuerpo inmediatamente, pero tu propia sensación de que existes permanece. Y es concebible que cuando una persona muere... Es un hecho: cuando una persona muere, para nosotros está muerta, pero ella tarda un poco de tiempo en reconocer el hecho de que está muerta, porque la sensación interna de ser sigue siendo la misma.

En Tíbet tienen ejercicios especiales para morir, y dicen que uno debe estar dispuesto para morir. Uno de los ejercicios es éste: cuando alguien se está muriendo, el maestro o el sacerdote o alguien que conoce los ejercicios del *bardo*, le irá repitiendo: «Recuerda, estate alerta, estás dejando el cuerpo». Porque incluso cuando hayas dejado el cuerpo, llevará tiempo reconocer que estás muerto, porque la sensación interna permanece igual; no hay ningún cambio.

El cuerpo es sólo para tocar y sentir a los demás. Mediante él, nunca te has tocado a ti mismo; mediante él, nunca te has conocido a ti mismo. Te conoces a ti mismo mediante otros órganos que son internos. Pero ésta es la desdicha: que no somos conscientes de esos órganos internos, y nuestra imagen, en nuestros propios ojos, la crean los demás. Todo lo que los demás dicen de mí es mi conocimiento de mí mismo. Si dicen que soy guapo o si dicen que soy feo, lo creo. Lo que mis sentidos me dicen a través de los demás, reflejado a través de los demás, es lo que creo de mí mismo.

Si puedes reconocer los órganos internos, quedas completamente liberado de la sociedad. Eso es lo que se quiere

decir cuando se afirma en las antiguas Escrituras que un sannyasin no forma parte de la sociedad, porque ahora se conoce a sí mismo mediante sus propios órganos internos.

Ahora este conocimiento sobre sí mismo no se basa en los demás, no es algo reflejado. Ya no necesita ningún espejo para conocerse a sí mismo. Ha encontrado el espejo interno, y se conoce mediante el espejo interno. Y la realidad interna sólo puede conocerse cuando has llegado a los órganos internos.

*Los órganos internos...* Entonces puedes mirar con los órganos internos. Y entonces... el *mí*. Es difícil expresarlo con palabras. Por eso se usa la palabra «mí»: cualquier palabra será errónea -«mí» también es errónea-, pero el «yo» ha desaparecido. Así que recuerda: este «mí» no tiene nada que ver con «yo». Cuando se arrancan los pensamientos, cuando el «yo» ha desaparecido, cuando se conocen los órganos internos, aparece el «mí». Entonces se revela por vez primera mi ser real: a ese ser real se le llama "mí".

El mundo externo ya no está, los pensamientos ya no están, la sensación del ego ya no está, y he llegado a reconocer mis propios órganos internos de conocer la consciencia, la inteligencia, o como quiera que lo llames..., consciencia, alerta. Entonces, a la luz de este órgano interno, se revela «mí».

Este «mí» no te pertenece. Este «mí» es tu centro más íntimo, desconocido para ti. Este «mí» no es un ego. Este «mí» no está contra ningún «tú». Este «mí» es cósmico, este «mí» no tiene límites. En este «mí», está implicado todo. Este «mí» no es la ola, este «mí» es el océano.

*Siente: mí pensamiento, el yo, los órganos internos.* Entonces hay intervalo, y de pronto se revela el «mí». Cuando se revela este «mí», entonces uno llega a saber: «*Aham Brahmasmi*. Soy Dios.» Este conocimiento no es alguna afirmación del ego; el ego ya no existe. Puedes transformarte mediante esta técnica, pero primero asíéntate en sentir.

### **83 Lleva tu enfoque a los intervalos.**

Segunda técnica: *Antes del deseo y antes de saber, ¿cómo puedo decir que soy? Considéralo. Disuélvete en la belleza.*

*Antes del deseo y antes de saber, ¿cómo puedo decir que soy?*  
Surge un deseo: con el deseo surge la sensación de que «yo soy». Surge un pensamiento, con el pensamiento surge la sensación de que «yo soy». Búscalos en tu propia experiencia. Antes del deseo y antes de saber, no hay ego.

Siéntate en silencio, mira dentro de ti. Surge un pensamiento: te identificas con el pensamiento. Surge un deseo: te identificas con el deseo. En la identificación, te vuelves el ego. Entonces piensa: no hay ningún deseo y no hay ningún conocimiento y ningún pensamiento: no puedes identificarte con nada. El ego no puede surgir.

Buda usó esta técnica, y dijo a sus discípulos que hicieran únicamente una cosa: cuando surja un pensamiento, percíbelo. Buda solía decir que cuando surgiera un pensamiento, percibiéramos que está surgiendo un pensamiento. Por dentro, percíbelo: ahora está surgiendo un pensamiento, ahora ha surgido un pensamiento, ahora ha desaparecido un pensamiento. Simplemente recuerda que ahora el pensamiento está surgiendo, ahora el pensamiento ha surgido, ahora el pensamiento está desapareciendo, para no identificarte con él.

Es muy hermoso y muy simple. Surge un pensamiento. Estás andando por la calle; pasa un coche bonito. Lo miras... y, apenas lo miras, surge el deseo de poseerlo. Hazlo. Al principio, verbaliza; di lentamente: «He visto un coche. Es bonito. Ahora ha surgido un deseo de poseerlo.» Verbalízalo.

Al principio, esto está bien; si lo puedes decir en voz alta, está muy bien. Di en voz alta: «Estoy percibiendo que ha pasado un coche; la mente ha dicho que es bonito y ahora ha surgido el deseo y debo poseer este coche». Verbalízalo todo, háblate en voz alta, e inmediatamente sentirás que eres distinto de ello. Percíbelo.

Cuando te hayas vuelto eficiente en percibir, no es necesario decirlo en voz alta. Por dentro, percibe que ha surgido un deseo. Pasa una mujer guapa; ha surgido el deseo. Simplemente percíbelo -como si no te atañera; simplemente estás percibiendo el hecho de que está sucediendo-, y entonces, de pronto, estarás fuera de ello.

Buda dice: Percibe todo lo que sucede. Sigue percibiendo, y cuando desaparezca, vuelve a percibir que ahora el deseo ha

desaparecido, y advertirás que estás a una distancia del deseo, del pensamiento.

Esta técnica: *Antes del deseo y antes de saber, ¿cómo puedo decir que soy?*

Y si no hay deseo y no hay pensamiento, ¿cómo vas a poder decir «yo soy»? ¿Cómo, *Puedo decir que soy?* Entonces todo es silencioso; no hay ni una ondulación. Y sin ninguna ondulación, ¿cómo voy a poder crear esta ilusión del «yo»? Si hay alguna ondulación, me puedo apegar a ella, y mediante ella puedo sentir «yo soy». Cuando no hay ninguna ondulación en la consciencia, no hay «yo».

De modo que antes del deseo, recuerda; cuando el deseo se vaya, sigue recordando. Cuando surja un pensamiento, recuerda. Míralo. Percibe que ha surgido un pensamiento. Tarde o temprano se irá, porque todo es momentáneo, y habrá un intervalo. Entre dos pensamientos hay un intervalo, entre dos deseos hay un intervalo, y en el intervalo no hay «yo».

Percibe un pensamiento en la mente y entonces advertirás que hay un intervalo. Por pequeño que sea, hay un intervalo. Luego llega otro pensamiento; entonces vuelve a haber un intervalo. En esos intervalos no hay «yo», y esos intervalos son tu ser real. Los pensamientos pasan por el cielo. En esos intervalos puedes mirar entre dos nubes, y puedes ver el cielo.

*Considéralo. Disuélvete en la belleza.*

Y si puedes considerar que ha surgido un deseo y un deseo se ha ido, y tú has permanecido en el intervalo y el deseo no te ha perturbado... Llegó. Se fue. Estuvo ahí, y ya no está, y tú has permanecido inalterado, has permanecido tal como eras antes de él. No ha habido ningún cambio en ti. Llegó y pasó como una sombra. No te ha tocado; permaneces sin ninguna cicatriz.

Considera este movimiento del deseo y el movimiento del pensamiento; pero sin ningún movimiento en ti. *Considéralo. Disuélvete en la belleza.* y ese intervalo es bello. Disuélvete en ese intervalo. Cae en el intervalo y se el intervalo. Es una experiencia más profunda de belleza. Y no sólo de belleza, sino también de bien y de verdad. En el intervalo, eres.

Todo el énfasis tiene que ir de los espacios llenos a los espacios

vacíos. Estás leyendo un libro: hay palabras, hay frases, pero entre las palabras hay intervalos; entre las frases hay intervalos. En esos intervalos, eres. Eres la blancura del papel, y los puntos negros son sólo nubes de pensamiento y deseo que pasan por ti. Cambia el énfasis, cambia la *gestalt*. No mires los puntos negros; mira lo blanco.

En tu propio ser interno, mira los intervalos. Se indiferente a los espacios llenos, los espacios ocupados. Pon tu interés en los intervalos, los espacios vacíos. Mediante esos intervalos puedes disolverte en la belleza suprema.

## Capítulo 56

### Descubrir el Vacío

#### Preguntas

*¿Cómo aprender a vivir con el vacío?*

*¿Una transformación existencial de un ego no existencial?*

*¿Es el proceso de transformación también un sueño?*

*¿Cómo saber si la búsqueda espiritual es real?*

#### Primera pregunta:

*En la meditación, cuando el «yo» cesa temporalmente y se crea un vacío dentro, después se siente una frustración cuando ese vacío no se llena con la entrada de lo desconocido. ¿Cómo puede uno aprender a vivir con ese vacío?*

El vacío es lo desconocido. No esperes y no tengas la esperanza de que algo va a llenar el vacío. Si estás esperando, teniendo esa esperanza, deseando, no estás vacío. Si estás esperando que algo, alguna fuerza desconocida, descienda sobre ti, no estás vacío: está ahí esta esperanza, está este deseo, está este anhelo. Así que no desees que algo te llene. Simplemente, estate vacío.

Ni siquiera esperes.

El vacío es lo desconocido. Cuando estás realmente vacío, lo desconocido ha descendido sobre ti. No es que primero te vuelvas vacío y luego entre lo desconocido. Estás vacío, y lo desconocido ha entrado. No hay ni un solo momento de intervalo. El vacío y lo desconocido son una sola cosa.

Al principio te parece vacío; eso es sólo una apariencia, porque siempre has estado lleno del ego. En realidad, estás sintiendo la ausencia del ego; por eso te sientes vacío. Primero desaparece el ego; pero la sensación de que ya no está el ego crea la sensación del vacío. Sólo la ausencia...; algo estaba ahí, y ahora no está. El ego se ha ido, pero se siente la ausencia del ego. Primero desaparecerá el ego, y luego desaparecerá la ausencia del ego. Sólo entonces estarás realmente vacío. Y estar realmente vacío es estar realmente lleno.

Ese espacio interno que se crea con la ausencia del ego es lo divino. Lo divino no tiene que venir de ninguna otra parte; ya eres eso. No puedes percibirlo, no puedes verlo, no puedes tocarlo, porque estás lleno del ego. Te lo impide una barrera transparente del ego.

Cuando el ego ha cesado, la barrera ha cesado. Ya no está la cortina. No tiene que venir nada; lo que tiene que venir ya está ahí. Recuerda esto: que nada nuevo va a venir a ti. Todo lo que es posible ya está ahí, ya es real. Así que no es una cuestión de lograr; es sólo una cuestión de descubrir. El tesoro está ahí, sólo que tapado; destápalo.

Cuando se volvió un hombre realizado, a Buda le preguntaron muchísimas veces: «¿Qué has conseguido? ¿Qué has logrado?».

Se cuenta que Buda dijo: «No he logrado nada. Más bien, por el contrario, me he perdido a mí mismo. Y lo que he logrado ya estaba ahí, así que no puedo decir que lo haya logrado. No era consciente de ello; ahora he tomado consciencia. Pero no puedo decir que lo haya logrado. Más bien, por el contrario, ahora me pregunto cómo era posible que no lo supiera antes. Y estaba siempre ahí, a la vuelta de la esquina: sólo era necesario un giro.»

La divinidad no es un futuro, tu divinidad es el presente. Está aquí y ahora. En este mismo momento eres eso; inconsciente, sin mirar en la dirección correcta, o sin recurrir a ello; eso es todo.

Hay una radio: las ondas están pasando ahora mismo, pero si la radio no está sintonizada en una onda específica, la onda no se manifiesta. Sintonizas la radio y la onda se manifiesta. Es necesaria una sintonización. La meditación es una sintonización. Cuando estás sintonizado, lo que no estaba manifiesto, se manifiesta.

Pero recuerda: no desees, porque el deseo no te dejará estar vacío. Y si no estás vacío, nada es posible, porque no hay espacio, de manera que tu propia naturaleza, que no está manifiesta, no puede manifestarse. Necesita espacio para manifestarse. Y no preguntes cómo vivir con el vacío. Esa no es la pregunta auténtica. Simplemente estate vacío. Aún no estás vacío.

Si conoces alguna vez qué es el vacío, lo amarás. Es extático. Es la experiencia más bella posible para la mente, para el hombre, para la consciencia. No preguntarás cómo vivir con el vacío. Estás preguntándolo como si el vacío fuera algo como un sufrimiento. Eso es lo que le parece al ego. El ego siempre tiene miedo al vacío, de modo que preguntas cómo vivir con él como si fuera un enemigo.

El vacío es tu centro más íntimo. Toda la actividad está en la periferia; el centro más íntimo es tan sólo un cero. Todo lo manifiesto está en la periferia; el centro más profundo de tu ser es el vacío no manifiesto. Buda le ha dado un nombre: *shunyata*. Significa nada o vacío. Esa es tu naturaleza, ese es tu ser, y de esa nada sale todo, y todo vuelve a ella.

Ese vacío es la fuente. No pidas que se llene, porque cuando pidas que se llene crearás más y más ego: el ego es el esfuerzo por llenar el vacío. E incluso este deseo de que ahora algo debe descender sobre ti -un dios, una divinidad, un poder divino, alguna energía desconocida- es otra vez un pensamiento. Cualquier cosa que pienses sobre Dios no será Dios; ¡será simplemente un pensamiento.

Cuando dices «lo desconocido», lo has convertido en lo conocido. ¿Qué sabes tú de lo desconocido? Incluso para decir que es lo desconocido has conocido una de sus cualidades: la cualidad de ser desconocido. La mente no puede concebir lo desconocido. Incluso lo desconocido se vuelve conocido, y cualquier cosa que diga la mente será tan sólo una verbalización, un proceso de pensamiento.



Dios no es la palabra «dios». El pensamiento de Dios no es Dios. Y sólo cuando no hay ningún pensamiento llegas a sentir y a caer en la cuenta de lo que es. No se puede decir nada más sobre ello. Sólo se puede indicar. Y todas las indicaciones son erróneas porque todas son indirectas.

Esto es lo que se puede decir: que cuando tú no estás. Y sólo dejas de estar cuando no hay ningún deseo, porque existes con el deseo. El deseo es el alimento mediante el que existes. El deseo es el combustible. Cuando no hay ningún deseo, ningún anhelo, ningún futuro, y cuando tú no estás, ese vacío es la existencia más plena. En ese vacío, la existencia entera te es revelada. Te vuelves ella.

Así que no preguntes cómo vivir con el vacío. Primero se vacío. No hay necesidad de preguntar cómo vivir con él. Está tan lleno de dicha: es la dicha más profunda. Cuando preguntas cómo vivir con el vacío, en realidad estás preguntando cómo vivir con uno mismo. Pero no te has conocido a ti mismo. Entra más y más en ello.

En la meditación, a veces sientes una especie de vacío; eso no es realmente el vacío. Lo llamo sólo una especie de vacío. Cuando estés meditando, en ciertos momentos, durante unos pocos segundos sentirás que el proceso de pensamientos se ha parado. Al principio llegarán estos intervalos. Pero como te parece que el proceso de pensamientos se ha parado, *esto* es otra vez un proceso de pensamientos, un proceso de pensamientos muy sutil. ¿Qué estás haciendo? Estás diciendo por dentro: «El proceso de pensamientos se ha parado.» Pero ¿qué es esto? Esto es un proceso de pensamientos secundario que ha empezado. Y dices: «Esto es el vacío.» Dices: "Ahora va a suceder algo". ¿Qué es esto? Ha empezado otra vez un nuevo proceso de pensamientos.

Cuando esto vuelva a suceder, no caigas víctima de ello. Cuando sientas que está descendiendo un cierto silencio, no empieces a verbalizarlo, porque lo estás destruyendo. Espera: no algo; simplemente, espera. No hagas nada. No digas: «Esto es el vacío.» En el momento en que lo has dicho, lo has destruido. Simplemente míralo, penetra en ello, disciérnelo, pero espera; no lo verbalices.

¿Qué prisa tienes? Mediante la verbalización la mente ha vuelto a entrar por una ruta diferente y te ha engañado. Estate alerta a

este truco de la mente.

Al principio, esto está abocado a suceder, así que cuando vuelva a suceder, simplemente espera. No caigas en la trampa. No digas nada; permanece en silencio. Entonces entrarás, y entonces no será pasajero; porque una vez que has conocido el vacío real, no puedes perderlo. Lo real no se puede perder; esa es su cualidad.

Una vez que has conocido el tesoro interno, una vez que te has puesto en contacto con tu centro más profundo, entonces puedes entrar en actividad, entonces puedes hacer lo que quieras, entonces puedes vivir una vida mundana corriente, pero ese vacío permanecerá contigo. No puedes olvidarlo. Entrará en ti. Oirás su música. Independientemente de lo que estés haciendo, la acción estará sólo en la periferia; por dentro permanecerás vacío.

Y si puedes permanecer vacío por dentro, actuando sólo en la periferia, todo lo que haces se vuelve divino, todo lo que haces adquiere la cualidad de lo divino, porque ya no proviene de ti. Ahora viene directamente del vacío original, la nada original. Si hablas entonces, esas palabras no son tuyas. Eso es lo que quiere decir Mahoma cuando afirma: «Este Corán no está dicho por mí. Viene a mí como si otro hubiese hablado a través de mí.» Ha venido del vacío interno. Eso es lo que quieren decir los hindúes cuando afirman: «Los Vedas no están escritos por el hombre, no son documentos humanos, sino que lo divino, Dios mismo, ha hablado.»

Éstas son formas simbólicas de decir algo que es muy misterioso. Y éste es el misterio: cuando estás profundamente vacío, todo lo que haces o dices no viene de tí, porque tú ya no estás. Viene del vacío. Viene de la fuente más profunda de la existencia. Viene de la misma fuente de la que ha venido toda esta existencia. Entonces has entrado en el útero, el útero mismo de la existencia. Entonces tus palabras no son tuyas, entonces tus actos no son tuyos. Es como si fueras sólo un instrumento, un instrumento de la totalidad.

Si el vacío se siente sólo momentáneamente, y luego viene y va cómo un destello, no es real. Y si empiezas a pensar sobre ello, incluso lo irreal se pierde. Se necesita mucha valentía para no pensar en ese momento. Es el mayor control que conozco. Cuando la mente se vuelve silenciosa y cuando te estás vaciando,

se necesita la mayor valentía para no pensar, porque todo el pasado de la mente se defenderá. Todo el mecanismo dirá: «¡Piensa ahora!»

De formas sutiles, de formas indirectas, tus recuerdos pasados te obligarán a pensar; y si piensas, has vuelto. Si puedes permanecer en silencio en ese momento, si no eres tentado por el mecanismo de tu memoria y mente... En realidad, esto es Satanás: tu propia mente que te tienta. Siempre que te estás vaciando, la mente te tienta y crea algo en lo que pensar; y si empiezas a pensar, has vuelto.

Se dice que cuando uno de los maestros más grandes, Bodhidharma, fue a China, muchos discípulos se congregaron a su alrededor. Él fue el primer maestro Zen. Un discípulo, que había llegado a ser su principal discípulo, se acercó a él y dijo: «Ahora me he vuelto totalmente vacío.»

Bodhidharma le abofeteó inmediatamente y dijo: «¡Ahora vete y desecha también este vacío! Ahora estás lleno de vacío: deséchalo también. Sólo entonces estarás realmente vacío.»

¿Comprendes? Puedes estar lleno de la idea del vacío. Entonces gravitará sobre ti, se volverá una nube. Él dijo: «Desecha también este vacío, y luego vuelve a mí.» Si dices que estás vacío, no estás vacío: Ahora la palabra «vacío» se ha vuelto significativa y estás lleno de ella. Yo te digo lo mismo: desecha también este vacío.

## **Segunda pregunta:**

*Has hablado de la transformación y mutación de la mente humana, del inconsciente humano en supraconsciente, y has dicho que la espiritualidad es una experimentación existencial. Pero anoche dijiste que el ego es una entidad falsa y que no tiene substancia y realidad. ¿Significa eso que toda la experimentación espiritual es una transformación existencial de un ego que no es existencial?*

No. La transformación espiritual no es la transformación del ego; es su disolución. No vas a transformar el ego, porque independientemente de cómo se transforme, el ego seguirá siendo el ego. Puede que se vuelva superior, más refinado, más

culto, pero el ego seguirá siendo el ego. Y cuanto más culto se vuelve, más venenoso. Cuanto más sutil sea, más estarás en su poder, porque no serás capaz de ser consciente de él. Ni siquiera eres consciente de un ego tan burdo. Cuando se vuelva sutil, no serás consciente de él; no habrá ninguna posibilidad.

Hay maneras de refinar el ego, pero esas maneras no son las de la espiritualidad. La moralidad existe basada en esos métodos. Y esa es la diferencia entre la moralidad y la religión. La moralidad existe basándose en métodos para refinar el ego; la moralidad existe basándose en la respetabilidad. De modo que le decimos a una persona: «No hagas eso. Si haces eso, está en juego tu respeto. No hagas eso... ¿Qué pensarán de ti los demás? No hagas eso, no te respetarán. Haz esto y todo el mundo te respetará.»

Toda la moralidad depende de tu ego, un ego sutil. La religión no es una transformación del ego, sino una trascendencia. Simplemente dejas el ego. Y no es que lo dejes porque es malo. Recuerda esta distinción. La moralidad dice siempre: «Deja lo que es malo, y haz lo que es bueno.» La religión dice: «Deja lo que es falso»... No malo, sino falso. «Deja lo que es irreal, y entra en lo real.» Con la espiritualidad, el valor es la verdad, no el bien. Porque el bien mismo puede ser falso, y en un mundo falso necesitamos bienes falsos para que se opongan a los males.

La espiritualidad no es una transformación del ego, sino una trascendencia. Vas más allá del ego. Y este ir más allá es, en realidad, un despertar; es una alerta profunda para ver si el ego existe o no. Si existe, si es una parte, una parte real de tu ser, no puedes trascenderlo. Sólo si es falso es posible la trascendencia. Puedes despertar de un sueño; no puedes despertar de una realidad, ¿o sí? Puedes trascender un sueño, pero no puedes trascender la realidad.

El ego es una entidad falsa. ¿Y qué queremos decir cuando afirmamos que el ego es una entidad falsa? Queremos decir que existe sólo porque no lo has confrontado. Si lo confrontas, no existirá. Existe en tu ignorancia; existe porque no eres consciente. Si tomas consciencia, no existirá. Si tomas consciencia y alguna entidad desaparece simplemente porque tomas consciencia, eso significa que era falsa. Lo real será manifestado en la consciencia y lo falso desaparecerá.

De modo que, en realidad, tampoco es correcto decir esto: «deja tu ego», porque cuando se dice, da una sensación de que el ego es algo y de que puedes dejarlo. Puedes incluso empezar a luchar por desechar este ego. Todo el esfuerzo será absurdo. No puedes desecharlo, porque sólo una realidad puede ser desecheda. No puedes luchar con él. ¿Cómo vas a poder luchar con una sombra? Y si luchas, recuerda: serás derrotado. No porque la sombra sea muy poderosa, sino porque la sombra no existe; no puedes derrotarla. Serás derrotado por tu propia estupidez.

Lucha con una sombra y no podrás vencer; eso es seguro. Serás derrotado. Eso también es seguro, porque disiparás tu propia energía en la lucha. No es porque la sombra sea muy poderosa, sino porque la sombra no existe. Estás luchando con tu propio ser, estás malgastando tu energía. Entonces te agotarás y caerás. Y pensarás que la sombra ha ganado y que estás derrotado..., y la sombra no ha existido en absoluto. Si luchas con el ego, serás derrotado. Mejor entra y trata de descubrir dónde está.

Se dice que el emperador de China preguntó a Bodhidharma: «Mi mente es muy inquieta. Estoy en constante agitación interior. Dame algo de paz o dame alguna clave secreta para poder entrar en el silencio interno.»

Así que Bodhidharma dijo: «Ven por la mañana temprano, a las cuatro, cuando no haya aquí nadie. Ven cuando esté solo en mi cabaña; y recuerda: trae contigo tu mente inquieta. No la dejes en casa.»

El emperador estaba muy turbado, pensando que este hombre estaba loco. Dijo: «Trae contigo tu mente inquieta. No la dejes en casa; de lo contrario, ¿a quién voy a silenciar, la acallaré, pero ¡tráela! Recuérdalo bien.»

El emperador se fue, pero más turbado que nunca. Había estado pensando que este hombre era un iluminado, un sabio, y que le daría alguna clave, pero todo lo que dijo parecía una tontería: ¿cómo puede uno dejar su propia mente en casa? No pudo dormir. Los ojos de Bodhidharma y la manera en que le había mirado... Estaba hipnotizado, como si le atrajese un imán. No pudo dormir en toda la noche, y a las cuatro estaba listo. En realidad, no quería ir, porque este hombre estaba loco. Y yendo

tan temprano, en la oscuridad: cuando no había nadie allí..., este hombre podría hacer cualquier cosa.

Sin embargo, se sentía tan atraído que fue a pesar suyo. Y lo primero que preguntó Bodhidharma... Estaba sentado delante de su cabaña con su vara en al mano, y dijo: «Muy bien. Así que has venido. ¿Dónde está tu mente inquieta? ¿La has traído? Estoy listo para acallarla.»

El emperador dijo entonces: «¿De qué estás: hablando? ¿Cómo va uno a poder olvidar la mente? Siempre está ahí.»

Bodhidharma dijo: «¿Dónde? ¿Dónde está? Enséñamela para que pueda acallarla, y puedas volver.»

El emperador dijo: «Pero no es algo objetivo. No te la puedo enseñar, no puedo ponerla en mi mano. Está dentro de mí.»

Así que Bodhidharma dijo: «Muy bien, cierra los ojos e intenta descubrir dónde está. Y, en el momento en que la pillas, abre los ojos y dímelo, y yo la acallaré.» En ese silencio y con este loco, el emperador cerró los ojos.

Lo intentó y lo intentó. Y también tuvo miedo, porque Bodhidharma estaba sentado con su vara... Le daría un golpe en cualquier momento. Lo intentó y lo intentó y lo intentó. Miró por todas partes, en todos los rincones de su ser... ¿Dónde está la mente que es inquieta?

Y cuanto más miraba, más caía en la cuenta de que la inquietud había desaparecido. Cuanto más intentaba buscar..., como una sombra, no existía.

Pasaron dos horas, y ni siquiera era consciente de lo que había sucedido. Su rostro se volvió silencioso, se volvió como una estatua de Buda, y entonces, al amanecer, Bodhidharma dijo: «Ahora abre los ojos. Es suficiente. Dos horas son más que suficiente. ¿Puedes decirme ahora dónde está?»

El emperador abrió los ojos. Estaba todo lo silencioso que puede estar un ser humano. Puso su cabeza a los pies de Bodhidharma y dijo: «Ya la has acallado.»

El emperador Wu ha escrito en su autobiografía: «Este hombre es milagroso, mágico. Sin hacer nada, acalló mi mente. Y yo tampoco hice nada. Únicamente entré en mí mismo y traté de descubrir dónde está. Por supuesto, él tenía razón, primero localízala, averigua dónde está. Y con sólo el esfuerzo por localizarla, no se encontró allí.»

No encontrarás el ego. Si entras en ti, si lo buscas, no lo encontrarás. Nunca ha existido. Es sólo un sucedáneo falso. Tiene alguna utilidad; por eso lo has inventado. Como no conoces lo real, el centro real, y es difícil funcionar sin un centro, has creado una ficción, un centro ficticio, y funcionas mediante él.

El centro real está oculto. Has creado un centro falso: el ego es un centro falso, un centro substitutivo. Sin un centro, es difícil existir, difícil funcionar. Necesitas un centro para funcionar. Y no conoces tu centro real, así que la mente ha creado un centro falso. La mente es muy experta en crear sucedáneos. Siempre te da un sucedáneo si no puedes encontrar lo real, porque si no, te volverás loco. Sin un centro, te volverás loco. Te dispersarás, te fragmentarás; no habrá ninguna unidad. De modo que la mente crea un centro falso.

Es como al soñar. Sueñas que tienes sed. Si la sed se vuelve aguda, se perturbará tu dormir, porque entonces tendrás que levantarte a beber agua.

Ahora la mente te dará un sucedáneo, la mente creará un sueño. No es necesario levantarse, no hay necesidad de perturbar el dormir: sueñas que estás bebiendo agua. Estás cogiendo agua del frigorífico y bebiéndola. La mente te ha dado un sucedáneo. Ahora te sientes bien. La sed real no ha sido saciada, sino solamente engañada. Pero ahora sientes que has bebido, que has ingerido agua. Ahora puedes dormir; puedes seguir durmiendo tranquilamente.

En sueños, la mente te está dando continuamente sucedáneos para proteger tu dormir. Y lo mismo está sucediendo cuando estás despierto. La mente te está dando sucedáneos para proteger tu cordura; de lo contrario, te dispersarás en fragmentos.

A no ser que se conozca el centro real, el ego tiene que funcionar. Una vez que se conoce el centro real, no hay necesidad de soñar con agua. Cuando has conseguido el agua real, puedes beberla. No hay necesidad de soñar con ella. La meditación te lleva al centro real. Y al suceder eso, la utilidad de lo falso desaparece.

Pero esto hay que mantenerlo en la consciencia, que el ego no es tu centro real. Sólo entonces puedes empezar una búsqueda de lo real. Y la espiritualidad no es una transformación del ego.

No puede ser transformado. Es irreal; sencillamente no existe. No puedes hacer nada con él. Si eres consciente, si estás alerta, si lo observas dentro de ti, desaparece. Con sólo la llama de tu consciencia, ya no está. La espiritualidad es una trascendencia.

### **Tercera pregunta:**

*Si el ego es irreal, ¿no significa eso que la mente inconsciente, la acumulación de recuerdos en las células del cerebro, y el proceso de transformación, que es el tema de la espiritualidad, es también irreal, un sueño?*

No. El ego es irreal; las células del cerebro no son ¡rreales. El ego es irreal; los recuerdos no son irreales. El ego es irreal; el proceso del pensamiento no es irreal. El proceso del pensamiento es una realidad. Los recuerdos son reales, las células del cerebro son reales, tu cuerpo es real. Tu cuerpo es real, tu alma es real. Son dos realidades. Pero cuando tu alma se identifica con el cuerpo, se forma el ego, eso es una irrealidad.

Es de esta manera. Estoy ante un espejo: soy real, el espejo es real, pero el reflejo del espejo no es real. Yo soy real, el espejo también es real, pero el reflejo que hay en el espejo es un reflejo, no es una realidad. Las células del cerebro son reales, la consciencia es real, pero cuando la consciencia se involucra, se pega, se identifica con las células del cerebro, se forma el ego. Ese ego es irreal.

De modo que cuando hayas despertado, cuando te hayas iluminado, tu memoria no va a desaparecer. La memoria seguirá ahí. En realidad, será más límpida. Entonces funcionará con más precisión, porque no habrá ninguna perturbación del ego falso. Tu proceso del pensamiento no desaparecerá. Antes bien, serás capaz de pensar por primera vez. Antes de eso, simplemente estabas tomando cosas prestadas. Entonces serás realmente capaz de pensar. Pero entonces tú serás el amo, no el proceso del pensamiento.

Antes, el proceso del pensamiento era el amo. Tú no podías hacer nada respecto a él. Proseguía por sí mismo; tú eras sólo una víctima. Querías dormir y la mente seguía pensando. Querías



pararla, pero no se paraba. En realidad, cuanto más intentabas pararla, más obstinada se volvía. Era tu ama. Cuando te ilumines, seguirá ahí, pero entonces será un instrumento. Cuando la necesites, podrás usarla. Cuando no la necesites, no abarrotará tu consciencia. Entonces la puedes llamar y luego la puedes parar.

Las células del cerebro seguirán ahí, el cuerpo seguirá ahí, la memoria seguirá ahí, el proceso del pensamiento seguirá ahí. Sólo una cosa no seguirá ahí: la sensación de «yo» no estará ahí. Esto es difícil de comprender.

Buda anda, Buda come, Buda duerme, Buda recuerda. Tiene memoria; sus células del cerebro funcionan magníficamente. Pero Buda ha dicho: «Yo ando, pero nadie anda en mí. Hablo, pero nadie habla en mí. Como, pero nadie come en mí.» La consciencia interna ya no es el ego. De modo que cuando Buda tiene hambre no la tiene como tú. Tú sientes: «Tengo hambre.» Cuando Buda tiene hambre, siente: «El cuerpo tiene hambre. Yo soy sólo el que lo sabe.» Y ese que lo sabe no tiene ninguna sensación de «yo».

El ego es la entidad falsa, la única entidad falsa; todo lo demás es real. Dos realidades pueden unirse, y en su unión se puede crear un tercer epifenómeno. Cuando dos realidades se unen, puede suceder algo falso. Pero lo falso sólo puede suceder si hay consciencia. Si no hay consciencia, lo falso no puede suceder. El oxígeno y el hidrógeno se unen: no puede suceder un agua falsa. Lo falso sólo puede suceder cuando eres consciente, porque sólo la consciencia puede errar. La materia no puede errar, la materia no puede ser falsa. La materia siempre es verdadera. La materia no puede engañar y no puede ser engañada; sólo la consciencia puede. Con la consciencia hay la posibilidad de errar.

Pero recuerda otra cosa: la materia siempre es real, nunca falsa, pero tampoco nunca verdadera. La materia no puede saber qué es la verdad. Si puedes errar, puedes saber qué es la verdad. Ambas posibilidades se abren simultáneamente. La consciencia humana puede errar y puede saber que ha errado y puede apartarse de ello. Eso es hermoso. Hay peligro, pero tiene que haberlo. Con cada desarrollo entran nuevos peligros. Para la materia no hay ningún peligro.

Considéralo de esta forma. Siempre que algo nuevo se desarrolla en la existencia, que algo nuevo evoluciona, con esa existencia vienen peligros. Para una piedra no hay ningún peligro.

Entonces hay pequeños organismos... En las amebas, el sexo no existe de la manera que existe en el hombre o en los animales. Simplemente dividen sus cuerpos. Cuando una ameba se hace más y más grande, cuando alcanza un cierto tamaño, automáticamente su cuerpo se divide en dos. El cuerpo padre se divide en dos. Ahora hay dos amebas.

Algunas bacterias pueden vivir eternamente; como no hay nacimiento, no hay muerte. Con el sexo apareció el nacimiento; con el nacimiento apareció la muerte; con el nacimiento apareció la individualidad; con la individualidad apareció el ego.

Cada desarrollo tiene sus propios peligros potenciales, pero son hermosos. Si puedes comprender, no hay necesidad de caer en ellos, y puedes trascenderlos. Y cuando trasciendes, tu naturaleza y tú alcanzáis una síntesis mayor. Si caes víctima, la síntesis mayor no se alcanza.

La espiritualidad es la cima, lo último, la síntesis suprema de todo crecimiento. Lo falso es trascendido, y lo real, absorbido. Y sólo lo real permanece; todo lo falso cesa. Pero no pienses que el cuerpo es irreal; es real. Las células del cerebro son reales, el proceso del pensamiento es real. Sólo la relación entre la consciencia y el proceso del pensamiento es irreal. Eso es una atadura. Puedes desatarla. Y en el momento en que la desatas, has abierto la puerta.

### **Última pregunta:**

*¿Cómo puede uno saber que la búsqueda espiritual en la que está involucrado no es una glorificación del ego, sino una auténtica búsqueda religiosa?*

Si no sabes, si estás confuso, entonces ten muy claro que esto es una glorificación del ego. Si no estás confuso, si sabes muy bien que esto es auténtico, si no hay confusión en absoluto, entonces es auténtico. Y no es una cuestión de engañar a otro. Es una cuestión de engañarte o no a ti mismo. Si estás confuso, dubitativo, es una glorificación del ego, porque en el momento en que hay una búsqueda auténtica, no hay ninguna duda. Sucede la fe.

Permíteme expresarlo de otra manera. Siempre que hablas de

semejantes problemas, la confusión misma muestra exactamente que vas por mal camino. Alguien viene a decirme: «Dime. No sé si mi meditación se está haciendo profunda o no.»

De modo que digo: «Si se está haciendo profunda, no hay necesidad de venir a preguntarme. La profundidad es una experiencia tal, que lo sabrás. Y si no sabes lo profundo que estás, ¿quién lo va a saber? Sólo has venido a preguntarme porque no sientes la profundidad. Ahora quieres que otro te certifique. Si digo: "Sí, tu meditación es muy profunda", te sentirás muy bien; esto es una glorificación del ego.»

Cuando estás enfermo, sabes que estás enfermo. Puede que a veces suceda que la enfermedad esté muy, muy oculta. Puede que no seas consciente de ella. Pero nunca sucede lo inverso, cuando estás perfectamente sano, lo sabes. Puede que no seas tan consciente de tu enfermedad, pero de la salud -si tienes salud- sí eres consciente, porque el fenómeno mismo de la salud es un fenómeno de bienestar. Si tú no puedes sentir tu salud, ¿quién la va a sentir? Para tu mala salud puede que haya expertos que te digan qué tipo de enfermedad tienes; no hay ningún experto que te de cuenta de tu salud. No hay necesidad. Pero si preguntas si estás sano o no, estás falto de salud; eso es seguro. Esta misma confusión lo demuestra.

De modo que cuando estás en una búsqueda espiritual, puedes saber si es una glorificación del ego o una búsqueda auténtica. Y la confusión misma demuestra que esto no es una búsqueda auténtica; esto es un tipo de glorificación del ego. ¿Qué es la glorificación del ego? Estás menos interesado en el fenómeno real; estás más interesado en poseerlo.

La gente viene a decirme: "Tú sabes, y puedes saber acerca de nosotros. Dinos si nuestra *kundalini* ha subido o no". No les interesa la *kundalini*, no les interesa realmente; necesitan un certificado. Y a veces juego y digo: «Sí, tu *kundalini* ha subido», e inmediatamente son muy felices. La persona vino muy, muy triste y sombría, y cuando le digo: «Sí, tu *kundalini* ha despertado», está feliz como un niño.

Se va muy feliz; y cuando está saliendo de mi habitación, le vuelvo a llamar y le digo: «Sólo estaba jugando. No es real. No te ha sucedido nada.» Vuelve a estar triste. No está realmente interesado en despertar; simplemente está interesado en sentirse

bien: ahora su *kundalini* ha despertado, ahora puede sentirse superior a los demás.

Y así es como muchos supuestos gurús siguen explotándote: porque estás ahí por tu ego. Te pueden dar certificados, te pueden decir: «Sí, ya has despertado. Te has vuelto un buda.» Y tú no vas a negarlo. Si digo esto a diez personas, de las diez, nueve no lo negarán. Se sentirán muy felices. Estaban buscando un gurú que les dijera que han despertado.

Los falsos gurús existen debido a tu necesidad, porque ningún gurú auténtico va a decirte esto, o darte ningún certificado, porque un certificado es una exigencia del ego. No es necesario ningún certificado. Si lo estás experimentando, lo estás experimentando. Si el mundo entero lo niega, deja que lo niegue; da lo mismo. Si existe la experiencia real, ¿qué importa quién diga que la has logrado, y quién diga que no la has logrado? Es irrelevante. Pero no es irrelevante, porque tu búsqueda básica es el ego. Quieres creer que lo has logrado todo.

Y esto sucede muchas veces, cuando has fracasado en el mundo, cuando estás sufriendo en el mundo, cuando no puedes tener éxito y cuando sientes que tu ambición sigue sin satisfacerse y que la vida está pasando, recurres a la espiritualidad. La misma ambición pide ahora ser satisfecha aquí. Y es fácil satisfacerla, fácil, porque en la espiritualidad puedes engañarte fácilmente a ti mismo. En el mundo real, en el mundo de la materia, no puedes engañarte tan fácilmente.

Si eres pobre, ¿cómo vas a fingir que eres rico? Y si finges, no engañas a nadie. Si sigues insistiendo en que eres rico, entonces toda la sociedad, toda la gente que te rodea, pensará que te has vuelto loco.

Una vez conocí a un hombre que empezó a pensar que era el Pandit lawaharlal Nehru. Su familia, sus amigos, todo el mundo intentó persuadirle: «No digas esas tonterías; si no, pensarán que estás loco.»

Pero él decía: «No estoy diciendo tonterías. Soy el Pandit lawaharlal Nehru.»

Empezó a firmar «lawaharlal Nehru». Enviaba telegramas a casas de los alrededores, a oficiales, a recaudadores, a jefes de la policía, diciendo: «Llego pronto. Pandit lawaharlal Nehru.»

Tuvieron que cogerle y encerrarle en su casa.. Fui a verle; vivía

en mi pueblo. Dijo: «Tú eres un hombre de gran entendimiento; puedes comprender. Estos tontos... Nadie me comprende... Soy el Pandit lawaharlal Nehru.»

Así que le dije: «Sí, por eso he venido a verle. Y no tenga miedo a estos tontos, porque los grandes hombres como usted siempre han sufrido.»

Él dijo: «Exacto.» Estaba muy feliz. Dijo: «Eres el único hombre que puede comprenderme. Los grandes hombres tienen que sufrir.»

En el mundo externo, si tratas de engañarte a ti mismo, pensarán que estás loco, pero en la espiritualidad es muy fácil. Puedes decir que tu *kundalini* ha subido. Simplemente porque tienes un cierto dolor en tu espalda, tu *kundalini* ha subido. Como tu cerebro se siente un poco desajustado, piensas que se están abriendo los centros. Como tienes un continuo dolor de cabeza, piensas que se está abriendo el tercer ojo. Puedes engañar y nadie puede decir nada, y no le interesa a nadie. Pero hay falsos maestros que dirán: «Sí, es así.» Y te sentirás muy feliz.

Una glorificación del ego significa que no estás realmente interesado en transformarte; sólo estás interesado en proclamarlo. Y la proclamación es fácil, puedes comprarla muy barata. Y es una cosa mutua. Cuando un gurú, un supuesto gurú, dice que eres un hombre despierto, es evidente que ha sido él quien te ha despertado, de manera que tienes que rendir honores a este gurú. Esto es algo mutuo. Tú le rindes honores, y ya no puedes dejar a ese gurú, porque en el momento en que abandones a ese gurú, ¿qué le sucederá a tu despertar, a tu *kundalini*? No puedes irte. Ese gurú depende de ti porque tú le das respeto y honor, y entonces tú dependerás de él porque nadie más va a creer que estás despierto. No puedes dejarle. Esto es una fanfarronada mutua.

Si realmente estás buscando, no es tan fácil. Y no necesitas ningún testigo. Es difícil y arduo; puede que incluso lleve vidas. Y es doloroso, es un prolongado sufrimiento, porque hay que eliminar muchas cosas, hay que trascender muchas cosas, hay que romper cadenas muy arraigadas. No es fácil. No es un juego de niños. Es arduo, y tendrá que haber sufrimiento, porque cuando empiezas a cambiar tu pauta, hay que desechar todo lo viejo. Y todo lo que has invertido está en lo viejo. Tendrás que sufrir.

Cuando empieces a buscar tu ego dentro de ti y no lo encuentres, ¿qué pasará con tu imagen, con la que has vivido? Siempre has pensado que eras un hombre muy bueno, moral, esto y lo otro...

¿Qué pasará con eso? Cuando descubras que no se te puede encontrar en ninguna parte, ¿dónde estará ese hombre bueno? Tu ego implica todo lo que has pensado sobre ti mismo. Todo está implicado en él. No es algo que puedas desechar fácilmente. Eres tú, todo tu pasado. Cuando lo deseches, te volverás como un cero, como si nunca hubieras existido antes. Naces por primera vez; sin experiencia, sin conocimientos, sin pasado..., igual que un niño inocente. Se necesita valentía, se necesita audacia.

La búsqueda auténtica es ardua. Una glorificación del ego es muy fácil. Y puede satisfacerse muy fácilmente, porque, en realidad, no se ha satisfecho nada. Empiezas a creer; empiezas a creer que te ha sucedido algo. Simplemente estás perdiendo el tiempo, la energía, la vida. De modo que si realmente estás con un maestro, él te empujará constantemente a salir de esa glorificación. Deberá tener cuidado de que no te vuelvas loco, de que no empieces a pensar en sueños. Tendrá que hacerte volver.

Y es algo muy, muy difícil, porque siempre que te hace volver, te vengas del maestro. «Estaba subiendo tanto, y estaba a punto de explotar, y él dice: "No está sucediendo nada. Te lo estás imaginando".» Te hace volver a la Tierra.

Con un maestro auténtico, es difícil ser un discípulo. Y los discípulos casi siempre están contra sus maestros, porque están en su glorificación del ego y el maestro está intentando sacarles de eso. Y estos discípulos crean falsos maestros. Tienen una necesidad, una necesidad tan grande, que cualquiera que satisfaga su necesidad se convertirá en su maestro. Y es fácil ayudar a crecer a tu ego, porque tú estás a favor de ello. Es muy difícil ayudar a tu ego a desaparecer.

Recuérdalo bien, y comprueba cada día y en cada momento que tu búsqueda no es una glorificación del ego. Sigue comprobándolo. Es sutil, y las tácticas del ego son muy, muy, muy sutiles. No están en la superficie. El ego te manipula desde dentro; desde el fondo, desde el inconsciente. Pero si estás alerta, el ego no puede engañarte. Si estás alerta, llegarás a conocer, llegarás a conocer su sensación, porque está siempre yendo en

busca de experiencias. Esta es la palabra clave.

El ego siempre está buscando experiencias, sexuales o espirituales, da lo mismo. El ego está ávido de experimentar esto y de experimentar aquello, de experimentar la *kundalini* y de experimentar el séptimo cuerpo. El ego siempre anda en busca de experiencias. La búsqueda real no es una avidez de cualquier experiencia, porque cualquier experiencia te frustrará, está destinada a frustrarte, porque cualquier experiencia será repetitiva. Entonces te hartarás de ella; entonces volverás a exigir alguna nueva experiencia.

La búsqueda de lo nuevo persistirá con el ego. Meditarás, y si sólo estás meditando para obtener alguna nueva emoción, porque la vida se ha vuelto aburrida... Estás harto de tu vida habitual corriente, así que quieres alguna emoción. Puede que la consigas, porque el hombre consigue todo lo que intenta encontrar. Esa es la desdicha, todo lo que desees, lo encontrarás. Y entonces te arrepentirás. Conseguirás la emoción... ¿Entonces qué?

Entonces te hartas también de ella. Entonces quieres tomar LSD o alguna otra cosa. Entonces sigues yendo de un maestro a otro, de un *ashram* a otro, buscando una nueva emoción.

El ego es una avidez de nuevas experiencias. Y toda nueva experiencia se volverá vieja, porque todo lo que es nuevo se volverá viejo; entonces, otra vez... La espiritualidad no es realmente una búsqueda de experiencias. La espiritualidad es una búsqueda del propio ser. No de ninguna experiencia -ni siquiera de la dicha, ni siquiera del éxtasis-, porque la experiencia es algo externo; al margen de lo interna que sea, es externa.

La espiritualidad es la búsqueda del ser real que hay dentro de ti, debo saber cuál es mi realidad. Y al saber eso, toda la avidez de experiencias cesa. Y al saber eso, no hay ninguna ansia, ninguna ansia de ir a por alguna nueva experiencia. Al conocer la verdadera realidad interna, el ser auténtico, toda búsqueda cesa.

Así que no vayas a por una experiencia. Todas las experiencias son meramente trucos de la mente, todas las experiencias son meramente escapes.

La meditación no es una experiencia, sino un caer en la cuenta. La meditación no es una experiencia; más bien es una cesación de toda experiencia. Debido a esto, los que realmente han intentado expresar el acaecimiento interno -por ejemplo, Buda-

dicen: «No preguntes qué sucede ahí.» O, si insistes, dirán: «No sucede nada ahí.»

Si digo que no sucederá nada en la meditación, ¿qué harás? Lo dejarás inmediatamente. Si no va a suceder nada, ¿de qué sirve? Eso muestra que estás en una glorificación del ego. Si digo que ahí no sucede nada, y aún dices: «Muy bien, he conocido muchas situaciones y he conocido muchas experiencias, y toda experiencia ha resultado ser frustrante...» Pasas por ella y entonces sabes que no era nada; y entonces un ansia de repetir, y luego la repetición se convierte en aburrimiento. Entonces pasas a otra cosa... Así es como has estado actuando durante vidas y vidas; durante miles y miles de vidas has estado persiguiendo experiencias.

Si dices: «He conocido las experiencias. Ya no quiero ninguna nueva experiencia; quiero conocer al que las tiene», todo el énfasis cambia. La experiencia es algo externo a ti; el que la tiene es tu ser.

Y ésta es la diferencia entre la verdadera espiritualidad y la falsa: si vas a por experiencias, la espiritualidad es falsa; si vas a por el que las tiene, entonces es verdadera. Pero entonces no te preocupa la *kundalini*, no te preocupan los *chakras*, no le preocupan todas esas cosas. Sucederán, pero no te preocupan, no te interesan, y no irás por esos desvíos. Seguirás yendo hacia el centro interno en que no permanece nada excepto tú en tu total soledad. Sólo permanece la consciencia, sin contenido.

El contenido es la experiencia. Todo lo que experimentas es el contenido. Experimento desdicha, entonces la desdicha es el contenido de mi consciencia. Luego experimento placer, entonces el placer es el contenido. Luego experimento aburrimiento, entonces el aburrimiento es el contenido. Y luego experimento silencio, entonces el silencio es el contenido. Y luego experimento dicha, entonces la dicha es el contenido. De modo que vas cambiando de contenido. Puedes seguir cambiando eternamente, pero esto no es lo auténtico.

Auténtico es aquel a quien le suceden estas experiencias, al que le sucede el aburrimiento, al que le sucede la dicha. La búsqueda espiritual no es *lo que* sucede, sino *a quién* le sucede. Entonces no hay ninguna posibilidad de que surja el ego.



## Capítulo 57

### Estás en Todas Partes

#### Los Sutras

**84** *Desecha el apego al cuerpo, cayendo en la cuenta de que estoy en todas partes. Quien está en todas partes está gozoso.*

**85** *Pensar en nada hará ilimitado al ser limitado.*

He oído una historia sobre un anciano doctor. Un día, su asistente le llamó por teléfono porque estaba en un gran aprieto, su paciente se estaba asfixiando. Tenía una bola de billar atorada en la garganta, y el asistente no tenía ni idea de qué hacer. Así que le preguntó al anciano doctor: «¿Qué se supone que debo hacer ahora?». El anciano doctor dijo: «Hazle cosquillas al paciente con una pluma.»

Tras unos pocos minutos el asistente volvió a llamar, muy feliz y jubiloso, y dijo: «Su tratamiento ha resultado maravilloso, el paciente empezó a reírse y escupió la bola. Pero dígame dónde aprendió esta técnica tan asombrosa.»

El anciano doctor dijo: «Acabo de inventarla. Éste ha sido siempre mi lema: Cuando no sepas qué hacer, haz algo.»

Pero esto no servirá en lo referente a la meditación. Si no sabes qué hacer; no hagas nada, porque la mente es muy complicada, compleja, delicada. Si no sabes qué hacer, es mejor no hacer nada, porque cualquier cosa que hagas sin saber, creará más complejidades que las que puede resolver. Incluso puede que resulte fatal, incluso puede que resulte suicida.

Si no sabes nada sobre la mente... Y verdaderamente, no sabes nada sobre ella. La mente es sólo una palabra. No conoces sus complejidades. La mente es lo más complejo que hay en la existencia; no hay nada comparable a ella. Y es lo más delicado, puedes destruirla, puedes hacer algo que luego no se puede deshacer. Estas técnicas se basan en un conocimiento muy profundo, en un encuentro muy profundo con la mente humana.

Cada técnica se basa en una prolongada experimentación.

Así que recuerda esto, no hagas nada por tu cuenta, y no mezcles dos técnicas, porque su funcionamiento es diferente, sus modos son diferentes, sus fundamentos son diferentes. Conducen al mismo fin, pero como medios son totalmente diferentes. A veces, incluso puede que sean diametralmente opuestos. De modo que no mezcles dos técnicas. De hecho, no mezcles nada, usa la técnica tal como se da.

No la cambies, no la mejores, porque no puedes mejorarla, y cualquier cambio que le hagas será fatal. Y antes de empezar a hacer una técnica, asegúrate completamente de que la has comprendido. Si te sientes confuso y no sabes realmente qué es la técnica, es mejor no hacerla, porque cada técnica es para crear una revolución en ti.

Estas técnicas no son evolutivas. Al decir «evolución» me refiero a que, si no haces nada y simplemente sigues viviendo, dentro de millones de años la meditación te sucederá automáticamente; en millones de años evolucionarás. En el curso natural del tiempo, llegarás al punto al que un buda llega mediante una revolución. Estas técnicas son revolucionarias. En realidad, son atajos; no son naturales. La naturaleza te llevará al estado búdico, a la iluminación -llegarás a ello un día-, pero entonces depende de la naturaleza; tú no puedes hacer nada al respecto, excepto seguir viviendo en la desdicha. Llevará muchísimo tiempo; verdaderamente, millones de años y vidas.

La religión es revolucionaria. Te da una técnica que puede acortar el prolongado proceso, y con la que puedes dar un salto, un salto que evitará millones de vidas. En un solo momento puedes atravesar millones de años. De manera que es peligrosa, y a no ser que la comprendas correctamente, no la hagas. No mezcles nada por tu cuenta. No cambies nada.

Primero trata de comprender la técnica absolutamente bien. Cuando la hayas comprendido, entonces pruébala. Y no uses el lema de ese anciano doctor de que cuando no sepas qué hacer, haz algo. No; no hagas nada. No hacer nada será mucho más beneficioso para ti que hacer algo. Esto es así porque la mente es tan delicada que si haces algo erróneamente, será muy difícil deshacerlo..., muy difícil deshacerlo. Es muy fácil hacer algo mal, pero muy difícil deshacerlo. Recuerda esto.

Primera técnica de desapego: *Desecha el apego al cuerpo, cayendo en la cuenta de que estoy en todas partes. Quien está en todas partes está gozoso.*

Hay que comprender muchos puntos. Primero: *Desecha el apego al cuerpo.* Hay un hondo apego al cuerpo; tiene que haberlo, es natural. Has estado viviendo en el cuerpo durante muchísimas vidas, desde el principio mismo. Los cuerpos han cambiado, pero siempre tuviste un cuerpo, estuviste siempre encarnado. Ha habido ciertas veces y momentos en que no estabas encarnado, pero entonces no estabas consciente. Cuando mueres de un cuerpo, mueres en la inconsciencia y permaneces inconsciente. Luego vuelves a nacer en un nuevo cuerpo, pero también entonces estás inconsciente. El intervalo entre una muerte y otro nacimiento es inconsciente, de modo que no sabes cómo te sentirás cuando no estés encarnado. No sabes quién eres cuando no estás en un cuerpo. Sólo conoces un fenómeno, y es el de la encarnación; siempre te has conocido a ti mismo en el cuerpo.

Esto ha sido tan prolongado, tan continuo, que has olvidado que eres distinto a él. Esto es una amnesia -natural, abocada a suceder dadas las circunstancias-; de ahí el apego. Sientes que eres el cuerpo, éste es el apego. Sientes que no eres otra cosa que el cuerpo, nada más que el cuerpo. Puede que no estés de acuerdo conmigo en esto, pero muchas veces piensas que no eres el cuerpo, que eres el alma, el ser. Pero esto no es tu conocimiento; esto es simplemente lo que has oído, lo que has leído, y lo que has creído sin saber.

De modo que lo primero que hay que hacer es caer en la cuenta del hecho de que, en realidad, esto es lo que sabes, que eres el cuerpo. No te engañes a ti mismo, porque el engaño no ayudará. Si piensas que ya sabes que no eres el cuerpo, entonces no puedes desechar el apego, porque en realidad, para ti no hay apego; ya sabes. Entonces surgirán muchas dificultades que no pueden ser resueltas. Una dificultad hay que resolverla al principio. Una vez que pierdes el principio, nunca puedes resolverla; tienes que volver al principio. Así que recuerda bien, y cae bien en la cuenta de que no te conoces a ti mismo en algo

que no sea tu propio cuerpo cuerno. Ésta es la primera realización básica.

Esta realización aún no está presente. Tu mente está enturbiada por todo lo que has oído; tu mente está condicionada por el conocimiento de otros, es prestado, no es real. No es que sea falso -los que lo han dicho, lo han sabido-, pero para ti es falso a no ser que se vuelva tu propia experiencia. De modo que cuando digo que algo es falso, me refiero a que no es tu experiencia. Puede que sea verdad para alguna otra persona, pero no es verdad para ti. Y la verdad es individual en este sentido, que la verdad sólo es verdad cuando se experimenta; no experimentada, es falsa. No hay verdades universales. Toda verdad tiene que ser individual antes de hacerse verdadera.

Sabes, has oído; esto forma parte de tu conocimiento, parte de una herencia -que no eres el cuerpo-, pero no es real para ti. Primero desecha este conocimiento irreal. Afronta el hecho de que sólo te conoces a ti mismo como el cuerpo. Eso creará una gran tensión en ti; fue sólo para ocultar esa tensión que acumulaste este conocimiento. Sigues creyendo que no eres el cuerpo y sigues viviendo como el cuerpo, de manera que estás dividido, y todo tu ser se vuelve inauténtico, falso.

Verdaderamente, éste es un estado paranoico. Vives como un cuerpo y piensas y hablas como un alma: entonces hay una lucha y un conflicto, y entonces estás en constante agitación interna, un hondo desasosiego que no puede ser zanjado. Así que primero confronta el hecho de que no sabes nada sobre el alma, el ser, todo lo que sabes es acerca del cuerpo.

Esto desencadenará un estado de gran ansiedad en ti. Todo lo que está adulto saldrá a la superficie. Al caer en la cuenta de este hecho, de que eres el cuerpo, empezarás literalmente a sudar. Al caer en la cuenta de este hecho, de que eres el cuerpo, te sentirás muy inquieto, extraño, pero hay que pasar por esa sensación; sólo así puedes saber lo que significa el apego al cuerpo.

Los maestros siguen diciendo que no deberías estar apegado al cuerpo, pero lo básico -qué es el apego al cuerpo- lo desconoces. El apego al cuerpo es una profunda identificación con el cuerpo, pero primero tienes que darte cuenta de qué es esta identificación. De manera que desecha todos los conocimientos

que te han dado una sensación ilusoria de que eres el alma. Cae en la cuenta de que sólo conoces una cosa, y es el cuerpo. ¿Cómo se crea esto y cómo desencadena esto la agitación oculta y un infierno oculto dentro de ti?

En el momento en que caes en la cuenta de que eres el cuerpo, por primera vez caes en la cuenta del apego. Por primera vez absorbes en tu consciencia el hecho de que este cuerpo que nace, y este cuerpo que va a morir, es tú. Por primera vez caes en la cuenta del hecho de que estos huesos, esta sangre..., esto eres tú. Por primera vez caes en la cuenta del hecho de que este sexo, esta ira..., esto eres tú. De modo que todas las imágenes falsas se derrumban. Te vuelves real.

La realidad es dolorosa, muy dolorosa; por eso seguimos ocultándola. Es un truco profundo. Sigues pensando en ti mismo como el ser, y todo lo que no te gusta, se lo echas encima al cuerpo. De modo que dices que el sexo es del cuerpo; el amor es tuyo. Entonces dices que la avaricia y la ira son del cuerpo; la compasión es tuya. La compasión te pertenece a ti, y la crueldad le pertenece al cuerpo. El perdón es del ser, y la ira es del cuerpo. De manera que todo lo que te parece que es malo, feo, se lo echas encima al cuerpo, y sigues identificándote con todo lo que te parece que es bello. Creas una división.

Esta división no te permitirá saber qué es el apego, y a menos que sepas qué es el apego y a menos que sufras la desdicha y el infierno que produce, no puedes desecharlo. ¿Cómo vas a poder desecharlo? Sólo puedes desechar algo cuando resulta ser una enfermedad, cuando resulta ser una pesada carga, cuando resulta ser un infierno; sólo entonces puedes desecharlo.

Tu apego aún no ha resultado ser un infierno. Lo que diga Buda y lo que diga Mahavira es irrelevante. Pueden seguir diciendo que el apego es el infierno, pero ésta no es tu impresión. Por eso preguntas una y otra vez cómo no apegarse, cómo no estar apegado, cómo trascender el apego. Sigues preguntando este «cómo» sólo porque no sabes qué es el apego. Si sabes qué es el apego, simplemente lo dejas de un salto; no preguntas «¿Cómo?».

Si tu casa está en llamas, no le preguntarás a nadie, no irás en busca de un maestro para preguntarle cómo salir de ella. Si la casa está en llamas, simplemente saldrás de ella. No perderás ni un solo momento. No buscarás un maestro, no consultarás las

Escrituras. Y no tratarás de elegir en qué forma hay que salir, qué medios hay que adoptar, y cuál es la puerta adecuada. Estas cosas son irrelevantes cuando la casa está en llamas.

Cuando sabes qué es el apego, la casa está en llamas. Puedes desecharlo.

Para entrar en esta técnica, primero tienes que descartar el conocimiento falso del ser, para que el apego al cuerpo se ponga totalmente de manifiesto. Va a ser muy difícil; va a suponer una honda ansiedad y angustia afrontarlo. No va a ser fácil; es arduo, pero una vez que lo afrontas, puedes desecharlo; y no hay necesidad de preguntar cómo. Es absolutamente un fuego, un infierno. Puedes salir de él de un salto.

Este sutra dice: *Desecha el apego al cuerpo, cayendo en la cuenta de que estoy en todas partes.*

Y en el momento en que deseches el apego, caerás en la cuenta de que estás en todas partes.

Debido a este apego, sientes que estás limitado por el cuerpo. No es el cuerpo lo que te está limitando; es tu apego a él. No es el cuerpo lo que está creando una barrera entre tú y la realidad; es tu apego a él. Una vez que sabes que no hay apego, no hay cuerpo para ti. Más bien, toda la existencia se vuelve tu cuerpo; tu cuerpo se vuelve una parte de la existencia total. Entonces no está separado.

En realidad, tu cuerpo no es otra cosa que existencia venida a ti, existencia llegada a ti. Es la existencia más cercana a ti, eso es todo; y luego sigue expandiéndose. Tu cuerpo es simplemente su esquina más cercana, y luego hay toda la existencia, sigue expandiéndose. Una vez que no hay apego, no hay cuerpo para ti; o bien toda la existencia se ha vuelto tu cuerpo. Estás en todas partes.

En el cuerpo estás en alguna parte; sin el cuerpo estás en todas partes. En el cuerpo estás confinado a un espacio en particular; sin el cuerpo no hay confinamiento. Por eso los que han sabido dicen que el cuerpo es la prisión. No es que el cuerpo sea la prisión; en realidad, el apego es la prisión. Una vez que tus ojos no están enfocados en el cuerpo, estás en todas partes.

Esto parece absurdo. A la mente que está en el cuerpo, esto le parece absurdo, una locura: ¿cómo vas a estar en todas partes? A un buda, todo lo que decimos -que «estoy aquí»- le parece

realmente una locura. ¿Cómo vas a estar en alguna parte? La consciencia no es un concepto espacial. Por eso, si cierras los ojos y tratas de descubrir en qué parte del cuerpo estás, te quedarás en blanco. No puedes descubrir dónde estás.

Ha habido muchas religiones y muchas sectas que han predicado que estás en el ombligo. Algunas dicen que estás en el corazón, algunas dicen que estás en este centro o aquél, pero Shiva dice que no estás en ninguna parte. Por eso, si cierras los ojos y tratas de descubrir dónde estás, no puedes decirlo. Estás, pero no hay ningún «dónde» para ti. Simplemente estás.

Al dormir profundamente, no eres consciente del cuerpo. Estás *tú*. Por la mañana dirás que el dormir fue muy profundo, muy dichoso. Eras consciente de una profunda dicha que lo llenaba completamente, pero no eras consciente del cuerpo. ¿Dónde estás al dormir profundamente? Cuando mueres, ¿dónde vas? La gente pregunta continuamente: «Cuando alguien muere, ¿dónde va?». Pero la pregunta es absurda, tonta. Está relacionada con nuestra consciencia encarnada; pensamos que estamos en alguna parte, así que, entonces, cuando morimos, ¿dónde vamos. A ninguna parte.

Cuando mueres, no estás en ninguna parte; eso es todo. No estás confinado en un espacio; eso es todo. Pero si tienes un deseo de estar confinado, volverás a estar confinado. Tu deseo te lleva a nuevos confinamientos. Pero cuando no estás en el cuerpo, no estás en ninguna parte, o estás en todas partes; esto depende, de qué palabra te guste.

Si le preguntas a Buda, dirá que no estás en ninguna parte. Por eso elige la palabra *nirvana*. *Nirvana* significa que no estás en ninguna parte. Igual que una llama que se ha apagado... ¿Cómo vas a decir dónde está la llama? El dirá que no está en ninguna parte. La llama simplemente ha dejado de ser. Buda usa un término negativo, en ninguna parte. Eso es lo que significa *nirvana*. Cuando no estás apegado al cuerpo, estás en *nirvana*, no estás en ninguna parte.

Shiva elige un término positivo: él dice «en todas partes»; pero ambos términos significan lo mismo. Si, estás en todas partes, no puedes estar en alguna parte. Si estás en todas partes, eso es casi lo mismo que decir que no estás en ninguna parte.

Pero en el cuerpo estamos adheridos, y sentimos que estamos

confinados. Este confinamiento es un acto mental; lo haces tu mismo, y puedes confinarte a ti mismo en cualquier cosa. Tienes un valioso diamante. Tu ser puede estar confinado en él, y si el diamante es robado, puede que te suicides o puede que te vuelvas loco. ¿Qué ha sucedido? Hay tantas personas sin un diamante, ninguna está suicidándose, ninguna está sintiendo ninguna dificultad sin un diamante, pero ¿qué te ha sucedido a ti?

Hubo una vez en que tú tampoco tenías un diamante; no había ningún problema. Ahora vuelves a estar sin un diamante, pero hay un problema. ¿Cómo se ha creado este problema? Lo creas tú mismo. Ahora estás apegado, confinado. El diamante se ha vuelto tu cuerpo. Ya no puedes vivir sin él; es imposible vivir sin él.

Cuando te apegas, se convierte en una nueva prisión. Y todo lo que estamos haciendo en la vida es esto, seguimos creando más y más prisiones, cárceles cada vez mayores en las que vivir. Luego vamos decorando esas cárceles para que parezcan un hogar, y entonces nos olvidamos completamente de que son cárceles.

Este sutra dice que si desechas el apego al cuerpo, caes en la cuenta de que *Estoy en todas partes*. Tienes una sensación oceánica, tu consciencia existe sin ninguna localización. Tu consciencia existe sin estar sujeta a ninguna parte. Te vuelves como un cielo, abarcándolo todo; todo está en ti. Tu consciencia se ha expandido a la posibilidad infinita. Y entonces este sutra dice: *Quien está en todas partes está gozoso*.

Confinado en un lugar serás desdichado, porque siempre eres más grande que donde estás confinado. Ésta es la desdicha, es como si te estuvieras metiendo a la fuerza en un pequeño cuenco; como si se estuviera metiendo a la fuerza el océano en una pequeña cazuela. Tendrá que haber desdicha. Ésta es la desdicha, y siempre que se ha sentido esta desdicha, surge la búsqueda de la iluminación, la búsqueda del *Brahma*. *Brahma* significa el infinito. La búsqueda de *moksha* significa la búsqueda de la libertad. En un cuerpo limitado no puedes ser libre; en alguna parte serás un esclavo. En ninguna parte o en todas partes, puedes ser libre.

Observa la mente humana, sea cual sea la dirección, siempre es hacia la libertad, buscando la libertad. Puede que sea política, puede que sea económica, puede que sea psicológica, puede que



sea religiosa, puede ser en cualquier dirección, pero la mente humana siempre está buscando a tientas la libertad. La libertad parece ser la necesidad más honda. Dondequiera que la mente humana encuentra alguna barrera, alguna esclavitud, alguna limitación, lucha contra ella. Toda la historia humana es una lucha por la libertad.

Puede que las dimensiones sean diferentes: un Marx, un Lenin, están luchando por la libertad económica; un Gandhi, un Lincoln, están luchando por la libertad política. Y hay miles y miles de esclavitudes, y la lucha continúa. Pero una cosa es segura, en alguna parte en el fondo, el hombre está continuamente buscando más y más libertad.

Shiva dice, y todas las religiones dicen, que puedes llegar a ser libre políticamente, pero la lucha no cesará. Sólo un tipo de esclavitud habrá dejado de existir, pero quedan otros tipos de esclavitud, y cuando seas libre políticamente tomarás consciencia de otras esclavitudes. La esclavitud económica puede cesar, pero entonces tomarás consciencia de otras esclavitudes, sexuales, psicológicas. Esta lucha no puede cesar a menos que empieces a sentir y a saber que estás en todas partes. En el momento en que sientes que estás en todas partes, se logra la libertad.

Esta libertad no es política, esta libertad no es económica, no es sociológica. Esta libertad es existencial. Esta libertad es total. Por eso la hemos llamado *moksha*, libertad total. Y solo entonces puedes estar gozoso. El gozo o la dicha sólo es posible cuando eres totalmente libre.

En realidad, ser totalmente libre significa gozo. El gozo no es una consecuencia, sino el acaecimiento mismo. Cuando eres totalmente libre, estás gozoso, eres dichoso. Esta dicha no está sucediendo como un efecto. La libertad es dicha, la esclavitud es desdicha. En el momento en que te sientes limitado, eres desdichado; dondequiera que te sientes limitado, te sientes desdichado. Cuando te sientes ilimitado, la desdicha desaparece. De modo que la desdicha existe en las barreras, y la dicha existe en un espacio sin barreras, en una existencia sin barreras.

Siempre que sientes esta libertad, te sucede el gozo. Incluso ahora, siempre que sientes una cierta libertad, incluso si no es total, el gozo llega a ti. Te enamoras de alguien, te sucede un cierto gozo, una cierta dicha. ¿Por qué sucede esto? En realidad,

siempre que estás enamorado, has desechado tu apego al cuerpo. En cierto sentido profundo, ahora el cuerpo de la otra persona también se ha vuelto tu cuerpo. Ya no estás confinado en tu propio cuerpo; el cuerpo de otra persona se ha vuelto también tu cuerpo, se ha vuelto también tu hogar, se ha vuelto también tu morada. Sientes una libertad. Ahora puedes entrar en otro; y el otro puede entrar en ti. En cierto sentido limitado, ha caído una barrera. Eres más que antes.

Cuando amas a alguien, eres más que nunca has sido; tu ser se ha acrecentado, se ha expandido. Tu consciencia no está limitada como lo estaba antes; ha alcanzado un nuevo ámbito. Sientes cierta libertad en el amor. No es total, y tarde o temprano volverás a sentirte confinado. Te sientes expandido, pero aún finito. De modo que los que realmente aman, tarde o temprano están abocados a entrar en la oración.

-Oración significa un amor más grande. Oración significa un amor con toda la existencia. Ahora conoces el secreto. Conoces una clave, una clave secreta, que amabas a una persona, y en cuanto amaste, las puertas se abrieron y las barreras se disolvieron y, al menos para una persona más, tu ser se expandió, se acrecentó. Ahora conoces la clave secreta. Si puedes enamorarte de toda la existencia, no serás el cuerpo.

En el amor profundo te vuelves incorpóreo. Cuando amas a alguien, no te sientes a ti mismo como un cuerpo. Cuando no eres amado, cuando no amas, te sientes a ti mismo más como un cuerpo, te vuelves más consciente del cuerpo. El cuerpo se vuelve una carga; tienes que cargar con él. Cuando eres amado, el cuerpo ha perdido peso. Cuando eres amado y amas, no sientes que la gravitación te afecte. Puedes bailar, puedes volar verdaderamente. En un sentido más profundo, el cuerpo ya no está; pero esto es en un sentido limitado. Lo mismo puede suceder cuando estás enamorado de toda la existencia.

En el amor, el gozo viene a ti. No es placer. Recuerda, el gozo no es placer. El placer te llega a través de los sentidos; el gozo te llega cuando no eres sensual. Los placeres te llegan a través del cuerpo; el gozo viene a ti cuando no eres el cuerpo. Cuando por un momento el cuerpo ha desaparecido y eres simplemente consciencia, entonces el gozo viene a ti. Cuando eres el cuerpo, te puede suceder el placer. Es siempre a través del cuerpo. A través

del cuerpo es posible el dolor, es posible el placer. El gozo sólo es posible cuando no eres el cuerpo.

Sucede también de ordinario, también accidentalmente. Estás escuchando música y, de pronto, se pierde la gravitación. Estás tan absorto en la música que te has olvidado de tu cuerpo. Estás lleno de música y te has hecho uno con la música. No hay alguien que escucha, el que escucha y lo que se escucha se han hecho uno. Sólo existe la música; tú ya no estás. Te has expandido. Ahora estás fluyendo con las notas musicales. Ahora no hay límite para ti. Las notas se están disolviendo en el vacío, y tú también te estás disolviendo en el vacío con ellas. El cuerpo es olvidado.

Siempre que el cuerpo es olvidado, se desecha sin saberlo inconscientemente, y te sucede el gozo. Con el tantra y el yoga puedes hacerlo metódicamente. Entonces no es un accidente; entonces tú tienes control de ello. Entonces no te está sucediendo; entonces tienes la llave en tus manos y puedes abrir la puerta cuando quieras. O, puedes abrir la puerta para siempre y tirar la llave; no hay necesidad de volver a cerrar la puerta.

El gozo sucede también en la vida corriente, pero no sabes cómo sucede. Sucede siempre cuando no eres el cuerpo; recuerda esto. De modo que siempre que vuelvas a sentir algún momento de gozo, toma consciencia de si eres el cuerpo en ese momento o no. No lo serás. Siempre que hay gozo, el cuerpo no está. No es que el cuerpo desaparezca... El cuerpo permanece, pero no estás adherido a él. No estás adherido a él, no estás sujeto a él. Has salido de un salto.

Puede que hayas salido debido a la música, puede que hayas salido debido a un bello amanecer, puede que hayas salido porque un niño se estaba riendo, puede que hayas salido porque estabas enamorado. Puede ser por cualquier causa, pero has salido por un momento... fuera del cuerpo. El cuerpo está ahí, pero dejado de lado; no estás apegado a él. Te has echado a volar.

Mediante esta técnica, sabes que alguien que está en todas partes no puede ser desdichado; está gozoso, es gozo. De modo que cuanto más te confinás, más desdichado eres. Expándete, retira tus límites, y siempre que puedas, deja de lado el cuerpo. Miras el cielo y hay nubes flotando, vete con las nubes, deja el

cuerpo aquí en la Tierra. Y hay Luna, vete con la Luna. Siempre que puedas, olvídate del cuerpo, no pierdas la oportunidad, sal de viaje. Y entonces te acostumbrarás a lo que significa estar fuera del cuerpo.

Y esto es sólo una cuestión de atención. El apego es una cuestión de atención. Si prestas atención al cuerpo, estás apegado. Si la atención se ha ido, no estás apegado.

Mira, por ejemplo: estás jugando en el campo de deportes; estás jugando al hockey o al voleibol o a alguna otra cosa. Cuando estás hondamente en el juego, tu atención no está en el cuerpo. Alguien te ha dado un golpe en los pies y está fluyendo la sangre, no eres consciente. Hay dolor, pero tú no estás ahí. La sangre está manando, pero tú estás fuera del cuerpo. Tu consciencia, tu atención, puede que esté volando con la pelota, puede que esté corriendo con la pelota. Tu atención está en otra parte. El partido finaliza, de pronto vuelves al cuerpo, y hay sangre y dolor. Y te preguntas cómo ha sucedido, cuándo sucedió y cómo sucedió y cómo es que no fuiste consciente de ello.

Para estar en el cuerpo, es necesario que tu atención esté ahí. Así que recuérdalo, dondequiera que está tu atención, ahí estás tú. Si tu atención está en las nubes, estás ahí. Si tu atención está en la flor, estás ahí. Si tu atención está en el dinero, estás ahí. Tu atención es tu ser. Y si tu atención no está en ninguna parte, estás en todas partes.

De modo que todo el proceso de la meditación es estar en un estado de consciencia en el que tu atención no está en ninguna parte, no tiene objeto. Cuando no tiene objeto, no hay cuerpo para ti. Tu atención crea el cuerpo. Tu atención es tu cuerpo.

Y cuando tu atención no está en ninguna parte, estás en todas partes, te sucede el gozo. No está bien decir que te sucede, *eres* el gozo. Ya no puede abandonarte; es tu propio ser. La libertad es gozo; por eso hay tanta ansia de libertad.

## **85 Piensa en nada.**

Segunda técnica de desapego: *Pensar en nada hará ilimitado al ser limitado.*

Eso es lo que estaba diciendo. Si tu atención no tiene objeto, no

estás en ninguna parte; o, estás en todas partes, eres libre. Te has vuelto libertad. Este segundo sutra dice: *Pensar en nada* -no estar pensando- *hará ilimitado al ser limitado*.

Si no estás pensando, eres ilimitado. Pensar te da un límite, y hay muchos tipos de límites. Eres hindú, eso te da un límite. Ser hindú es estar adherido a un pensamiento, a un sistema, a una pauta.

Eres cristiano, entonces también estás limitado. Un hombre religioso no puede ser hindú o cristiano. Y si alguien es hindú o cristiano, no es religioso -imposible-, porque éstos son pensamientos. Ser un hombre religioso significa no pensar pensamientos; no estar limitado por ningún pensamiento, por ningún sistema, por ninguna pauta; no estar limitado por la mente, vivir en lo ilimitado.

Cuando tienes un cierto pensamiento, ese pensamiento se convierte en tu barrera. Puede que sea un bello pensamiento... Sigue siendo una barrera. Un bella prisión sigue siendo una prisión. Puede que sea un pensamiento de oro, pero eso da lo mismo, te aprisiona de todos modos.

Y siempre que tienes un pensamiento y estás apegado a él, estás siempre contra alguien, porque las barreras no pueden existir si no estás contra alguien. Un pensamiento es siempre un prejuicio; es siempre a favor y en contra.

He oído hablar de un cristiano muy religioso que era un pobre campesino. Pertenece a la Sociedad de Amigos; era cuáquero. Los cuáqueros son no-violentos; creen en el amor, en la amistad. Volvía de la ciudad a su pueblo en su carro de mulas, y de repente, sin ninguna causa aparente, la mula se paró y no había forma de que se moviese. Lo intentó, trató de convencer a la mula por medios cristianos, trató de hacer entrar en razón a la mula de manera muy amistosa, de manera no-violenta. Era cuáquero, no podía golpear a la mula, no podía usar palabras fuertes, no podía denostar, regañar, pero estaba lleno de ira. Pero ¿cómo iba a golpear a la mula?

Quería golpearla, así que le dijo a la mula:

«¡Pórtate bien! Como soy cuáquero, no puedo fustigarte, no puedo ser violento..., ¡pero recuerda, mula, que te puedo vender a alguien que no sea cristiano!».

El cristiano tiene su propio mundo, y el no cristiano es lo

opuesto. El cristiano no puede concebir que el no-cristiano pueda alcanzar el reino de Dios. Un hindú no puede concebir, un jaina no puede concebir, que otros puedan entrar en el ámbito de la dicha... Imposible. El pensamiento crea una limitación, una barrera, un confín, y se considera que todos los que no están a favor, están en contra. Quien no esté de acuerdo conmigo está contra mí.

¿Cómo vas a poder estar en todas partes? Puedes estar con el cristiano; no puedes estar con el no-cristiano. Puedes estar con el hindú, pero no puedes estar con el no-hindú, con el musulmán. El pensamiento tiene que estar contra algo; contra alguien o contra algo. No puede ser total. Recuerda, el pensamiento no puede ser total; sólo el no-pensamiento puede ser total.

Segundo: el pensamiento es siempre de la mente, es siempre un producto derivado de la mente. Es tu actitud, tu especulación, tu prejuicio; es tu reacción, tu formulación, tu concepto, tu filosofía, pero no es la existencia misma. Es algo acerca de la existencia; no es la existencia misma.

Hay una flor. Puedes decir algo sobre ella; eso es un pensamiento. Puedes decir que es bonita, puedes decir que es fea, puedes decir que es sagrada, pero cualquier cosa que digas sobre la flor no es la flor. La flor existe sin tus pensamientos, y siempre que estás pensando algo sobre la flor, estás creando una barrera entre tú y la flor.

La flor no necesita tus pensamientos. Existe. Abandona tus pensamientos, y entonces puedes abandonarte a ti mismo en la flor. Todo lo que digas sobre una rosa no tiene sentido; independientemente de lo hermoso que parezca, no tiene sentido. Lo que dices no es necesario. No está dando ninguna existencia a la flor. Está creando una película entre tú y la flor; está creando una limitación. De modo que siempre que hay pensamiento, quedas proscrito; se cierra la puerta a la existencia.

Este sutra dice: *Pensar en nada hará ilimitado al ser limitado.*

Si no piensas, si simplemente eres, totalmente alerta, consciente, pero sin ninguna nube de pensamientos, eres ilimitado. El cuerpo no es el único cuerpo; un cuerpo más profundo es la mente. El cuerpo consta de materia; la mente también consta de materia, sutil, más refinada. El cuerpo es la

capa externa; la mente es la capa interna. Y es fácil estar desapegado del cuerpo. Es más difícil estar desapegado de la mente, porque con la mente sientes que eres más tú mismo.

Si alguien dice que parece que tu cuerpo está enfermo, no te sientes ofendido. No estás tan apegado; está un poco aparte de ti. Pero si alguien dice que tu mente parece patológica, enferma, te sientes ofendido. Te ha insultado. De la mente estás más cerca. Si alguien dice algo sobre tu cuerpo, lo puedes tolerar. Si alguien dice algo sobre tu mente, es imposible tolerarlo, porque te ha pegado más hondo.

La mente es la capa interna del cuerpo. La mente y el cuerpo no son dos, el cuerpo es la capa externa de tu cuerpo y la mente es la capa interna. Es igual que si tienes una casa, puedes ver la casa desde fuera y puedes ver la casa desde dentro. Desde fuera se verá la capa externa de los muros; desde dentro, la capa interna.

La mente es tu capa interna. Está más cerca de ti, pero es aún un cuerpo. Al morir, tu cuerpo externo cae, pero te llevas contigo la capa interna, sutil. Estás tan apegado a ella que ni siquiera la muerte puede separarte de tu mente. La mente continúa. Por eso se pueden conocer tus nacimientos pasados, porque todavía llevas todas las mentes que has tenido. Están ahí. Si fuiste una vez un perro, la mente de perro aún está contigo. Si fuiste una vez un árbol, la mente de árbol aún está contigo. Si una vez fuiste una mujer o un hombre, llevas esas mentes. Llevas encima todas las mentes. Estás tan apegado a ellas que nunca las sueltas.

Al morir, lo externo se disuelve, pero lo interno se lleva. Es una cosa material muy sutil. En realidad, son sólo vibraciones de energía, vibraciones de pensamiento. Las llevas, y según la pauta de pensamiento que lleves, entras en un cuerpo nuevo. Según la pauta de pensamientos, la pauta de deseos, la mente, creas un nuevo cuerpo para ti. El bosquejo está en la mente, y la capa externa vuelve a acumularse.

El primer sutra es dejar de lado el cuerpo. El segundo sutra es dejar de lado la mente, el cuerpo interno. Ni siquiera la muerte puede separarte; sólo la meditación puede separar. Por eso la meditación es una muerte más grande, una cirugía más profunda, más profunda que la muerte misma; por eso hay tanto miedo. La gente sigue hablando de la meditación, pero nunca la harán.

Hablarán, pueden escribir sobre ella, pueden predicar sobre ella, pero nunca la harán. Existe un miedo profundo con respecto a la meditación, y el miedo es a la muerte.

Los que hacen meditación, un día u otro, llegan a un punto en el que se asustan, se echan atrás. Vienen a decirme: «Ya no podemos entrar más. Es imposible.» Llega un punto en que uno siente que se está muriendo. Y ese punto es de una muerte más profunda que cualquier muerte, porque ahora se está separando lo más íntimo; la identidad más íntima está siendo eliminada. Uno siente que se está muriendo; uno siente que ahora está entrando en la no-existencia. Se abre un profundo abismo, se abre un vacío infinito. Uno se asusta, vuelve corriendo a aferrarse al cuerpo para no ser lanzado, porque la tierra se está moviendo bajo sus pies, está desapareciendo. Se está abriendo un valle, una nada.

De modo que, incluso si lo intenta, la gente siempre lo hace superficialmente; juegan con la meditación. Inconscientemente, se dan cuenta de que si profundizan, dejarán de ser. Y eso es cierto, el miedo es verdadero, no volverás a ser tú mismo. Una vez que hayas conocido ese abismo, ese *shunya*, el vacío, no volverás a ser el mismo.

Vuelves, pero has resucitado, eres un hombre nuevo. El de antes ha desaparecido. No puedes encontrar ni rastro de él, de adónde ha ido. El de antes era la identidad con la mente. Ahora no puedes estar identificado con la mente. Ahora puedes usar la mente, puedes usar el cuerpo, pero se han vuelto instrumentos; estás por encima de ellos. Todo lo que hagas, lo puedes hacer, pero no eres uno con ellos. Esto da libertad. Pero esto sólo puede suceder cuando estés *pensando en nada*, ¿eh?

Esto es muy paradójico: *Pensar en nada*. Puedes pensar en cosas; ¿cómo vas a pensar en nada? ¿Qué significa este «nada»? ¿Y cómo puedes pensar en ello? Siempre que piensas en algo, se vuelve una cosa, se vuelve un objeto, se vuelve un pensamiento, y los pensamientos son cosas. ¿Cómo vas a pensar en nada? No puedes, pero en el esfuerzo mismo -el, esfuerzo por pensar en nada-, el pensamiento se perderá, el pensamiento se disolverá.

Puede que hayas oído hablar de los *koans* del Zen. Los maestros Zen dan un enigma absurdo al buscador para que piense en él. Y es algo que no puede ser pensado. Se da a sabiendas, para parar el pensamiento. Por ejemplo, le dicen al



buscador: "Vete a descubrir cuál es tu rostro original, el rostro que tenías cuando no habías nacido. No pienses en este rostro que tienes; piensa en el rostro que tenías antes del nacimiento".

¿Cómo vas a pensar en él? No había rostro antes del nacimiento; el rostro llega con el nacimiento. El rostro forma parte del cuerpo. Tú no tienes rostro; sólo el cuerpo tiene rostro. Cierra los ojos, y no tienes rostro. Sabes acerca de tu rostro mediante el espejo. No lo has visto tú mismo, y no puedes verlo, de modo que ¿cómo va uno a pensar en el rostro original? Pero uno lo puede intentar; el esfuerzo mismo ayudará.

El buscador lo intentará y lo intentará..., y es imposible. Irá una y otra vez al maestro, preguntando: «¿Es éste el rostro original?». Y antes de que se lo diga al maestro, el maestro dice: «Es erróneo. Todo lo que traigas será erróneo.»

Durante meses seguidos, el buscador viene una y otra vez. Encuentra algo, imagina algo, y ve el rostro: «¿Es así el rostro original?». Y el maestro dice: «No.» ¡Y todas las veces es «no, no», y poco a poco va desconcertándose más y más. No puede pensar. Lo intenta y lo intenta y lo intenta, y fracasa. Ese fracaso es lo básico. Un día llega a un fracaso total. Todo el pensamiento cesa en ese fracaso total, y llega a caer en la cuenta de que el rostro original no puede pensarse. El pensamiento cesa.

Y siempre que esta última vez le sucede a un buscador, cuando va al maestro, el maestro dice: «Ya no hay necesidad. Veo el rostro original.» Los ojos se han vuelto vanos. El buscador no ha venido a decir nada, sólo a estar junto al maestro. No ha encontrado ninguna respuesta. No había ninguna. Ha venido por primera vez sin la respuesta. No hay respuesta. Viene en silencio.

Siempre que venía, tenía alguna respuesta. La mente estaba ahí, el pensamiento estaba ahí, estaba limitado por ese pensamiento. Había encontrado o imaginado algún rostro, estaba limitado por ese rostro. Ahora se ha vuelto original; ahora no hay ningún límite. Ahora no tiene ningún rostro, ninguna idea, ningún pensamiento. Ha venido sin ninguna mente. Éste es el estado de no-mente.

En este estado de no-mente, el ser limitado se «¡limita». Los límites se disuelven. De pronto estás en todas partes, de pronto eres todo el mundo. De pronto estás en el árbol y en la piedra y en el cielo y en el amigo y en el enemigo, de pronto estás en

todas partes. La existencia entera se ha vuelto un espejo, estás en todas partes, reflejado. Este estado es el estado de la dicha. Ahora nada puede perturbarte, porque no existe nada excepto tú. Ahora nada puede destruirte; no existe nada excepto tú. Ahora no hay muerte, porque estás incluso en la muerte. Ahora nada es opuesto a ti. Existes solo.

A esta soledad Mahavira lo ha llamado *kaivalya*, soledad total. ¿Por qué *soledad total*? Porque todo está involucrado, absorbido; se ha vuelto tú. Puedes expresar este estado de dos maneras. Puedes decir: «Sólo yo existo. *Aham Brahmasmi*: Soy el Dios, lo divino, la totalidad. Todo ha venido a mí; todos los ríos se han disuelto en mi océano. Existo solo. No existe nada más.» Los místicos sufíes dicen esto, y los musulmanes nunca pudieron comprender por qué los sufíes dicen tales cosas. Un sufí dice: «No hay Dios. Existo yo solo.» O «Yo soy el Dios.» Ésta es una manera positiva de decir que ya no hay separación. Buda usa una forma negativa. Dice: «Ya no existo. Nada existe.»

Ambas son verdad, porque cuando todo está incluido en mí, no tiene sentido llamarme a mí mismo «yo». El «yo» siempre está opuesto al «tú»; «yo» siempre se opone al tú». Tiene sentido en relación con «tú». Cuando no hay «tú», «yo» pierde sentido. De modo que ¡Buda dice que no hay «yo», que nada existe. O todo se ha vuelto tú, o te has vuelto un no-ser y te disuelves en todo.

Ambas expresiones son ciertas. Por supuesto, ninguna expresión puede ser ¡totalmente cierta; por eso la expresión opuesta también es siempre cierta. Toda expresión es parcial, una parte; por eso la expresión opuesta también es cierta, también forma parte de ella. Recuerda esto. Cualquier cosa que expreses puede que sea cierta, y lo opuesto puede que también sea cierto, lo opuesto mismo. En realidad, tiene que ser cierto, porque toda expresión es sólo una parte.

Y hay dos tipos de expresión, puedes elegir la positiva o puedes elegir la negativa. Si eliges la positiva, la negativa parece falsa. No lo es; es complementaria. No se opone realmente a ella. De modo que, digas *Brahma*, la totalidad, o digas *nirvana*, la nada, es lo mismo. Ambas connotan la misma experiencia, y la experiencia es ésta, pensando en nada, llegas a conocerla.

Hay que comprender algunas cosas básicas sobre esta técnica. Una: al pensar, estás separado de la existencia. Pensar no es una

relación, no es un puente, no es una comunicación; es una barrera. Al no pensar, estás relacionado, unido; estás en comunión. Cuando estás hablando con alguien, no estás relacionado. El hablar mismo se convierte en una barrera. Cuanto más hablas, más te alejas. Si estás con alguien en silencio, estás relacionado. Si el silencio es realmente profundo y no hay pensamientos en tu mente y ambas mentes están totalmente silenciosas, sois uno.

Dos ceros no pueden ser dos. Dos ceros se vuelven uno. Si sumas dos ceros, no se hacen dos, sino un cero más grande, uno sólo. Y, en realidad, un cero no puede ser más grande, más o menos grande. Un cero es simplemente un cero. No puedes sumarle algo, no puedes restarle algo. Un cero está completo. Siempre que estás en silencio con alguien, sois uno. Cuando estás en silencio con la existencia, eres uno con ella.

Esta técnica dice que si estás en silencio con la existencia, sabrás qué es Dios. Sólo hay un diálogo con la existencia, y es en silencio. Si hablas con la existencia, yerras. Entonces estás envuelto en tus propios pensamientos.

Prueba esto como un experimento. Pruébalo con cualquier cosa como un experimento...; incluso con una piedra. Permanece en silencio con ella, cógela en la mano y guarda silencio..., y habrá una comunión. Entrarás profundamente en la piedra, y la piedra entrará profundamente en ti. Tus secretos le serán revelados a la piedra, y la piedra te revelará sus secretos. Pero no puedes usar el lenguaje con ella. La piedra no conoce ningún lenguaje. Como usas el lenguaje, no puedes relacionarte con ella.

Y el hombre ha perdido completamente el silencio. Ni siquiera estás silencioso cuando no estás haciendo nada; la mente sigue haciendo esto o lo otro.

Debido a esta constante charla interna, esta continua cháchara interna, no estás relacionado con nada. Ni siquiera estás relacionado con las personas a las que amas, porque esta cháchara continúa.

Puede que estés sentado con tu mujer, estás charlotteando en tu propia mente; ella está charlotteando en su propia mente. Los dos están charlotteando. Están muy lejos el uno del otro, lejísimos. Es como si uno estuviera en una estrella, y el otro en otra estrella, y hay un espacio infinito entre ellos. Entonces

sienten que no hay intimidad, y entonces se echan la culpa el uno al otro: «No me amas.»

Ésta no es realmente la cuestión. El amor no es posible. El amor es una flor del silencio. Sólo florece en silencio, porque florece en comunión. Si no puedes estar sin pensamientos, no puedes amar; y entonces es imposible estar en oración. Pero incluso si oramos, charloteamos. Para nosotros, la oración es sólo un charloteo con Dios.

Nos hemos habituado tanto a charlotear que incluso si vamos a la iglesia o al templo, continuamos charloteando también allí. Charlamos con Dios, hablamos con Dios. Esto es una absoluta tontería. Dios, la existencia, no comprende tu lenguaje. La existencia comprende sólo un lenguaje, el del silencio. Y el silencio no es ni sánscrito ni árabe ni inglés ni hindú. El silencio es universal; no le pertenece a nadie.

Hay al menos cuatro mil lenguas en la Tierra, y todo el mundo está encerrado en su propia lengua. Si no conoces su lengua, no puedes relacionarte con él. No puedes relacionarte. Si no comprendo tu lengua y tú no comprendes la mía, no podemos relacionarnos. Somos extraños. No podemos penetrar el uno en el otro, no podemos comprender, no podemos amar. Esto está sucediendo tan sólo porque no conocemos un lenguaje universal básico: el silencio.

En realidad, uno sólo se relaciona mediante el silencio. Y si conoces el lenguaje del silencio, entonces puedes relacionarte con cualquier cosa, porque las piedras están en silencio, los árboles están en silencio, el cielo está en silencio... Es existencial. Todo sabe lo que es el silencio; todo existe en el silencio.

Si tienes una piedra en la mano, la piedra no está charlando consigo misma, y tú sí estás charlando; por eso no puedes relacionarte con la piedra. Y la roca está abierta, vulnerable, acogedora. La piedra te dará la bienvenida, pero tú estás charloteando y la piedra no puede comprender el charloteo, eso se convierte en la barrera. De modo que ni siquiera con los seres humanos puedes tener una relación profunda; no puede haber intimidad.

El lenguaje, las palabras, lo destruye todo.

Meditación significa silencio, no pensar en nada. No pensar en absoluto; sólo ser abierto, dispuesto, ansioso de relacionarte,

acogedor, receptivo, amoroso, pero sin pensar en absoluto. Entonces te sucederá el amor infinito, y nunca dirás que nadie te ama. Nunca lo dirás, nunca lo sentirás.

Ahora, hagas lo que hagas, dirás esto y sentirás esto. Puede que ni siquiera lo digas. Puedes fingir que alguien te ama, pero en el fondo sabes que no.

Incluso los amantes siguen preguntándose el uno al otro: «¿Me amas?». De formas muy diferentes, siguen preguntándolo continuamente. Todo el mundo está asustado, dudoso, inseguro. Tratan de descubrir de muchas formas si alguien realmente les ama. Y nunca pueden estar seguros, porque su amante puede decir: «Sí, te amo», pero eso no ofrecerá ninguna garantía. ¿Cómo vas a sentirte a gusto? ¿Cómo puedes saber si te está engañando o no? Puede argüir, puede convencerte. Puede convencerte intelectualmente, pero el corazón no estará convencido. De modo que los amantes siempre están en agonía. No pueden estar convencidos de hecho de que el otro les ama. ¿Cómo vas a estar convencido?

En realidad, no hay manera de convencer por medio del lenguaje. Y estás preguntando por medio del lenguaje, y mientras tu amante está ahí, tú estás charlotteando en la mente, cuestionando, debatiendo. Nunca estarás convencido, y siempre sentirás que no has sido amado, y esto se convierte en la más honda desdicha. Y esto está sucediendo no porque alguien no te ame; esto está sucediendo porque estás encerrado entre paredes, estás cerrado en tus pensamientos. Nada puede entrar. No se puede entrar en los pensamientos a no ser que los deseches. Si los desechas, toda la existencia entra en ti.

Este sutra dice: *Pensar en nada hará ilimitado, al ser limitado.*

Te volverás ilimitado. Te volverás entero. Te volverás universal, estarás en todas partes.

Y entonces hay gozo. Ahora no eres más que desdicha. Los que son astutos siguen engañándose a sí mismos con que no son desdichados, o siguen esperando que algo cambie, algo suceda, y alcanzarlo al final de su vida..., pero eres desdichado. Puedes crear rostros, engaños, rostros falsos; puedes seguir sonriendo continuamente; pero en el fondo sabes que eres desdichado. Eso es natural. Confinado en tus pensamientos, serás desdichado. Sin confinar más allá de los pensamientos -alerta, despierto,

consciente, pero sin nubes de pensamientos-, serás gozo, serás dicha, serás alegría.

## Capítulo 58

### Ve Más Allá del Karma

*Ir, ve mas allá del karma*

#### **Preguntas**

*¿No están los atajos en contra del Tao?*

*¿Por qué no estamos iluminados?*

*¿Son los atajos una posibilidad divina?*

*¿Puedes definir "no-hacer"?*

#### **Primera pregunta:**

*Las técnicas son atajos, revoluciones, pero ¿no están estas cosas en contra del Tao, swabhav, la naturaleza?*

Lo están. Están en contra del *Tao*, están en contra de *swabhav*. Cualquier esfuerzo está en contra de *swabhav*, el Tao; el esfuerzo en sí está en contra del Tao. Si puedes dejárselo *todo a swabhav*, el Tao, la naturaleza, entonces no es necesaria ninguna técnica, porque esa es la técnica suprema. Si puedes dejárselo todo al Tao, esa es la más profunda entrega posible. Estás entregándote a ti mismo, tu futuro, tus posibilidades. Estás entregando el tiempo mismo, todo esfuerzo. Esto significa infinita paciencia, espera.

Si puedes entregarlo todo a la naturaleza, entonces no hay esfuerzo, entonces no haces nada. Simplemente flotas. Estás en un profundo estado de dejarte ir. Las cosas te suceden, pero tu no estás haciendo ningún esfuerzo por ellas; ni siquiera las estás buscando. Si suceden, está bien; si no suceden, está bien; no

tienes ninguna preferencia. Lo que sucede, sucede, no tienes expectativas y, por supuesto, tampoco frustraciones.

La vida va fluyendo; tú fluyes en ella. No tienes ningún objetivo que alcanzar, porque con el objetivo entra el esfuerzo. No tienes ninguna parte a la que ir, porque si tienes alguna parte a la que ir, entrará el esfuerzo; está implícito. No tienes ninguna parte a la que ir, ninguna parte a la que llegar, ninguna meta, ningún ideal; no hay que lograr nada..., lo entregas todo.

En este momento de entrega, en este mismo momento, todo te sucederá. El esfuerzo llevará tiempo; la entrega no llevará tiempo. La técnica llevará tiempo; la entrega no llevará tiempo. Por eso la llamo la técnica suprema. Es una no-técnica. No puedes practicarla; no puedes practicar la entrega. Si la practicas, no es entrega. Entonces estás confiando en ti mismo; entonces no estás totalmente desvalido; entonces estás intentando hacer algo; incluso si es la entrega, estás intentando hacerla. Entonces entrará la técnica, y con la técnica entra el tiempo, entra el futuro.

La entrega es intemporal; está más allá del tiempo. Si te entregas, en este mismo momento estás más allá del tiempo, y todo lo que puede suceder, sucederá. Pero entonces no lo estás buscando, no estás yendo a su encuentro; no estás codiciándolo. No piensas en ello en absoluto, que suceda o no, a ti te da exactamente igual.

*Tao* significa entrega, entrega a *swabhav*, a la naturaleza. Entonces no eres. El tantra y el yoga son técnicas. Mediante ellas llegarás a *swabhav*, pero será un largo proceso. Al final, después de toda técnica tendrás que entregarte, pero con las técnicas sucederá al final; con el Tao, en el Tao, sucede al principio. Si puedes entregarte ahora mismo, no es necesaria ninguna técnica, pero si no puedes. Y si me preguntas cómo entregarte, entonces es necesaria una técnica. De modo que, entre millones y millones de hombres, excepcionalmente hay uno que puede entregarse sin preguntar cómo. Si preguntas «cómo», no eres del tipo apropiado que puede entregarse, porque el «cómo» significa que estás pidiendo una técnica.

Estas técnicas son para los que no pueden deshacerse de este «cómo». Estas técnicas son sólo para deshacerte de tu ansiedad básica con respecto al «cómo», cómo hacerlo. Si puedes

entregarte sin preguntar, entonces no necesitas ninguna técnica. Pero entonces no habrías venido a mí, te podrías haber entregado en cualquier momento, porque la entrega no requiere ningún maestro. Un maestro sólo puede enseñarte técnicas.

Cuando buscas, estás buscando alguna técnica; toda búsqueda es una búsqueda de alguna técnica. Cuando vas a preguntarle a alguien, estás pidiendo una técnica, un método. De lo contrario no hay necesidad de ir a ninguna parte. La búsqueda misma muestra que tienes una profunda necesidad de una técnica. Estas técnicas son para ti.

No es que sin técnica no pueda suceder. Puede suceder, pero le ha sucedido a muy pocas personas. Y esas pocas personas no son realmente excepcionales, en sus vidas pasadas han estado esforzándose con técnicas, y han estado esforzándose tanto con técnicas que ahora están hartas, están aburridas. Llega un punto de saturación cuando has preguntado una y otra vez: «¿Cómo? ¿Cómo? ¿Cómo?», y al final el «cómo» cae. Entonces puedes entregarte.

La técnica es necesaria en todos los aspectos. Un Krishnamurti puede decir que no es necesaria ninguna técnica; pero ésta no es su primera vida, y no habría podido decir esto en su vida pasada. Incluso en esta vida le fueron dadas muchas técnicas, y trabajó con ellas. Mediante técnicas puedes llegar a un punto en el que entregarte -puedes desechar todas las técnicas y simplemente ser-, pero también eso es mediante técnicas.

Está en contra del Tao porque tú estás en contra del Tao. Tienes que ser descondicionado. Si estás en el Tao no es necesaria ninguna técnica. Si estas sano, entonces no es necesaria ninguna medicina. Toda medicina está en contra de la salud.

Pero estás enfermo; es necesaria la medicina. Esta medicina matará tu enfermedad. No puede darte la salud, pero si se elimina la enfermedad, la salud te sucederá. Ninguna medicina puede darte la salud. Básicamente, toda medicina es un veneno, pero has acumulado algún veneno; necesitas un antídoto. Éste equilibrará, y la salud será posible.

Una técnica no va a darte tu divinidad, no va a darte tu naturaleza. Destruirá todo lo que has acumulado en torno a tu naturaleza. Tan sólo te descondicionará. Estás condicionado, y



ahora mismo no puedes dar un salto a la entrega. Si puedes darlo, está bien; pero no puedes darlo. Tu condicionamiento preguntará: «¿Cómo?» Entonces las técnicas serán útiles.

Cuando uno vive en el Tao, no es necesario ningún yoga, ningún tantra, ninguna religión. Uno está perfectamente sano; no es necesaria ninguna medicina. Toda religión es medicinal. Cuando el mundo viva totalmente en el Tao, las religiones desaparecerán. No será necesario ningún maestro, ningún Buda, ningún Jesús, porque todo el mundo será un Buda o un Jesús. Pero ahora mismo, tal *como* eres, necesitas técnicas. Esas técnicas son antídotos.

Has acumulado en torno a ti una mente tan compleja que todo lo que se te diga o de, lo complicarás. Lo harás más complejo, lo harás más difícil. Si te digo: «Entrégate», preguntarás: «¿Cómo?». Si digo: «Usa técnicas», preguntarás: «¿Técnicas? ¿No están las técnicas en contra el Tao?». Si digo: «No es necesaria ninguna técnica; simplemente entrégate y Dios te sucederá», preguntarás inmediatamente: «¿Cómo?» ¡Qué mente la tuya!

Si digo: «El Tao esta aquí y ahora: no necesitas practicar nada, simplemente da un salto y entrégate», dirás: «¿Cómo? ¿Cómo puedo entregarme?». Si te doy una técnica para responder a tu «cómo», tu mente dirá, «¿Pero no está un método, una técnica, un camino, en contra de *swabhav*, en contra del Tao? Si la divinidad es mi naturaleza, entonces ¿cómo va a ser lograda mediante una técnica? Si ya está ahí, entonces la técnica es fútil, inútil. ¿Por qué malgastar el tiempo con la técnica?» ¡Observa esta mente!

Recuerdo que sucedió una vez que un hombre, el padre de una niña, le pidió al compositor Leopold Godowsky que fuera a su casa y le diera una audición a su hija. Ésta estaba aprendiendo a tocar el piano. Godowsky fue a su casa; pacientemente, escuchó tocar a la chica. Cuando terminó, el padre estaba radiante, y gritaba de felicidad, y le preguntó a Godowsky: «¿No es maravillosa?».

Se cuenta que Godowsky dijo: "Es maravillosa. Tiene una técnica asombrosa. Nunca he oído a nadie tocar piezas tan sencillas con tan gran dificultad. Tiene una técnica asombrosa. ¡Tocar piezas tan simples con tan gran dificultad, nunca lo había visto antes!».

Esto es lo que sigue sucediendo en tu mente. Incluso una cosa sencilla la harás complicada, harás que te resulte difícil. Y ésta es una forma de defensa, ésta es una medida de defensa, porque cuando creas dificultad, no necesitas hacerla, porque primero hay que solucionar el problema, y luego puedes hacerla.

Si te digo que te entregues, preguntas cómo. A no ser que responda a tu «cómo», ¿cómo vas a poder entregarte? Si te doy una técnica, inmediatamente tu mente crea un nuevo problema. «¿Por qué una técnica? Está *swabhav*, está el Tao, Dios está dentro de ti, así que ¿por qué este empeño, este esfuerzo? A menos que se responda a esto, no hay necesidad de hacer nada.»

Recuerda, puedes seguir en un círculo vicioso por siempre jamás. Tendrás que romperlo en alguna parte y salir de él. Se decidido, porque sólo con decisión nace tu humanidad. Sólo con decisión te haces humano. Se decidido. Si puedes entregarte, entrégate. Si no puedes entregarte, entonces no crees problemas filosóficos; entonces usa alguna técnica.

De ambas maneras te sucederá la entrega. Si puedes entregarte ahora mismo, está bien. Si no puedes entregarte, entonces pasa por las técnicas, es necesario ese adiestramiento. Es necesario debido a ti, no debido a *swabhav*, no debido al Tao. El Tao no necesita ningún adiestramiento. Es necesario debido a ti. Y las técnicas te eliminarán. Morirás por medio de las técnicas, y se desarrollará la naturaleza más íntima. Tú tienes que ser completamente destrozado. Si puedes destrozarlo de un salto, entrégate. Si no puedes, entonces hazlo poco a poco, trabaja con técnicas.

Pero recuerda una cosa, tu mente puede crear problemas que son trucos..., trucos para aplazar, para aplazar la decisión. Si la mente no ha tomado la resolución, no te sientes culpable. Sientes «¿Qué puedo hacer? A no ser que algo sea absoluto, claro, transparente, ¿qué puedo hacer?». Tu mente puede crear nubes en torno a ti, y tu mente nunca te permitirá ser transparente..., a no ser que te decidas. Con la decisión, las nubes desaparecen. La mente es muy diplomática, la mente es política, y sigue politiqueando contigo. Es muy tramposa, astuta.

He oído que una vez Mulla Nasruddin fue a visitar a su hijo y su cuñada. Había ido a pasar tres días, pero luego se quedó una semana. La semana pasó, y se quedó un mes. Entonces la joven

pareja empezó a preocuparse: ¿cómo deshacerse del anciano? De manera que se plantearon cómo deshacerse de él, y dieron con un plan.

El marido dijo: «Esta noche prepara sopa, y yo diré que tiene demasiada sal, que está incomible, que es imposible comerla. Y tú tienes que decir que no tiene suficiente sal. Discutiremos y empezaremos a pelearnos, y entonces yo le pediré a mi padre su opinión, a ver qué dice. Si está de acuerdo conmigo, entonces ponte furiosa y dile que se vaya. Si está de acuerdo contigo, yo me irritaré y le diré que se vaya inmediatamente.»

Le preparó la sopa, y tal como habían planeado, empezaron a discutir ya reñir. Entonces se llegó al clímax. Estaban a punto de pegarse y Nasruddin estaba sentado mirando en silencio. Y entonces el hijo se volvió hacia él y dijo: «Papá, ¿tú qué dices? ¿Tiene demasiada sal o no?».

Así que Nasruddin metió su cuchara en la sopa, la probó, se tomó un momento para saborearla, y luego dijo: «Me satisface plenamente.» No tomó ningún bando. Todo el plan resultó inútil.

Tu mente siempre funciona de esta manera.

Nunca tomará partido, porque en el momento en que tomas partido, tiene que haber acción. No tomará partido; seguirá discutiendo. Nunca decidirá nada; siempre estará en el medio. Todo lo que se diga, lo discutirá, pero nunca se tomará una decisión. Y puedes discutir eternamente; no tiene fin. Sólo la decisión te dará acción, y sólo la acción se convertirá en transformación.

Si estás realmente interesado en una profunda revolución dentro de ti, entonces decídetelo... y no sigas aplazando. No seas demasiado filosófico; eso es peligroso. Para un buscador, es peligroso. Para alguien que no está buscando realmente, sino sólo pasando el tiempo, está bien, es un buen juego. La filosofía es un buen juego si te la puedes permitir. Pero no veo que nadie se la pueda permitir, porque es malgastar el tiempo.

Así que se decidió. Si puedes entregarte, entonces entrégate. Entonces no hay ningún «cómo». Si no puedes, practica alguna técnica, porque sólo mediante la técnica llegarás a un punto en que sucederá la entrega.

## **Segunda pregunta:**

*En el curso natural, tras millones de años y vidas, uno se iluminará, pero puede que ya hayamos pasado por millones de años y de vidas y aún no estamos iluminados. ¿Por qué?*

No puedes preguntar por qué. Sólo puedes preguntar por qué si estás haciendo algo. Si la naturaleza está haciendo algo, no puedes preguntar por qué; depende de la naturaleza. Y la naturaleza no es responsable; no te va a responder. Es completamente silenciosa. Y para la naturaleza, millones de vidas no son nada; para la naturaleza puede que sean unos segundos. Para ti, millones de vidas y años es una larga historia; para la naturaleza no es nada. La naturaleza no está preocupada, y la naturaleza no está interesada en ti particularmente. La naturaleza sigue trabajando, algún día sucederá, pero no puedes preguntar por qué, porque la naturaleza es silenciosa.

Si estás preocupado porque no ha sucedido todavía, entonces tienes que hacer algo. Si la preocupación ha entrado en ti, entonces tienes que hacer algo. Sólo tu acción te ayudará a llegar a un punto en el que pueda suceder la iluminación. Los modos de la naturaleza son muy pacientes, lentos. No hay prisa, porque para la naturaleza no hay límite de tiempo. Es eterna. No hay principio y no hay fin. Pero el hombre ha llegado a un punto, se ha vuelto consciente, ha empezado a preguntar.

Un árbol nunca pregunta; ni siquiera el árbol *bodhi* bajo el que se iluminó Buda. El árbol nunca preguntará: «¿Por qué no me he iluminado? Yo también he estado existiendo tantos millones de años como tú, Gautama. ¿Por qué?» El árbol nunca preguntará. El árbol es absolutamente natural. Hacer preguntas hace al hombre innatural. Lo innatural ha entrado en ti, has empezado a preguntar por qué, por qué no ha sucedido todavía.

Hacer estas preguntas es bueno, porque puede llevarte a un momento decisivo en el que puedas empezar a trabajar contigo mismo. Y el hombre no puede dejárselo a la naturaleza, porque el hombre se ha vuelto consciente. Ya no puedes dejárselo a la naturaleza. Por eso el hombre ha creado las religiones. Ningún animal tiene ninguna religión; no hay necesidad, no están preguntando, no tienen prisa. En la naturaleza todo es pausado, moviéndose tan lentamente como si no se moviera en absoluto; repitiendo continuamente la misma pauta, repitiendo

infinitamente el mismo círculo.

El hombre se ha vuelto consciente. El hombre se ha vuelto consciente del tiempo, y en el momento en que te vuelves consciente del tiempo, eres expulsado de la eternidad. Entonces tienes prisa. De modo que según evoluciona la consciencia del hombre, éste tiene más prisa, se vuelve cada vez más consciente del tiempo. Vete a una sociedad primitiva, no son conscientes del tiempo. Cuanto más civilizada es una sociedad, más consciente del tiempo es. Una sociedad primitiva está mas cerca de la naturaleza, sin prisa, se mueve lentamente. Se mueve igual que lo hace la naturaleza. Cuanto más civilizado te vuelves, más consciente del tiempo te vuelves. En realidad, el tiempo puede ser el criterio, se puede saber lo civilizada que es una sociedad por lo consciente del tiempo que es. Entonces tienes prisa, entonces no puedes esperar, entonces no puedes dejarlo en manos de la naturaleza. Tienes que hacerte cargo de ello tú mismo.

Y el hombre puede hacerse cargo él mismo, puede hacer algo y el proceso puede acabarse antes. Puede incluso acabarse en un solo momento. Lo que todos esos millones de años no han hecho, no han podido hacer, tú puedes hacerlo en un solo momento. En ese solo momento, puedes volverte tan intenso que se recorran millones de años y millones de vidas simultáneamente.

Eso es posible; y como es posible, estás preocupado. Tu preocupación es un síntoma de que no estás haciendo realidad lo que es posible, esa es la preocupación, ese es el dilema humano. Puedes hacerlo y no estás haciéndolo, eso crea una preocupación, una angustia interna. Cuando no puedes hacerlo, la cuestión nunca surge, no hay ninguna preocupación. La preocupación demuestra que ahora es posible, que puedes dar el salto; puedes pasar de largo muchas vidas que son innecesarias, y no lo estás haciendo.

Te has vuelto consciente, y te has puesto por encima de la naturaleza. La consciencia es un fenómeno nuevo. Estás por encima de la naturaleza y ahora puedes evolucionar conscientemente. La evolución consciente es una revolución. Puedes hacer algo al respecto. No eres sólo una víctima, una marioneta. Puedes tomar las riendas de tu propio destino. Eso es posible, y como es posible y no estás haciendo nada, se crea ansiedad interna. Y cuanto más consciente seas de que esto es

posible, más ansiedad sentirás.

Un buda está muy preocupado; tú no estás tan preocupado. Buda estaba muy preocupado, hondamente angustiado, sufriendo. A no ser que lo alcanzara, viviría en un infierno, porque era plenamente consciente de que algo era absolutamente posible, estaba disponible, a la vuelta de la esquina; y sentía: «Aún me lo estoy perdiendo. Si simplemente alargó la mano, sucederá..., y tengo la mano paralizada. Sólo un paso y saldré de ello..., y no puedo dar ese paso. Tengo miedo de dar un salto.»

Cuando estás cerca del objetivo, y lo puedes sentir y lo puedes ver y, sin embargo, sigues perdiéndotelo, entonces sientes angustia. Cuando estás muy lejos y no puedes sentirlo, no puedes verlo, ni siquiera eres consciente de que hay un objetivo, eres perfectamente ignorante de cualquier destino, entonces no hay ansiedad.

Los animales no están angustiados. Parecen felices, más felices que el hombre. ¿Cuál es la razón? Los árboles son incluso más felices que los animales. Son perfectamente ignorantes de lo que puede suceder, de lo que es posible, de lo que está disponible. Son dichosamente ignorantes. No hay ansiedad. Van a la deriva. El hombre se pone ansioso, y cuanto más desarrollado esté un hombre, más ansiedad tendrá.

Si simplemente vives, estás viviendo una existencia animal. La ansiedad religiosa surge en el momento en que tomas consciencia de que algo es posible. «La semilla está ahí y tengo que hacer algo. Tengo que hacer algo y la semilla germinará.

Las flores no están muy lejos, y puedo cosecharlas»; sin embargo, no está sucediendo nada. Se siente un estado de mucha impotencia.

Ese era el estado de Buda antes de llegar a ser un buda. Estaba al borde del suicidio. Tú tendrás que pasar por eso. Y no puedes dejarlo en manos de la naturaleza; tú tienes que hacer algo respecto a ello..., y puedes hacerlo. Y el objetivo no está muy lejos.

Así que no te deprimas si sientes ansiedad. Si sientes una profunda angustia dentro de ti, un sufrimiento, agonía, no te deprimas por ello, es una buena señal. Eso demuestra que cada vez estás tomando más consciencia de lo que es posible, y ya nunca estarás a gusto a menos que se haga realidad.

El hombre no puede dejarlo en manos de la naturaleza, porque el hombre se ha vuelto consciente. Sólo una parte muy pequeña de su ser es consciente, pero eso lo cambia todo. Y a no ser que tu ser total se vuelva consciente, no puedes volver a conocer la felicidad sencilla del animal o de los árboles. Ahora sólo hay una forma de conocerla, volverse cada vez más alerta, más consciente, y más despierto. No puedes retroceder. No hay ningún proceso para dar marcha atrás; nadie puede dar marcha atrás. Puedes permanecer donde estás y sufrir, o tienes que avanzar e ir más allá del sufrimiento. No puedes dar marcha atrás.

La inconsciencia total es dichosa, la consciencia total es dichosa..., y tú estás en medio. Una parte de ti se ha vuelto consciente, y la mayor parte de ti aún es inconsciente. Estás dividido. Te has vuelto dos, no eres uno. La integración se ha perdido. Los animales están integrados y, luego, los santos están integrados. El hombre no está integrado, una parte sigue siendo animal y una parte se ha vuelto santa. Hay una lucha, conflicto, e independientemente de lo que hagas, nunca puedes hacerlo con un corazón.

Así que hay dos caminos. Uno es engañarte a ti mismo, eso es volverte totalmente inconsciente de nuevo. Puedes tomar drogas, puedes beber alcohol, puedes tomar otros estupefacientes, recaes al mundo animal. Drogas la parte que se ha vuelto consciente; te vuelves totalmente inconsciente. Pero es un engaño temporal; volverás a elevarte. El efecto de la sustancia química se acabará y tu consciencia volverá a ser consciente. La parte que has reprimido a la fuerza con el alcohol o las drogas o alguna otra cosa, volverá a emerger, y entonces sufrirás más, porque entonces puedes comparar. Sufrirás más.

Puedes seguir drogándote a ti mismo. Hay muchos métodos..., no sólo químicos. Hay métodos religiosos. Puedes usar un *japa*, un *mantra*: puedes salmodiarlo y crear un efecto estupefaciente. Puedes hacer muchas cosas que pueden volverte inconsciente de nuevo, pero eso será temporal, tendrás que salir de ello; y saldrás con un sufrimiento más profundo dentro de ti, porque entonces podrás comparar. Si esto es posible en la inconsciencia, ¿qué será posible en la consciencia total? Tendrás más hambre de ello, te sentirás más hambriento.

Recuerda una cosa: la totalidad es dicha. Si eres inconsciente totalmente, eso también es dicha, pero no eres consciente de ella. Los animales son felices, pero no son conscientes de su felicidad. De modo que es fútil. Es similar a que cuando estás dormido seas feliz, y cuando estás despierto seas infeliz. La totalidad es dicha.

Puedes ser total también en la consciencia. Entonces habrá dicha y serás plenamente consciente de ella. Esto es posible mediante *sadhana*, mediante métodos, mediante la práctica de técnicas que aumentan tu consciencia. No estás iluminado porque no has hecho nada por ello, pero has tomado consciencia de que no estás iluminado. Esto lo ha hecho la naturaleza; en millones de años, la naturaleza te ha hecho consciente.

Puede que no seas consciente del hecho de que el hombre ha dejado de crecer en lo que respecta al cuerpo. Tenemos esqueletos que tienen millones de años, pero no hay ningún cambio visible; son similares a nuestros esqueletos. De modo que durante millones de años no ha habido ningún desarrollo en el cuerpo, ha permanecido igual. Ni siquiera el cerebro ha crecido, ha permanecido igual. En lo referente al cuerpo, la evolución ha hecho todo lo que se podía hacer. En cierto modo, ahora el hombre es responsable de su propio crecimiento. Y el crecimiento no va a ser físico; el crecimiento va a ser espiritual.

El esqueleto de un buda y tu esqueleto no son básicamente diferentes, pero tú y Buda sois absolutamente diferentes. La evolución está operando horizontalmente; los métodos, las técnicas, las religiones, operan verticalmente. Tu cuerpo se ha detenido, ha llegado a un punto, un punto omega. Ya no hay ningún crecimiento adicional para él. Horizontalmente, la evolución se ha detenido; ahora empieza una evolución vertical. Ahora, estés donde estés, tienes que dar un salto verticalmente. Esa evolución vertical será de la consciencia, no del cuerpo. Y tú eres responsable de ella.

No puedes preguntar por qué a la naturaleza, pero la naturaleza sí puede preguntarte por qué no estás iluminado todavía, porque ahora todo está provisto. Tu cuerpo tiene todo lo que es necesario, tienes el cuerpo de un buda; exactamente todo lo que es necesario para que te suceda el buda lo tienes. Con sólo una nueva configuración, una nueva síntesis de todos los elementos dados, el buda te sucederá. La naturaleza puede



preguntarte por qué no estás iluminado todavía, porque la naturaleza te ha provisto con todo.

Y que la naturaleza te pregunte no será irrelevante, pero que tú le preguntes a la naturaleza es absurdo. No se te puede permitir preguntar. Ahora eres consciente y puedes hacer algo. Todos los elementos te han sido dados. Hay hidrógeno, hay oxígeno, hay electricidad; sólo tienes que hacer ciertos esfuerzos y experimentos, y el agua sucederá.

Todo lo que se requiere para que te ilumines, lo tienes, pero está disperso. Tienes que combinarlo, sintetizarlo, tienes que armonizarlo, y de pronto surgirá la llama que se vuelve la iluminación. Todas estas técnicas son para eso. Lo tienes todo; sólo es necesaria alguna pericia, saber qué hacer, para que la iluminación te suceda.

### **Tercera pregunta:**

*Dices que millones de vidas y millones de años de evolución natural se pueden evitar alcanzando la consciencia total y la libertad total. ¿No podría argumentarse que no se debería interferir con ese karma, con sus fuerzas naturales de causa y efecto, mediante atajos? ¿O es también el camino de la divinidad poner semejante posibilidad al alcance del mundo que evoluciona, del alma que evoluciona?*

Todo puede argumentarse, pero los argumentos no conducen a ninguna parte. Puedes argumentar, pero ¿cómo va a ayudarte ese argumento? Puedes argumentar que no se debería interferir con el proceso natural del *karma*; no interfieras, entonces. Pero entonces se feliz en tu desdicha; y no lo eres. Quieres interferir. Si puedes confiar en el proceso natural, eso es estupendo; pero entonces no te quejes. No preguntes: «¿Por qué es esto así?». Es así debido al proceso natural del *karma*. ¿Estás sufriendo? Estás sufriendo debido al proceso natural del *karma*; si no, no es posible. No interfieras.

Ésta es la doctrina del destino, del *kismet*, la doctrina de creer en el destino. Entonces no estás haciendo nada, todo lo que está sucediendo está sucediendo, y tienes que aceptarlo. También entonces se vuelve una entrega, y no necesitas hacer nada. Pero es

necesaria la capacidad de aceptar totalmente. En realidad, no hay necesidad de interferir, pero ¿puedes estar en un estado en el que no interfieras? Estás constantemente interfiriendo con todo. No puedes dejarlo en manos de la naturaleza. Si puedes dejarlo, entonces no es necesario nada más, y todo te sucederá. Pero si no puedes dejarlo, entonces interfieres. Y puedes interferir, pero hay que comprender el proceso.

En realidad, meditar no es interferir en el proceso del *karma*; más bien es salir de él de un salto. No es exactamente interferir; es salir de un salto de la rueda viciosa, del círculo vicioso. El círculo continuará, y el proceso llegará a su fin por sí mismo. Tú no puedes llevarlo a su fin, pero puedes estar fuera de él, y una vez que estás fuera de él, se vuelve ilusorio.

Por ejemplo, Ramana Maharshi murió de cáncer. Sus discípulos intentaron persuadirle para que recibiera algún tratamiento. Él dijo: «Muy bien. Si queréis, y si os hace felices, entonces tratadme. Pero por lo que a mí respecta, está bien». Los médicos estaban asombrados, porque su cuerpo estaba sufriendo, tenía mucho dolor, pero en sus ojos no había ningún dolor. Su cuerpo estaba sufriendo muchísimo, pero él no estaba sufriendo.

El cuerpo forma parte del *karma*, forma parte del círculo mecánico de la causa y el efecto, pero la consciencia puede ir más allá de él, puede trascenderlo. Él era tan sólo un testigo. Estaba viendo que el cuerpo estaba sufriendo, que el cuerpo iba a morir, pero él era un testigo. Él no estaba interfiriendo con ello, no estaba interfiriendo en absoluto. Tan sólo estaba observando lo que estaba sucediendo, pero no estaba en el círculo vicioso, no estaba identificado, no estaba dentro de ese círculo.

La meditación no es una interferencia. En realidad, sin meditación estás interfiriendo a cada momento. Con la meditación, vas más allá; te vuelves un observador sobre una colina. Abajo, en el valle, las cosas siguen, continúan, pero no te pertenecen. Eres sólo un espectador. Es como si le estuvieran sucediendo a otro, o como si estuvieran sucediendo en un sueño, o en una película en la pantalla. No estás interfiriendo. No estás dentro del drama mismo; has salido. Ya no eres un actor; te has vuelto un espectador. Éste es el único cambio.

Y cuando seas sólo un testigo, el cuerpo completará inmediatamente lo que tenga que ser completado. Si tienes

muchos *karmas* de sufrimiento, y ahora que te has vuelto un testigo no vas a volver a nacer, el cuerpo tendrá que sufrir en esta vida todo el sufrimiento que hubiera tenido en muchas vidas. De modo que sucede muchas veces que un hombre iluminado tiene que sufrir muchos padecimientos corporales, porque ya no hay ningún nacimiento futuro, ninguna vida futura. Este va a ser el último cuerpo, de manera que todos los *karmas* y todo el proceso tienen que ser completamente acabados.

De modo que ocurre que si miras la vida de Jesús con ojos orientales, entonces la crucifixión es un fenómeno diferente. Para la mente occidental no hay una sucesión de vidas, ningún renacimiento, ninguna reencarnación, así que no tienen realmente un análisis muy profundo de la crucifixión. Tienen un mito de que Jesús sufrió por nosotros, de que su sufrimiento fue para nuestra salvación. Pero esto es absurdo; y, además, no se ajusta a los hechos, porque si el sufrimiento de Jesús ha sido por vuestra salvación, entonces, ¿por qué la humanidad está aún sufriendo? Está sufriendo más que nunca.

Después de la crucifixión de Jesús, la humanidad no ha entrado en el reino de Dios. Si él sufrió por nosotros, si su crucifixión fue una penitencia por nuestra culpa y pecado, entonces ha fracasado, porque la culpa continúa, el pecado continúa, el sufrimiento continúa. Entonces su sufrimiento fue en vano, entonces la crucifixión no tuvo éxito.

El cristianismo tiene simplemente un mito. Pero el análisis oriental de la vida humana tiene una actitud diferente. La crucifixión de Jesús fue todo su sufrimiento acumulado a través de sus propios *karmas*. Y ésta era su última vida; no volvería a entrar al cuerpo, de modo que todo el sufrimiento tenía que ser cristalizado, concentrado en un solo punto. Ese único punto se convirtió en la crucifixión.

No sufrió por nadie más; nadie puede sufrir por nadie más. Sufrió por sí mismo, por sus *karmas* pasados. Nadie puede liberarte, porque estás en cautiverio debido a tus *karmas*; así que ¿cómo va a poder liberarte Jesús? Él puede hacerse un esclavo, puede hacerse un hombre libre, puede liberarse. Mediante la crucifixión, se cerró la cuenta de sus propios *karmas*. Se acabó, la cadena había llegado a su fin. La causa y el efecto habían llegado a su fin. Este cuerpo no volvería a nacer; él no volvería a entrar

en otro útero. Si no hubiera sido una persona iluminada, tendría que haber sufrido todo esto en muchas vidas. Se concentró en un punto, en una vida.

No puedes interferir, y si interfieres crearás más desdicha para ti. No interfieras con los *karmas*, vete más allá de ellos, se un testigo de ellos. Considéralos un sueño, no reales; obsérvalos y se indiferente. No te involucres. Tu cuerpo sufre, observa el sufrimiento. Tu cuerpo es feliz, observa la felicidad. No te identifiques, eso es lo que significa la meditación.

Y no encuentres coartadas, no encuentres excusas. No digas que esto puede argumentarse. Puedes argumentar cualquier cosa, eres libre de hacerlo, pero recuerda que puede que tu argumento sea suicida. Puedes argumentar contra ti mismo, y puedes crear un argumento que no te ayude, que no te transforme; más bien, que se convierta en un obstáculo. Seguimos argumentando...

Justo hoy ha venido a verme una chica. Me ha preguntado: «Dime, ¿existe realmente un Dios?». Estaba lista para argumentar que no hay Dios. La miré a la cara, a los ojos. Estaba tensa, llena de argumentos; quería luchar por esa idea. En realidad, en el fondo quería que no hubiese Dios, porque si Dios existe, tienes problemas. Si Dios existe, entonces no puedes seguir siendo lo que eres; entonces hay un desafío. Dios es un desafío. Significa que no puedes estar satisfecho de ti mismo; es posible algo más elevado. Es posible un estado más elevado, un estado absoluto de consciencia. Eso es lo que significa Dios.

De modo que estaba lista para argumentar, y dijo: «Soy atea y no creo en Dios.»

Yo le dije: «Si no hay Dios, ¿cómo puedes no creer en él? Y Dios es irrelevante. Tu creencia y tu descreencia, tus argumentos a favor y tus argumentos en contra tienen que ver contigo, no con Dios. ¿Por qué te preocupas? Si no hay Dios, ¿por qué has viajado tanto y por qué has venido a mí a discutir sobre algo que no existe? Olvídate de él y perdónale. Vete a tu casa, no pierdas el tiempo. Si no existe, ¿por qué estás tan preocupada? ¿Por qué este esfuerzo para probar que no existe? Este esfuerzo muestra algo acerca de ti. Tienes miedo. Si Dios existe, entonces es un desafío. Si Dios no existe, entonces puedes seguir siendo lo que eres; no hay desafío a tu vida.»

Una persona que tiene miedo a los desafíos, los riesgos, los

peligros de cambiarse a sí misma, de la mutación, siempre negará que Dios existe. La negación es su mente; la negación pone de manifiesto algo acerca de él, no acerca de Dios.

Le dije que Dios no es algo que pueda ser demostrado o refutado. Dios no es un objeto sobre el que podemos adoptar alguna opinión a favor o en contra. Dios es una posibilidad dentro de ti. No es algo que esté fuera; es una posibilidad dentro de ti.

Si vas hasta esa posibilidad, se vuelve real. Si no vas hasta ese punto, entonces es irreal. Y si argumentas contra él, entonces no tiene sentido ir a ningún sitio; sigues siendo el mismo. Y esto se vuelve un círculo vicioso.

Argumentas que Dios no existe, y debido a ello, nunca vas hacia él..., porque es un viaje interno, un recorrido interno. Nunca te mueves, porque ¿cómo vas a ir hacia un punto que no existe? De modo que sigues siendo el mismo, nunca encuentras a Dios.

Nunca llegas a ninguna sensación, a ninguna vibración de él. Entonces queda aún más demostrado que no existe. Y cuanto más se demuestra, más lejos estás, más estás cayendo, más crece la distancia.

De modo que no es cuestión de si Dios existe o no, le dije. Es cuestión de si quieres desarrollarte o no. Si te desarrollas, tu desarrollo total será el encuentro, tu desarrollo total será la comunión, tu desarrollo total será el hallazgo. Le conté una anécdota.

Una mañana de mucho viento, cuando acababa la primavera, un caracol empezó a subir por un cerezo. Algunos gorriones que estaban en un roble cercano empezaron a reírse, porque no era la estación y no había cerezas en el árbol, y este pobre caracol estaba esforzándose tanto por llegar a la parte superior. Se rieron a costa de él.

Entonces un gorrión bajó volando, se acercó al caracol y dijo: «¿Dónde vas, querido? Aún no hay cerezas en el árbol.»

Pero el caracol ni siquiera hizo una pausa; continuó su viaje hacia arriba. Sin detenerse, el caracol dijo: «Pero las habrá cuando llegue. Las habrá cuando llegue arriba. Tardaré mucho en llegar hasta arriba, y para entonces habrá cerezas.» No hay Dios, pero lo habrá cuando llegues. No es algo que ya está ahí; nunca lo está. Es un desarrollo. Es tu propio desarrollo. Cuando llegas a un punto en que eres totalmente consciente, Dios existe. Pero no

argumentes. Mejor que malgastar tu energía argumentando, usa tu energía transformándote a ti mismo.

Y la energía no es tanta. Si pones tu energía en argumentar, puedes volverte un genio de la argumentación; pero entonces la estás malgastando; es a un precio muy alto, porque la misma energía puede volverse meditativa. Puedes volverte un lógico, puedes formular argumentos muy lógicos, puedes encontrar pruebas o refutaciones muy convincentes, pero seguirás siendo el mismo. Tus argumentos no van a cambiarte.

Recuerda una cosa, todo lo que te cambie es bueno. Lo que te proporcione desarrollo, expansión, aumento de consciencia, es bueno. Todo lo que te haga estático y todo lo que proteja tu statu qua no es bueno; es letal, suicida.

### **Última pregunta:**

*A veces me siento en un estado de no-hacer, muy pasivo, pero mi consciencia de lo que está sucediendo a mi alrededor parece menos. De hecho, me siento desconectado de las cosas que me rodean. De alguna forma, esto denota una pasividad falsa, ya que imagino que no-hacer debería ser sinónimo de mayor consciencia. ¿Podrías definir este estado, por favor?*

Normalmente estamos en un estado febril, activos, pero febrilmente. Si te vuelves pasivo, la fiebre se perderá. Si te vuelves pasivo, si te relajas dentro de ti, la actividad se perderá, la fiebre se perderá, y no habrá la intensidad que viene con la fiebre. Te sentirás un poco embotado, te parecerá que tu consciencia está disminuyendo. No está disminuyendo; sólo está disminuyendo el fulgor febril.

Y esto es bueno, así que no te asustes de ello, y no pienses que esta pasividad no es real. Eso lo dice tu mente, que necesita y quiere la actividad febril y el fulgor que viene con la fiebre. La fiebre no es consciencia, pero con la fiebre puedes tener una consciencia, una alerta, muy malsana. Es mórbida; no la anheles. Deja que se vaya; cae en la pasividad.

Al principio parecerá que tu consciencia está disminuyendo en vez de aumentando. Deja que disminuya, porque todo lo que disminuye con la pasividad era febril; por eso disminuye. Deja

que disminuya. Llegará un momento en que lograrás un equilibrio. En ese punto de equilibrio no habrá ni aumento ni disminución. Ese es un punto sano; la fiebre ya se ha ido.

En ese punto de equilibrio, la consciencia que tengas será real, no será febril. Y si puedes esperar a que llegue ese momento... Es difícil, porque al principio sientes que estás perdiendo el control, que te estás quedando realmente adormecido; tu actividad, tu alerta, todo se ha ido, estás relajándote a la muerte. Parece que es así porque todo lo que conoces de la vida es febril. No es realmente la vida, sino sólo una fiebre; sólo un estado de tensión, sólo un estado de hiperactividad. De modo que al principio... Y sólo conoces un estado, este estado de fiebre. No conoces nada más, así que ¿cómo vas a comparar?

Cuando te vuelvas pasivo, relajado, sentirás que algo se ha perdido. Deja que se pierda. Permanece con la pasividad. Pronto llegará un punto de equilibrio en el que estarás justo en el punto en que no hay fiebre. Simplemente serás tu propio ser, no empujado a la actividad por otra persona, no arrastrado a la actividad por otra persona. Ahora la actividad empezará a sucederte, pero será espontánea, será natural. Harás algo, pero no serás empujado ni arrastrado.

¿Y cuál es el criterio por el que saber si esta actividad no te está siendo forzada, no es febril? Esto es lo que cuenta, si la actividad es espontánea, no sentirás ninguna tensión con ella, no sentirás ninguna carga. La disfrutarás. Y la actividad se volverá un fin en sí misma; no habrá otro fin. No será un hecho para alcanzar otra cosa; será un desbordamiento de tu propia energía. Y este desbordamiento sucederá aquí y ahora; no será para algo en el futuro. Lo disfrutarás.

Sea lo que sea que estés haciendo -cavando un hoyo en el jardín, o podando los árboles, o simplemente estando sentado, o andando, o comiendo-, se volverá absoluto en sí mismo, una acción total. Y después no estarás cansado; más bien te sentirás renovado. Una actividad febril te cansa; es mórbida. Una actividad natural te nutre; te sientes con más energía, con más vitalidad después de ella. Te sientes más vivo después de ella. Te da más vida.

Pero al principio, cuando empiezas a volverte pasivo y entras en el no-hacer, tendrá que parecer que estás perdiendo

consciencia. No, no estás perdiendo consciencia. Simplemente estás perdiendo un tipo febril de actividad mental, un tipo febril de alerta. Te asentarás en la pasividad y sucederá una consciencia natural.

Ésta es la diferencia entre una alerta febril y la consciencia natural. Esta es la diferencia, en la alerta febril hay concentración; lo excluye todo. Te puedes concentrar en una cosa. Me estás escuchando. Si es una alerta febril, entonces me escuchas y eres totalmente inconsciente de todo lo demás. Pero si es una consciencia pasiva, no febril, sino equilibrada, natural, entonces, si pasa un coche, también oyes el coche. Simplemente estás consciente. Estás consciente de todo, de todo lo que está sucediendo a tu alrededor. Y ésta es su belleza, que pasa el coche y oyes el ruido, pero no es una perturbación.

Si estás atento febrilmente y oyes el coche, dejarás de escucharme; será una perturbación, porque no sabes estar totalmente, simplemente consciente de todo lo que está sucediendo. Sólo conoces una manera, cómo estar alerta de una cosa a costa de todo lo demás. Si pasas a otra cosa, entonces pierdes el contacto con la primera. Si estás escuchándome con una mente febril, entonces cualquier cosa puede molestarte. Como tu alerta se va allí, te desconectas de mí. Sólo tiene un foco; no es total.

Una consciencia natural, pasiva, es total; nada la perturba. No es concentración, sino meditación.

La concentración siempre es febril, porque estás forzando tu energía a ir a un punto. La energía por sí misma fluye en todas direcciones. No tiene ninguna dirección en que moverse; simplemente disfruta fluyendo por todas partes. Creamos conflicto porque decimos: «Es bueno escuchar esto; escuchar eso es malo.» Si estás rezando y un niño empieza reírse, es una perturbación..., porque no puedes concebir una simple consciencia en la que la oración continúa y el niño sigue riéndose y no hay ningún conflicto entre las dos cosas; ambas forman parte de un todo mayor.

Prueba esto: permanece totalmente alerta, totalmente consciente. No te concentres. Toda concentración cansa, te sientes cansado porque estás forzando tu energía de una manera no natural. La simple consciencia lo abarca todo. Cuando estás



pasivo y en un estado de no-hacer, todo sucede a tu alrededor. Nada te perturba y nada te pasa desapercibido. Todo sucede y lo sabes; eres testigo de ello.

Hay un ruido, te sucede, entra en ti, luego pasa, y tú permaneces tal como estabas. Igual que en una habitación vacía, si no hubiera nadie aquí, el tráfico seguiría pasando, el ruido seguiría entrando en esta habitación, luego pasaría..., y la habitación permanecería sin afectar, como si no hubiera sucedido nada. En la consciencia pasiva permaneces sin afectar. Todo sigue sucediendo, simplemente pasa por ti, pero nunca te toca. Permaneces indemne. En la concentración febril, todo te toca, te afecta.

Una cosa más con respecto a esto. En la psicología oriental tenemos una palabra, *sanskar*: condicionamiento. Si te estás concentrando en algo, serás condicionado, tendrás un *sanskar*, quedarás afectado por algo. Si simplemente eres consciente –pasivamente consciente, sin concentrarte, sin enfocarte, simplemente estando ahí-, nada te condiciona. Entonces no acumulas ningún *sanskar*, no acumulas ninguna impresión. Sigues permaneciendo virgen, puro, indemne; nada te toca. Si uno puede ser pasivamente consciente, pasa por el mundo, pero el mundo nunca pasa por él.

Un monje Zen, Bokuju, solía decir: «Ve y cruza el arroyo, pero no dejes que el agua te toque.» Y no había ningún puente sobre el arroyo cerca de su monasterio.

Muchos lo intentaban, pero cuando cruzaban, por supuesto, el agua les tocaba. De modo que un día un monje fue y dijo: «Nos das acertijos. Intentamos cruzar ese arroyo; no hay puente. Si hubiera un puente, por supuesto que podríamos haber cruzado el arroyo y el agua no nos habría tocado. Pero tenemos que pasar por el arroyo, el agua nos toca.»

Así que Bokuju dijo: «Iré y cruzaré, y tú observa.» Y Bokuju cruzó. Por supuesto, el agua le tocó los pies, y dijeron: «¡Mira, el agua te ha tocado!».

Bokuju dijo: «A mi entender, no me ha tocado. Sólo he sido un testigo. El agua tocaba mis pies, pero no a mí. Yo estaba simplemente siendo un testigo.»

Con la alerta pasiva, siendo un testigo, pasas por el mundo. Estás en el mundo, pero el mundo no está en ti.

## Capítulo 59

### Observa Desde la Colina

#### Los Sutras

**86** *Supón que contemplas algo más allá de la percepción más allá de la comprensión, más allá de no ser tú.*

**87** *Estoy existiendo. Esto es mío. Esto es esto. Oh, amada, incluso en esto, conoce ilimitablemente.*

El hombre tiene dos caras: es animal y divino. Lo animal pertenece a su pasado, lo divino pertenece al su futuro; y esto crea la dificultad. El pasado ha pasado, ya no existe; sólo permanece una sombra de él. Y el futuro aún es el futuro, todavía no ha llegado; es sólo un sueño, sólo una posibilidad. Y entre estos dos existe el hombre, entre la sombra del pasado y el sueño del futuro. No es ninguna de las dos cosas y es ambas.

Es ambas porque el pasado es suyo, fue un animal. Es ambas porque el futuro es suyo, puede ser divino. Y no es ninguna de las dos cosas, porque el pasado ya no existe y el futuro está aún por venir.

El hombre existe como una tensión entre estas dos cosas, lo que fue y lo que puede ser. Esto crea un conflicto, una lucha constante por realizarse, por ser algo. En cierto sentido, el hombre no existe. El hombre es sólo un paso de lo animal a lo divino..., y un paso no está en ninguna parte. Estuvo en alguna parte y estará en alguna parte, pero ahora mismo no está en ninguna parte, sólo colgando en el aire.

De modo que, haga lo que haga, el hombre -haga lo que haga, digo- nunca está satisfecho, nunca está contento, porque dos existencias diametralmente opuestas se encuentran en él. Si lo animal está satisfecho, entonces lo divino está descontento. Si lo divino está satisfecho, entonces lo animal está descontento. Una parte siempre está descontenta.

Si te vas a lo animal, en cierto modo satisfaces parte de tu ser,

pero en esa satisfacción surge inmediatamente la insatisfacción, porque la parte opuesta, tu futuro, es contraria a ello. La satisfacción de lo animal es la insatisfacción de la posibilidad de tu futuro. Si satisfaces tu posibilidad divina, lo animal se rebela; se siente herido. Surge en ti un claro descontento. No puedes satisfacer a los dos, y al satisfacer a uno, el otro está insatisfecho.

Recuerdo una anécdota. Un entusiasta de los coches deportivos llegó a las puertas del cielo, y San Pedro le dio la bienvenida. Había venido con su Jaguar, y lo primero que le preguntó a San Pedro fue esto: «¿Hay bellas autopistas en el cielo?».

San Pedro dijo: «Sí, hay las más bellas autopistas, pero hay una dificultad, en el *cielo* no se permiten los automóviles.»

El fanático de la velocidad dijo: «Entonces esto no es para mí. Entonces, por favor, haz que me envíen al otro sitio. Me gustaría ir al infierno. No puedo dejar mi Jaguar.»

Y así se hizo. Llegó al infierno, fue a las puertas, y Satanás le dio la bienvenida y le dijo que se sentía muy feliz de verle. Le dijo: «Tú eres como yo; a mí también me encantan los Jaguar.»

El fanático de la velocidad dijo: «Estupendo, dame el mapa de tus autopistas.»

Satanás se puso triste. Dijo: «Señor, no tenemos ninguna autopista aquí abajo, ¡por eso es el infierno!».

Ésta es la situación del hombre. El hombre es un ser de dos caras, es un ser doble, dividido en dos. Si satisfaces una cosa, entonces algo se vuelve frustrante para tu otra parte. Si haces lo contrario; entonces la otra parte está insatisfecha. Siempre falta algo. Y no puedes satisfacer a ambas, porque son diametralmente opuestas.

Y todo el mundo está intentando este imposible, tratando de hacer esto, llegar a un arreglo en alguna parte para que el cielo y el infierno se puedan juntar; para que el cuerpo y el alma, lo bajo y lo alto, el pasado y el futuro, se puedan juntar en alguna parte y lleguen a un arreglo. Hemos estado haciendo esto durante muchas vidas. No ha sucedido, y no va a suceder. Todo el empeño es absurdo, imposible.

Estas técnicas no tratan de crear un arreglo dentro de ti. Estas técnicas son para darte una trascendencia. Estas técnicas no son para satisfacer lo divino en contra de lo animal. Eso es imposible. Eso creará más agitación dentro de ti, más violencia, más lucha.

Estas técnicas no son para satisfacer a tu animal en contra de lo divino. Estas técnicas son para trascender la dualidad. No están ni a favor de lo animal ni a favor de lo divino.

Recuerda, esa es la diferencia básica entre las demás religiones y el tantra. El tantra no es una religión, porque religión significa básicamente estar *a favor* de lo divino *en contra* de lo animal, de modo que toda religión forma parte del conflicto. El tantra no es una técnica de lucha, sino una técnica de trascendencia. No es para luchar con lo animal, no está a favor de lo divino. Está en contra de toda dualidad. En realidad no está ni a favor ni en contra, simplemente está creando una tercera fuerza dentro de ti, un tercer centro de existencia en el que no eres ni animal ni divino. Para el tantra ese tercer punto es *advaita*, ese tercer punto es no-dualidad.

El tantra dice que no puedes alcanzar lo uno luchando por medio de la dualidad. No puedes llegar a un punto no dual eligiendo una cosa. Elegir no te conducirá a lo uno; sólo ser un testigo que no elige.

Esto es muy fundamental para el tantra, y debido a esto el tantra nunca fue bien comprendido realmente. Ha padecido una incomprensión prolongada, de siglos, porque en el momento en que el tantra dice que no está en contra de lo animal, te empieza a parecer que el tantra está a favor del animal. Y en el momento en que el tantra dice que no está a favor de lo divino, empiezas a pensar que el tantra está en contra de lo divino.

En realidad, el tantra es una observación sin elección. No estés de parte de lo animal, no estés de parte de lo divino, y no crees un conflicto.

Simplemente da un paso atrás, aléjate, crea un espacio entre tú y esta dualidad, y vuélvete una tercera fuerza, una observación, desde la que puedes ver tanto lo animal como lo divino.

Dije que lo animal es el pasado y lo divino es el futuro, y el pasado y el futuro son opuestos. El tantra está en el presente. No es ni pasado ni futuro. En este mismo momento, no pertenezcas al pasado y no anheles el futuro. No ansíes el futuro y no estés condicionado por el pasado. No dejes que el pasado se vuelva una resaca y no crees proyecciones al futuro. Permanece fiel a este mismo momento, aquí y ahora..., y trasciendes. Entonces no

eres ni animal ni divino.

Para el tantra, ser así es ser Dios. Siendo así, en esta presencia del momento, en la que el pasado está desligado y el futuro no está creado, eres libre, eres libertad.

Estas técnicas, no son religiosas en este sentido, porque la religión siempre se opone a lo animal. La religión crea un conflicto. De modo que si eres realmente religioso, te volverás esquizofrénico, estarás dividido. Todas las civilizaciones religiosas son civilizaciones divididas. Crean neurosis, porque crean un conflicto interno. Te dividen en dos, y una parte de tu ser se vuelve el enemigo. Entonces toda tu energía se disipa luchando contigo mismo.

El tantra no es religioso en ese sentido, porque el tantra no cree en ningún conflicto, en ninguna violencia. Y el tantra dice que no luches contigo mismo. Simplemente se consciente. No seas agresivo y violento contigo mismo. Simplemente se un testigo, un observador. Cuando estás siendo un testigo, no eres ninguna de las dos; ambas caras desaparecen. Cuando estás siendo un testigo, no eres humano. Simplemente eres. Existes sin ninguna etiqueta, existes sin ningún nombre. Existes sin ninguna categoría. Eres, sin ser nadie en particular, un ser; un puro ser. Estas técnicas son para ese puro ser.

Ahora me ocuparé de las técnicas.

## **86 Imagina lo inimaginable.**

Primera técnica: *Supón que contemplas algo más allá de la percepción; más allá de la comprensión, más allá de no ser: tú.*

*Supón que contemplas algo más allá de la percepción...*, lo que no se puede ver, lo que no se puede percibir. Pero ¿puedes imaginar algo que no se puede ver? La imaginación es siempre de lo que se puede ver. ¿Cómo vas a imaginar algo, cómo vas a suponer algo que no se puede percibir?

Lo que puedes percibir lo puedes imaginar. Ni siquiera puedes soñar algo que no puede ser visto y percibido. Por eso, incluso tus sueños son sombras de la realidad. Ni siquiera tu imaginación es pura imaginación, porque todo lo que puedes imaginar lo has conocido de alguna forma. Puedes crear nuevas combinaciones,

pero todos los elementos de la combinación son conocidos y percibidos.

Puedes imaginar una montaña de oro volando por el cielo como una nube. Nunca has percibido una cosa semejante, pero has percibido una nube, has percibido una montaña, has percibido oro. Estos tres elementos pueden ser combinados. La imaginación no es original; es siempre una combinación de algo que has percibido.

Esta técnica dice: *Supón que contemplas algo más allá de la percepción...*

Es imposible, pero es por eso por lo que merece la pena hacerse, porque en el esfuerzo mismo te sucederá algo. No es que te vayas a volver capaz de percibir, si intentas percibir algo que no puede ser percibido, toda la percepción se perderá. En el esfuerzo mismo, si intentas ver algo que nunca has visto, todo lo que has visto desaparecerá.

Si perseveras en el esfuerzo, te llegarán muchas imágenes, tendrás que descartarlas, porque sabes que eso lo has visto; eso puede ser percibido. Puede que no lo hayas visto realmente tal como es, pero incluso si puedes imaginarlo, puede ser percibido. Descártalo. Sigue descartando. Esta técnica dice que perseveres por lo que no puede ser percibido.

¿Qué sucederá? Si sigues descartando, va a ser un esfuerzo arduo, porque aflorarán muchas imágenes. Tu mente suministrará muchas imágenes, muchos sueños; vendrán muchas concepciones, muchos símbolos. Tu mente creará nuevas combinaciones, pero tú sigue descartando a menos que suceda algo que no puede ser percibido. ¿Qué es eso?

Si sigues descartando, no te sucederá nada como objeto; sólo habrá la pantalla de la mente sin ninguna imagen, sin ningún *símbolo!* sin ningún sueño en ella, ninguna película en ella. En ese momento, sucede una metamorfosis. Cuando la pantalla está simplemente ahí, sin ninguna imagen, tomas consciencia de ti mismo. Tomas consciencia del que percibe. Cuando no hay nada que percibir, toda la atención cambia. Toda la consciencia se refleja. Cuando no tienes nada que ver, por vez primera tomas consciencia de tu propio ser. Empiezas a verte a ti mismo.

Este sutra dice: *Supón que contemplas algo más allá de la percepción, más allá de la comprensión, más allá de no ser: tú.* Entonces te sucedes a ti mismo. Por primera vez tomas consciencia del que ha estado percibiendo, el que ha estado comprendiendo, el que ha estado sabiendo. Pero este sujeto siempre está oculto en los objetos. Conoces ciertas cosas, pero nunca conoces al que conoce. El que conoce se pierde en el conocimiento.

Te veo, luego veo a otra persona, y esta procesión continúa. Del nacimiento a la muerte, veré esto y eso y aquello, y seguiré viendo y viendo. Y el que ve, el que ha estado viendo esta procesión, es olvidado; se pierde en la multitud. La multitud es de objetos, y el sujeto se pierde.

Este sutra dice que si intentas *contemplar algo más allá de la percepción, más allá de la comprensión* -que no puedes comprender con la mente-, *más allá de no ser...*, inmediatamente la mente dirá que si hay algo que no se puede ver y que no se puede comprender, no existe. Lamentablemente reaccionará inmediatamente diciendo que si algo no es visible, percibible, comprensible, entonces no existe. La mente dirá que no existe. No seas víctima de la mente.

Este sutra dice: *...más allá de la percepción, más allá de la comprensión, más allá de no ser.* La mente dirá que eso no es nada, que eso no puede existir, que eso es un no-ser. El sutra dice: no lo creas. Hay algo que es ser más allá de no-ser, que existe y que no puede ser percibido, que no es comprensible: tú. No puedes percibirte a ti mismo. ¿O sí? ¿Eres capaz de imaginar alguna situación en la que puedas encontrarte contigo mismo, en la que puedas conocerte a ti mismo? Puedes seguir usando la palabra «autoconocimiento», que es absolutamente absurda, porque no puedes conocer al ser. El ser siempre es el que conoce. No puede ser reducido a lo conocido, no puede ser reducido a un objeto.

Por ejemplo, si piensas que puedes conocer al ser, entonces el ser que conozcas no será tu ser, sino que el que esté conociendo al ser será el ser. Siempre seguirás siendo el que conoce; no puedes volverte lo que es conocido. No puedes ponerte enfrente de ti mismo; siempre te retraerás.

Cualquier cosa que conozcas no puede ser tú mismo; esto

significa que no puedes conocerlo. No puedes conocerlo de la forma en que conoces otras cosas.

No puedo verme a mí mismo de la forma en que te veo a ti. ¿Quién verá? Porque toda relación de conocimiento, de ver, de percepción, significa que hay al menos dos cosas: la conocida y la que conoce. El autoconocimiento no es posible en este sentido, porque sólo hay una. Ahí la conocida y la que conoce son una sola cosa. No puedes convertirte a ti mismo en un objeto.

De modo que la palabra «autoconocimiento» es errónea, pero denota algo, dice algo que es verdad. Puedes conocerte a ti mismo en un sentido muy diferente, en un sentido enteramente diferente de como conoces otras cosas. Cuando no hay nada que conocer, cuando todos los objetos han desaparecido, cuando todo lo que puede ser percibido y comprendido ya no está, cuando lo has descartado todo, de pronto tomas consciencia de ti mismo. Y esta consciencia no es dual, no hay objeto y no hay sujeto. Hay simplemente subjetividad.

Esta consciencia es un tipo diferente de saber. Esta consciencia te da una nueva dimensión de existencia. No estás dividido en dos. Eres consciente de ti mismo. No estás percibiendo, no puedes comprenderlo, y, sin embargo, es existencial..., lo más existencial.

Intenta pensar de esta forma. Tenemos energía; esa energía sigue yéndose a los objetos. La energía no puede ser estática. Recuérdalo como una de las leyes supremas: la energía no puede ser estática, sino dinámica. No puede ser de otra forma. El dinamismo es su naturaleza misma, la energía se mueve. Cuando te veo, mi energía va hacia ti.

Cuando te percibo, se crea un círculo. Mi energía va hacia ti; luego vuelve a mí, se crea un círculo.

Si mi energía va hacia ti y no vuelve, no te conoceré. Es necesario un círculo, la energía debe ir y luego volver a mí. Al volver, te trae a mí. Te conozco. Conocimiento significa que la energía ha hecho un círculo. Ha ido del sujeto al objeto, y luego ha vuelto a moverse y ha regresado a la fuente original. Si sigo viviendo de esta manera -haciendo círculos con otros-, nunca me conoceré a mí mismo, porque mi energía está llena de energías de otros. Me trae esas imágenes, me suministra esas imágenes. Así es como acumulas conocimientos.



Esta técnica dice que dejes que el objeto desaparezca. Deja que tu energía entre en un espacio vacío, en el vacío. Sale de ti, pero no tiene ningún objeto que asir, ningún objeto que percibir. Se mueve y vuelve a ti a través del vacío; no hay ningún objeto. No te trae ningún conocimiento. Vuelve vacante, vacía, pura. No trae nada. Sólo se trae a sí misma. Viene virgen, no ha entrado nada en ella, permanece pura.

Éste es todo el proceso de la meditación. Estás sentado en silencio, tu energía está moviéndose. No hay ningún objeto con el que pueda ser contaminada, con el que se pueda enredar, con el que se pueda impresionar, con el que se pueda fundir.

Entonces la traes de vuelta a ti mismo. No hay ningún objeto, ningún pensamiento, ninguna imagen. La energía se mueve, el movimiento es puro, entonces vuelve a ti..., virgen. Vuelve como se fue; no trae nada. Un vehículo vacío vuelve a ti, te impacta. No trae ningún conocimiento; vuelve simplemente sola. En esa penetración de energía pura tomas consciencia de ti mismo.

Si tu energía está trayendo alguna otra cosa, entonces tomarás consciencia de esa cosa. Miras una flor. La energía te está trayendo la flor, la imagen de la flor, el olor de la flor, el color de la flor. La energía te está trayendo la flor. Te está presentando a la flor. Entonces te relacionas con la flor. La energía está cubierta por la flor. Nunca te relacionas con la energía; la energía pura que eres tú. Vas a lo otro y vuelves a la fuente.

Si no hay nada que la afecte, si viene sin condicionar, si viene tal como se ha ido, si se trae a sí misma y nada más, tomas consciencia de ti mismo. Éste es un círculo puro de energía, energía que no se mueve a otra cosa, sino dentro de ti, creando un círculo dentro de ti. Entonces no hay nadie más; sólo tú moviéndote dentro de ti mismo. Este movimiento se vuelve autoconocimiento, autoiluminación. Básicamente, todas las técnicas de meditación, todas ellas, son variaciones diferentes de ésta.

*Supón que contemplas algo más allá de la percepción, más allá de la comprensión, más allá de no ser: tú..*

Si puede suceder esto, entonces por vez primera tomas consciencia de ti mismo, de tu ser, de tu existencia, la

subjetividad.

El conocimiento es de dos tipos, conocimiento de objetos y conocimiento de la subjetividad. Conocimiento de lo conocido, de lo conocible, y conocimiento del que conoce. Y un hombre puede conocer millones y millones de cosas, puede llegar a conocer el mundo entero, pero si no es consciente del que conoce, es ignorante. Puede que sea erudito, pero no es sabio. Puede que haya acumulado mucha información, muchos conocimientos, pero le falta lo básico que hace que uno sepa, no tiene consciencia de sí mismo.

En los Upanishads hay una historia. Svetketu, un muchacho, volvió a casa tras estar con su maestro. Había pasado todos los exámenes, y los había pasado con buenas calificaciones. Había acopiado todo lo que el maestro podía darle. Y se había vuelto muy egotista.

Cuando llegó a casa de su padre, lo primero que el padre le preguntó a Svetketu fue esto: «Pareces estar demasiado lleno de conocimientos, y tus conocimientos te están volviendo muy egotista, tu manera de andar, la forma en que has entrado en casa... Sólo tengo una pregunta que hacerte: ¿Has conocido lo que lo conoce todo, has conocido lo que conociéndose se conoce todo, te has conocido a ti mismo?».

Svetketu dijo: «Pero no había ningún curso para eso en la escuela, y el maestro nunca habló de ello. He aprendido todo lo que se puede saber. Pregúntame cualquier cosa, te responderé. Pero ¿qué tipo de pregunta estás planteando? Nunca se ha hablado de eso.»

El padre dijo: «Entonces regresa, y a menos que conozcas lo que conociéndose se conoce todo, y sin conocerse no se conoce nada, no vuelvas aquí. Primero concóctete a ti mismo.»

Svetketu regresó. Le preguntó al maestro: «Mi padre dice que no me puede dejar volver a casa, no puedo ser bienvenido allí, porque dice que en nuestra familia hemos sido *brahmines* no sólo de nacimiento. Hemos conocido, hemos conocido a Brahma, somos *brahmines*; no sólo de nacimiento, sino por auténtico conocimiento real. De modo que ha dicho: "A no ser que te vuelvas un *brahmín* real, no de nacimiento, sino por conocer a Brahma, por conocer lo supremo, no entres en casa. No eres digno de nosotros." Así que ahora enséñeme eso.»

El profesor dijo: «Te he enseñado todo lo que puede enseñarse. Eso es algo que no se puede enseñar. Así que haz una cosa, simplemente estate disponible a ello. No puede enseñarse directamente. Simplemente se receptivo; algún día sucederá.

Lleva todas las vacas del *ashram*» -el *ashram* tenía muchas vacas; dicen que cuatrocientas-, «lleva todas las vacas al bosque. Quédate con las vacas; deja de pensar, deja de verbalizar, vuélvete una vaca. Permanece con las vacas, ámalas, y se silencioso como lo son las vacas. Cuando las vacas lleguen a ser mil, vuelve.»

De modo que Svetketu fue al bosque con cuatrocientas vacas. Era inútil pensar; no había nadie con quien hablar. Poco a poco, su mente se volvió como la de una vaca. Se sentaba en silencio bajo los árboles, y tuvo que esperar muchos años, porque sólo cuando las vacas llegaran a ser mil podría volver. Poco a poco, el lenguaje desapareció de su mente. Poco a poco, la sociedad desapareció de su mente. Poco a poco, dejó de ser un ser humano. Sus ojos se volvieron como los de las vacas.

Y la historia es muy hermosa. La historia dice que olvidó cómo contar; porque si el lenguaje desaparece y las verbalizaciones desaparecen... Olvidó cómo contar, olvidó ¿cuándo tenía que volver. La historia es hermosa. Las vacas dijeron: «Svetketu, ya somos mil. Volvamos a la casa del maestro. Debe de estar esperando.»

Svetketu volvió, y el maestro les dijo a los demás discípulos: «Contad las vacas.»

Contaron las vacas y los discípulos dijeron:

«Sí, hay mil vacas.»

Y se cuenta que el maestro dijo: «No hay mil, hay mil y una, Svetketu.»

Él estaba entre las vacas, silencioso, simplemente siendo, sin ningún pensamiento, sin mente, como una vaca, puro, simple, inocente. Y el maestro dijo: «No necesitas entrar. Vuelve a casa de tu padre. Has conocido; te ha sucedido. ¿Por qué has vuelto a mí? Te ha sucedido.»

Sucede, cuando no hay en la mente ningún objeto que conocer, te sucede el que conoce. Cuando la mente no está llena de pensamientos, cuando no hay una sola ondulación, cuando no hay ni una sola ola, estás solo. No hay nada más que tú. Obviamente,

tomas consciencia de tu ser; por primera vez, te llenas de ti mismo. Sucede una autoiluminación.

Este sutra es uno de los fundamentales. Pruébalo. Es arduo, porque el hábito de pensar, el hábito de aferrarse a los objetos, a lo que puede ser percibido y lo que puede ser comprendido, está tan arraigado, tan ¡inculcado, que se necesitará tiempo y un esfuerzo muy persistente para no involucrarse con los objetos, para no involucrarse con los pensamientos, sino simplemente volverse un testigo y desecharlos, y decir: «No, no es esto, no es esto.»

Toda la técnica de los Upanishads se condensa en dos palabras: *neti, neti*: no es esto, no es esto. Independientemente de lo que venga a la mente, di: «No es esto.» Sigue diciéndolo y desechando y deshaciéndote de todos los muebles. La habitación tiene que estar vacía, totalmente vacía. Cuando hay vacío, entonces sucede. Si hay alguna otra cosa, sigues siendo impresionado por ella, y no puedes conocerte a ti mismo. Tu inocencia se pierde en los objetos. Una mente infestada de pensamientos va hacia fuera. No puedes relacionarte contigo mismo.

### **87** Siente «Yo existo».

Segunda técnica: *Estoy existiendo. Esto es mío. Esto es esto. Oh, amada, incluso en esto, conoce ilimitablemente.*

*Estoy existiendo.* Nunca entras profundamente en esta sensación. *Estoy existiendo.* Estás existiendo, pero nunca profundizas en este fenómeno. Shiva dice: *Estoy existiendo. Esto es mío. Esto es esto. Oh, amada, incluso en esto, conoce ilimitablemente.*

Te contaré una anécdota Zen. Iban tres amigos por un camino. Caía la tarde y el Sol se estaba poniendo, cuando se dieron cuenta de que había un monje de pie en una colina cercana. Empezaron a hablar del monje, preguntándose qué estaría haciendo allí. Uno de ellos dijo: «Debe de estar esperando a sus amigos. Debe de haber ido a dar un paseo desde su ermita y sus amigos se habrán quedado atrás, y está esperando a que

lleguen.»

El otro refutó esto y dijo: Eso no es correcto, porque si una persona espera a alguien, a veces mirará hacia atrás. Pero él no está mirando hacia atrás en absoluto. Así que mi conjetura es ésta: que no está esperando a nadie. Más bien, debe de haber perdido su vaca. El atardecer se aproxima, y el Sol está poniéndose, y pronto estará oscuro, así que está buscando su vaca. Está ahí, de pie en la cima de la colina, y mirando a ver dónde está la vaca en el bosque.»

El tercero dijo: «Eso no puede ser cierto, porque está de pie tan silenciosamente, sin moverse en absoluto, y parece que no está mirando en absoluto; tiene los ojos cerrados. Debe de estar en oración. No está buscando ninguna vaca perdida o esperando a los amigos que se han quedado atrás.»

No pudieron ponerse de acuerdo. Discutieron y discutieron, y luego dijeron: «Debemos ir a la cima de la colina y preguntarle a él mismo qué está haciendo.»

De modo que llegaron hasta el monje. El primero dijo: «¿Estás esperando a que lleguen tus amigos que se han quedado atrás?»

El monje abrió los ojos y dijo: «No estoy esperando a nadie. No tengo ningún amigo ni ningún enemigo a los que esperar.» Volvió a cerrar los ojos.

El otro dijo: «Entonces yo debo de tener razón. ¿Estás buscando tu vaca, que se ha perdido en el bosque?»

El dijo: «No, no estoy buscando a nadie; ni a ninguna vaca ni a nadie. Lo único que me interesa soy yo mismo.»

De modo que el tercero dijo: “Entonces, ciertamente, definitivamente, estás haciendo alguna oración o alguna meditación.”

El monje abrió los ojos y dijo: «No estoy haciendo nada en absoluto. Simplemente estoy aquí. Estoy estando aquí sin hacer nada en absoluto. Simplemente estoy estando aquí.»

Esto es lo que los budistas dicen que es la meditación. Si haces algo, no es meditación, te has ido. Si rezas, no es meditación, has empezado a charlotear. Si usas alguna palabra, no es oración, no es meditación, ha entrado la mente. El hombre dijo lo correcto. Dijo: «Simplemente estoy aquí, sin hacer nada.»

Este sutra dice esto: *Estoy existiendo*. Profundiza en esta sensación. Sentado simplemente, profundiza en esta sensación,

«Estoy existiendo, existo.» Siéntelo, no lo pienses, porque puedes decirlo en la mente - «yo existo»- y es fútil. Tu cabeza es tu perdición. No vayas repitiendo en la cabeza, «Existo, estoy existiendo.» Eso es fútil, es inútil. Desperdicias la oportunidad.

Siéntelo profundamente en los huesos. Siéntelo en todo el cuerpo. Siéntelo como una unidad total, no en la cabeza. Simplemente siéntelo: «Yo existo.» No uses las palabras «yo existo». Yo estoy usando las palabras «yo existo» porque estoy hablando contigo. Y Shiva está hablándole a Parvati, de modo que tiene que usar las palabras «yo estoy existiendo». Tú no lo hagas. No vayas repitiendo. Esto no es un mantra, no tienes que repetir «estoy existiendo, estoy existiendo». Si lo repites, te dormirás, te hipnotizarás a ti mismo.

Si sigues repitiendo una cierta cosa, te hipnotizas a ti mismo. Primero te aburres, luego te entra sueño, y luego pierdes la consciencia. Saldrás de ello muy renovado, como si hubieras dormido profundamente. Es bueno para la salud, pero no es meditación. Si padeces de insomnio, puedes usar el canturreo, un mantra. Es tan bueno como cualquier tranquilizante, o incluso mejor. Puedes seguir repitiendo una cierta palabra, repitiéndola constantemente, en tono monótono, te dormirás.

Cualquier cosa que cree monotonía te hará dormir profundamente. De modo que los psicoanalistas y los psicólogos siguen diciéndole a la gente que padece de insomnio que escuche el tictac del reloj. Sigue escuchándolo y te dormirás, porque el tictac se convierte en un arrullo.

El niño duerme continuamente durante nueve meses en el útero de la madre, y el corazón de la madre sigue haciendo... tictac. Eso se vuelve un condicionamiento, un profundo condicionamiento, la repetición continua del corazón. Por eso, cuando alguien te pone junto a su corazón, te sientes bien. Tictac, te sientes adormecido, relajado. Cualquier cosa que produce monotonía produce relajación; te puedes dormir.

En un pueblo puedes dormir más profundamente que en una ciudad, porque un pueblo es monótono. La ciudad no es monótona. A cada momento está sucediendo algo nuevo; el ruido del tráfico sigue cambiando. En un pueblo todo es monótono, igual. En realidad, en un pueblo no hay noticias, no sucede nada; todo se mueve en círculo. De modo que los aldeanos duermen

profundamente, porque la vida en torno a ellos es monótona. En una ciudad es difícil dormir, porque la vida en torno a ti impresiona continuamente; todo cambia.

Puedes usar cualquier mantra: «Rama, Rama», «aum, aum»... Cualquier cosa. Puedes usar «Jesucristo»; puedes usar «Ave María». Puedes usar cualquier palabra y canturrearla monótonamente, y te hará dormir profundamente. Incluso puedes hacer esto, Ramana Maharshi solía dar la técnica «¿Quién soy yo?», y la gente empezaba a usarla como un mantra. Se sentaban con los ojos cerrados e iban repitiendo: «¿Quién soy? ¿Quién soy? ¿Quién soy?» Se había convertido en un mantra.. Ese no era el propósito.

Así que no lo conviertas en un mantra y, sentado, no digas, «Estoy existiendo.» No es necesario. Todo el mundo lo sabe, y tú ya sabes que estás existiendo; no hay necesidad, es fútil. Siéntelo: «Estoy existiendo.» Sentir es algo diferente, totalmente diferente. Pensar es un truco para escaparse de sentir. No sólo es diferente; es un engaño.

¿A qué me refiero cuando digo que sientas «estoy existiendo»? Estoy sentado en esta silla. Si empiezo a sentir «estoy existiendo», tomaré consciencia de muchas cosas, la presión de la silla, el tacto del terciopelo, el aire pasando por la habitación, el ruido tocando mi cuerpo, la sangre circulando en silencio, el corazón, la respiración continua, y la sutil sensación vibrante del cuerpo. Como el cuerpo es dinamismo, no es algo estático, estás vibrando. Hay continuamente un sutil temblor, y continuará mientras estés vivo. Hay un temblor.

Tomarás consciencia de todas estas cosas multidimensionales. Y cuanto más consciencia tomas de las muchas cosas que están sucediendo... Que tomes consciencia ahora mismo de todo lo que está sucediendo dentro y fuera de ti, esto es lo que significa «estoy existiendo». Si tomas consciencia de esta manera, el pensamiento se detendrá, porque cuando sientes que estás existiendo, es un fenómeno tan total que el pensamiento no puede continuar.

Al principio sentirás pensamientos flotando.

Poco a poco, cuanto más te arraigues en la existencia, según vayas asentándote más y más en la sensación de ser, los pensamientos estarán lejos, sentirás una distancia, como si esos

pensamientos ya no te estuvieran sucediendo a ti, sino que le estuvieran sucediendo a otra persona, muy, muy lejos. Hay una distancia. Y luego, cuando estés realmente enraizado, asentado en el ser, la mente desaparecerá. Existirás sin una sola palabra, sin una sola imagen mental.

¿Por qué sucede esto? Porque la mente es una actividad específica para relacionarse con los demás. Si tengo que relacionarme contigo, tendré que usar mi mente, el lenguaje, palabras. Es un fenómeno social; es una actividad de grupo. De modo que, incluso si estás hablando estando solo, no estás solo, le estás hablando a alguien. Incluso cuando estás solo, cuando estás hablando le estás hablando a alguien; no estás solo. ¿Cómo vas a hablar solo? Alguien está presente en la mente, y le estás hablando.

Estuve leyendo la autobiografía de un profesor de filosofía. Cuenta que un día iba a llevar a su hija, que tenía cinco años, a la escuela, y tras dejarla en la escuela iba a ir a la universidad a dar su clase. De modo que estaba preparando su clase por el camino, y se olvidó completamente de su hija, que estaba sentada a su lado en el coche, y empezó a dar la clase en voz alta. La niña escuchó durante varios momentos y luego preguntó: «Papi, ¿estás hablando conmigo o sin mí?».

Incluso cuando estás pensando, nunca es «sin», siempre es «con»..., con alguien. Puede que no esté presente, pero para ti está presente; para tu mente está presente. Todo pensamiento es un diálogo. Pensar es, en sí, un diálogo, es una actividad social. Por eso, si un niño es criado sin ninguna sociedad, no conocerá ningún lenguaje. No podrá verbalizar. Es la sociedad la que te da el lenguaje; sin la sociedad no hay lenguaje. El lenguaje es un fenómeno social.

Cuando te asientas dentro de ti mismo, no hay sociedad, no hay nadie. Existes tú solo. La mente desaparece. No estás relacionándote con nadie, ni siquiera en la imaginación, de modo que la mente desaparece. Existes sin la mente, y esto es lo que es la meditación, existir sin la mente. Estando perfectamente alerta y consciente, no inconsciente, sintiendo la existencia en su totalidad, en su multidimensionalidad; pero la mente ha desaparecido de pronto.

Y con la mente desaparecen muchas cosas. Con la mente, tu



nombre; con la mente, tu forma; con la mente, que eres hindú, o musulmán o parsi; con la mente, que eres bueno o malo; con la mente, que eres un santo o un pecador; con la mente, que eres feo o guapo, todo desaparece. Todas las etiquetas que se te han puesto, de pronto ya no están ahí. Existes en tu pureza prístina. Existes en tu inocencia total; en tu virginidad, asentado, no flotando, enraizado en lo que es.

Con la mente puedes irte al pasado. Con la mente puedes irte al futuro. Sin la mente no puedes irte al pasado o al futuro. Sin la mente estás aquí y ahora, este momento es toda la eternidad. No existe nada más que este momento. Sucede la dicha. No necesitas ir en ninguna búsqueda. Enraizado en este momento, enraizado en el ser, eres dichoso. Y esta dicha no es realmente algo que te esté sucediendo a ti, tú eres ella.

*Estoy existiendo.* Pruébalo. Y puedes hacerlo en cualquier parte. Yendo en autobús, o viajando en tren, o simplemente sentado, o tumbado en tu cama, intenta sentir la existencia tal como es; no pienses en ella. De pronto tomarás consciencia de que no has conocido muchas cosas que te están sucediendo continuamente. No has sentido tu cuerpo. Tienes tu mano, pero nunca la has sentido, lo que dice, y la información que te está dando continuamente; qué siente.

A veces está pesada y triste, a veces está feliz y ligera. A veces todo fluye en ella, a veces todo está muerto. A veces la sientes viva, bailando; a veces no hay vida en ella, aterida, muerta, colgando de ti, pero no viva.

Cuando empieces a sentir tu ser, llegarás a conocer los estados de ánimo de tus manos, de tus ojos, de tu nariz, de tu cuerpo. Es un gran fenómeno; hay matices sutiles. El cuerpo sigue hablándote, y tú no estás presente para oírle. Y la existencia en torno a ti sigue penetrando en ti en formas sutiles, de muchas maneras, de maneras diferentes, pero tú no eres consciente. No estás presente para recibirla, para darle la bienvenida.

Cuando empiezas a sentir la existencia, el mundo entero cobra vida para ti de una forma totalmente nueva, que nunca has conocido. Entonces pasas por la misma calle y la calle no es la misma, porque ahora estás asentado en la existencia. Te encuentras con los mismos amigos, pero no son los mismos, porque tú eres diferente. Vuelves a tu casa y la mujer con la que

has vivido durante años no es la misma.

Ahora que eres consciente de tu propio ser, tomas consciencia del ser del otro. Cuando tu mujer se enfada, puedes disfrutar incluso su ira, porque ahora puedes sentir lo que está sucediendo. Y si lo puedes sentir, puede que la ira no parezca ira; puede que se vuelva amor. Si puedes sentirla muy hondamente, entonces la ira muestra que ella todavía te ama; de lo contrario no estaría enfadada, no se tomaría la molestia. Ella aún te espera todo el día. Está enfadada porque te ama. No le eres indiferente.

Recuerda, la ira o el odio no son los verdaderos opuestos del amor, la indiferencia es el opuesto verdadero. Cuando le eres indiferente a alguien, el amor se ha perdido. Si alguien ni siquiera está dispuesto a enfadarse contigo, entonces todo se ha perdido. Pero, normalmente, si tu mujer está enfadada, reaccionas más violentamente, te pones agresivo. No comprendes el significado simbólico de esto. No estás asentado en ti mismo. No has conocido realmente tu propia ira; por eso no puedes comprender la ira de los demás.

Si conoces tu propia ira, si puedes sentirla en su estado total, entonces conoces también la ira de los demás. Sólo te enfadas cuando amas a alguien; de lo contrario, no hay necesidad. Mediante la ira, tu mujer está diciendo que todavía te ama, que no le eres indiferente. Ha estado esperando y esperando, y ahora toda esa espera se ha convertido en ira.

Puede que no lo diga directamente, porque el lenguaje del sentimiento no es directo. Y eso se ha vuelto un gran problema hoy día, porque no puedes comprender el lenguaje del sentimiento, porque no conoces tus propios sentimientos. No estás asentado en tu propio ser. Sólo puedes comprender las palabras; no puedes comprender los sentimientos. Los sentimientos tienen su propia forma de expresión, y son más básicos, más reales.

Una vez que te familiarices con tu propia existencia, tomarás también consciencia de la existencia de los demás. Y todo el mundo es tan misterioso, y todo el mundo es un abismo tan profundo que conocer..., una infinita posibilidad de ser penetrado y conocido. Y todo el mundo está esperando que alguien penetre en él, entre profundamente, y sienta su corazón. Pero como no has conocido tu propio corazón, no puedes conocer el de nadie

más. El corazón más próximo permanece desconocido, así que ¿cómo vas a poder conocer los corazones de otros?

Actúas como un zombi, y estás en una multitud de zombis. Todo el mundo está profundamente dormido. Sólo tienes un tanto así de alerta, que pasas entre gente profundamente dormida y llegas a tu casa sin tener ningún accidente; eso es todo.

Ésta es la alerta que tienes. Esto el mínimo que le es posible al hombre; por eso estás tan aburrido, tan embotado. La vida es sólo una larga pesadez, y en el fondo todo el mundo está esperando la muerte, para ser rescatado de la vida. La muerte parece ser la única esperanza.

¿Por qué está sucediendo esto? La vida puede ser una dicha infinita. ¿Por qué es tan aburrida? No estás asentado en ella. Estás desarraigado, desarraigado y viviendo al mínimo. Y la vida sucede realmente cuando vives al máximo.

Este sutra te dará un máximo de existencia. El pensamiento sólo puede darte un mínimo; sentir puede darte el máximo. Por medio de la mente no hay ningún camino a la existencia; el único camino es por medio del corazón.

*Estoy existiendo.* Siéntelo con el corazón. Y siente que «ésta existencia es mía». *Esto es mío. Esto es esto.* Esto es muy bello. *Estoy existiendo.* Siéntelo, asíéntate en ello; luego sabe que *esto es mío*: esta existencia, este ser desbordante es mío.

Sigues diciendo que «esta casa es mía, estos muebles son míos». Sigues hablando de tus posesiones, y nunca sabes lo que posees realmente. Posees el ser total. Posees la posibilidad más profunda, el núcleo más central de la existencia en ti. Shiva dice: *Estoy existiendo.* Siéntelo. *Esto es mío.* Tampoco esto hay que convertirlo en un pensamiento; recuerda eso continuamente. Siéntelo -esto es mío, esta existencia-, y entonces sentirás gratitud. ¿Cómo puedes darle las gracias a Dios? Tu gratitud es superficial, formal. Y mira qué desdicha..., eres formal incluso con Dios. ¿Cómo vas a estar agradecido? No has conocido nada de lo que estar agradecido.

Si puedes sentirte a ti mismo enraizado en la existencia, fundido en ella, desbordando de ella, y permites incluso bailar con ella, entonces sentirás: «Esto es mío. Esta existencia te pertenece. Todo este misterioso universo me pertenece. Toda esta existencia ha estado existiendo para mí. Me ha creado. Soy

su flor.»

Esta consciencia que te ha sucedido es la mayor flor que le ha sucedido al universo. Y durante millones y millones de años esta Tierra estuvo preparándose para que tú existieras.

*Esto es mío. Esto es esto.* Sentir: «Esto es la vida, *esto es esto*, esta entidad. Estaba preocupado innecesariamente. Era un mendigo innecesariamente, pensaba innecesariamente desde el punto de vista de mendigar. Soy el amo y señor.»

Cuando estás enraizado, eres uno con la totalidad, y la existencia existe para ti. No eres un mendigo; de pronto te vuelves un emperador. *Esto es esto.*

*Oh, amada, incluso en esto, conoce ilimitablemente.*

Y mientras estés sintiendo esto, no le pongas un límite. Siéntelo ilimitablemente. No le pongas ningún linde. No hay ninguno; no acaba en ninguna parte. El mundo no empieza en ninguna parte; el mundo no acaba en ninguna parte. La existencia no tiene principio ni fin. Tú tampoco tienes principio; tú tampoco tienes fin.

El principio y el fin existen debido a la mente, la mente tiene un principio y la mente tiene un fin. Retrocede, vuelve la vista atrás en tu vida, llega un momento en que todo cesa; hay un principio. Puedes recordar hasta cuando tenías tres años, o, como mucho, dos años -eso es poco común-, pero entonces la memoria cesa. Puedes volver la vista atrás hasta cuando tenías dos años. ¿Qué significa esto? Y no puedes recordar nada anterior a eso, anterior a esa edad de dos años. De repente hay un espacio en blanco, no sabes nada.

¿Recuerdas algo de tu nacimiento? ¿Sabes algo de los nueve meses que pasaste en el útero de tu madre? Tú estuviste allí, pero la mente no. La mente empezó cuando tenías unos dos años; por eso sólo puedes recordar hasta esa edad. Luego no hay mente, la memoria cesa. La mente tiene un principio, la mente tiene un final, pero tú no tienes ningún principio.

En la meditación profunda, en semejante meditación puedes llegar a sentir la existencia; entonces hay no-mente, un flujo sin principio ni fin de energía, de fuerza cósmica, un océano infinito en torno a ti, y tú eres una ola en él. La ola tiene principio y fin;

el océano, no. Y una vez que sabes que no eres la ola sino el océano, toda la desdicha ha desaparecido.

¿Qué hay en lo más profundo de tu desdicha? En lo más profundo hay muerte. Tienes miedo a algún final que va a haber. Es absolutamente seguro; nada es tan cierto como la muerte, el miedo, el temblor. Hagas lo que hagas, estás desvalido.

No se puede hacer nada, va a haber muerte. Y eso sigue sin parar en la mente consciente e inconsciente. A veces surge en la mente consciente, te asustas de la muerte. Lo empujas hacia abajo, y entonces continúa en el inconsciente. A cada momento tienes miedo a la muerte, al fin.

La mente va a morir, tú no vas a morir; pero no te conoces a ti mismo. Conoces algo que es una cosa creada, tiene un principio, va a tener un final. Lo que comienza tiene que terminar. Si encuentras dentro de tu ser algo que nunca comienza, que simplemente es, que no puede terminar, entonces el miedo a la muerte desaparece. Y cuando el miedo a la muerte desaparece, el amor fluye por ti; no antes.

¿Cómo va a fluir el amor cuando va a haber muerte? Puedes aferrarte a alguien, pero no puedes amar. Puedes usar a alguien; pero no puedes amar. Puedes explotar a alguien, pero no puedes amar.

El amor no es posible si hay miedo. El miedo es el veneno. El amor no puede florecer con miedo en lo hondo de ti. Todo el mundo va a morir. Todo el mundo está en una cola esperando su vez. ¿Cómo vas a poder amar? Todo parece una tontería. El amor parece una tontería si hay muerte, porque la muerte lo destruirá todo. Ni siquiera el amor es eterno. Hagas lo que hagas por tu amada, por tu amante, no puedes hacer nada, porque no puedes evitar la muerte, está esperando detrás de todo.

Puedes olvidarla, puedes crear una fachada, y puedes seguir creyendo que no va a suceder, pero tu creencia es meramente superficial, en el fondo sabes que va a suceder. Y si hay muerte, entonces la vida no tiene sentido. Puedes crear sentidos artificiales, pero no servirán de mucho. Temporalmente, durante algunos momentos, pueden ayudar, pero la realidad vuelve a surgir y el sentido se va. Puedes engañarte a ti mismo continuamente, eso es todo; a no ser que llegues a conocer algo que no tiene principio ni fin, que está más allá de la muerte...

Una vez que llegas a conocerlo, entonces es posible el amor, porque entonces no hay muerte. El amor es posible. Buda te ama, Jesús te ama, pero ese amor es absolutamente desconocido para ti. Ese amor ha nacido porque ha desaparecido el miedo. Tu amor es sólo un mecanismo para evitar el miedo. De modo que siempre que amas te sientes sin temor. Alguien te da fortaleza.

Y éste es un fenómeno mutuo, tú le das fortaleza a alguien, y alguien te da fortaleza a ti. Los dos sois débiles, pero ambos estáis buscando a alguien, y entonces dos personas débiles se juntan y se ayudan mutuamente a ser fuertes, ¡esto es maravilloso! ¿Cómo sucede? Es tan sólo una ficción. Sientes que hay alguien detrás de ti, contigo, pero sabes que nadie puede estar contigo en la muerte. Y si alguien no puede estar contigo en la muerte, ¿cómo va a estar contigo en la vida? Entonces es sólo un aplazamiento, una rehuída de la muerte. Y como tienes miedo, necesitas que alguien te de valor.

Se ha dicho, Emerson ha escrito en alguna parte, que incluso el mayor de los guerreros es un cobarde ante su esposa. Incluso un Napoleón es un cobarde, porque la esposa sabe que él necesita su fortaleza, él la necesita a ella para poder ser él mismo. Él está supeditado a ella. Cuando vuelve de la guerra, de luchar, está temblando, asustado. Él descansa en ella, se relaja en ella. Ella le consuela; él se vuelve como un niño. Todo marido es un niño ante su esposa. ¿Y la esposa? Ella está supeditada al marido. Ella vive a través de él. No puede vivir sin él; él es su vida.

Esto es un engaño mutuo. Ambos tienen miedo, existe la muerte. Ambos intentan amarse mutuamente y olvidar la muerte. Los amantes se vuelven, o parecen ser, valientes. A veces los amantes pueden incluso enfrentarse a la muerte muy intrépidamente, pero eso es sólo una apariencia.

Nuestro amor es parte del miedo, para escapamos de él. El amor auténtico sucede cuando no hay miedo, cuando la muerte ha desaparecido, cuando sabes que no empiezas nunca y que nunca vas a acabar. No lo pienses. Puedes pensarlo, debido al miedo. Puedes pensar: «Sí, sé que no voy a tener fin, no hay muerte, el alma es inmortal.» Puedes pensarlo debido al miedo; eso no ayudará.

Si profundizas en la meditación, sucederá. El miedo desaparecerá, porque te conoces a ti mismo interminablemente.

Sigues expandiéndote interminablemente, de vuelta al pasado, hacia el futuro, y en este mismo momento, en este momento presente, estás en lo profundo de él. Simplemente eres, nunca comienzas, nunca vas a tener fin. Siente esto ilimitablemente..., infinitamente.

## Capítulo 60

### Libérate a Ti Mismo: de Ti Mismo

#### Preguntas

*¿No son la libertad y la entrega contradictor{as}?*

*¿No es esto eso, Brahma?*

*¿Hay que trascender el deseo de divinidad?*

*¿Cómo librarse del miedo?*

*¿Qué es el sonido de agua fluyendo?*

#### Primera pregunta:

*Dices que la religión es libertad total o moksha, y recalcas, también la importancia de la entrega en la religión. Pero, ¿no son la libertad y la entrega términos contradictorios?*

Parecen contradictorios, pero no lo son. Y lo parecen debido al lenguaje; existencialmente no lo son. Intenta comprender dos cosas. Primero, no puedes ser libre permaneciendo tal como eres, porque ser como eres es la esclavitud. Tu ego es la esclavitud. Sólo puedes ser libre cuando este punto del ego desaparece; este punto del ego es la esclavitud.

Cuando no hay ego, te haces uno con la existencia, y sólo esa unidad puede ser libertad. Cuando existes separadamente, esta separación es falsa. En realidad no estás separado, no puedes estarlo; formas parte de la existencia..., y no eres una parte mecánica, sino una parte orgánica. No puedes existir ni un solo momento separado de la existencia. La respiras a cada momento;

te respira a cada momento. Vives en una totalidad cósmica.

Tu ego te da la falsa sensación de una existencia separada. Debido a esa falsa sensación, empiezas a luchar con la existencia. Cuando luchas, eres esclavo. Cuando luchas, tendrás que ser derrotado, porque la parte no puede vencer al todo. Y debido a esta lucha con el todo, te sientes esclavo, limitado por todas partes. Dondequiera que vas surge un muro. Ese muro no está en ninguna parte de la existencia, se mueve con tu ego, forma parte de tu sensación de estar separado. Entonces luchas contra la existencia. En esa lucha serás derrotado constantemente; en esa derrota sientes esclavitud, limitación.

Entrega quiere decir que entregas tú ego, entregas el muro separador, de modo que todo lo que estás entregando es sólo un sueño, un concepto, una idea falsa. No estás entregando la realidad; sólo estás entregando una actitud falsa. En el momento en que entregas esta actitud falsa, te haces uno con la existencia. Entonces no hay conflicto.

Y si no hay conflicto, no tienes ninguna limitación; no hay ninguna sujeción, no hay ningún linde en ninguna parte. No estás separado. No puedes ser derrotado, porque no hay nadie para poder ser derrotado. No puedes morir, porque no hay nadie para poder morir. No puedes ser desdichado, porque no hay nadie para poder ser desdichado. En el momento en que entregas el ego, entregas todas las tonterías -la desdicha, la esclavitud, *dukkha*, el infierno-, todo es entregado. Te haces uno con la existencia. Esta unidad es la libertad.

La separación es la esclavitud. La unidad es la libertad. No es que te liberes. Recuerda esto, ya no estás. De modo que no es que te liberes, ya no estás. En realidad, cuando tú no estás, está la libertad. Cómo expresarlo es un problema. Cuando tú no estás, está la libertad. Se cuenta que Buda ha dicho: «Tú no vas a ser dichoso. Cuando tú no estás, está la dicha. Tú no vas a estar liberado. Vas a estar liberado de ti mismo.»

De modo que la libertad no es la libertad del ego; la libertad es ser *libre del* ego. Y si puedes comprender esto -que la libertad es ser libre del ego-, entonces la entrega y la libertad se vuelven lo mismo, entonces significan lo mismo. Pero si tomas el ego como el punto de vista desde el que pensar, entonces el ego dirá: «¿Por qué entregarse? Porque si te entregas, no puedes ser libre.»



Entonces te vuelves un esclavo. Cuando te entregas, te vuelves un esclavo.»

Pero, en realidad, no te estás entregando a alguien. Esto es lo segundo que hay que comprender, no estás entregándote a alguien; simplemente te estás entregando. No hay nadie que vaya a tomar tu entrega. Si hay alguien, y te entregas a él, entonces es un tipo de esclavitud. En realidad, ni siquiera hay un Dios al que te estás entregando. Y cuando hablamos de un Dios, eso es sólo para encontrar algo que te ayude a entregarte.

En los *Yoga Sutras* de Patanjali, se habla de Dios sólo para ayudarte a entregarte. No hay ningún Dios. Patanjali dice que no hay ningún Dios, pero te resultará difícil entregarte a nadie; te resultará difícil simplemente entregarte. Para ayudarte a entregarte, se habla de Dios. De modo que Dios es sólo un método. Esto es poco común, muy científico, Dios es sólo un método para ayudarte a entregarte. No hay nadie que vaya a tomar tu entrega. Si hay alguien, y te entregas, entonces es una esclavitud, una sumisión. Esto es muy sutil y muy profundo, no hay ningún Dios en cuanto persona; Dios es sólo un camino, un método, una técnica.

Patanjali describe muchas técnicas. Una de ellas es *ishwara pranidhan*: la idea de Dios. Hay muchos métodos para alcanzar la entrega; un método es la idea de Dios. Eso ayudará a tu mente a entregarse, porque si digo: «Entrégate», preguntarás: «¿A quién?». Si digo: «Simplemente entrégate», te resultará difícil concebirlo. Trata de comprender de otra manera. Si te digo: «Simplemente ama», preguntarás: «¿A quién? ¿Qué quieres decir con "Simplemente ama"? Si no hay nadie a quien amar, ¿cómo voy a amar?». Si digo: «Ora», entonces preguntarás: «¿A quién? Adorar ¿a quién?». Tu mente no puede concebir la no-dualidad. Preguntará, planteará la pregunta: «¿A quién?».

Sólo para ayudar a la mente, para satisfacer la pregunta de la mente, Patanjali dice que Dios es sólo un camino, una técnica. Veneración, amor, entrega... ¿a quién? Patanjali dice: «A Dios.» Porque si te entregas, entonces llegarás a saber que no hay ningún Dios, o que tú mismo eres eso a lo que te has entregado. Pero esto sucederá cuando te hayas entregado. Dios es sólo un truco.

Se dice que incluso es difícil entregarse a un Dios que no se ve

en ningún sitio, que es invisible, de modo que las Escrituras dicen: «Entrégate al gurú, al maestro.» El maestro es visible y es una persona, de modo que entonces la pregunta se vuelve relevante, si te entregas a un maestro, entonces es una esclavitud, porque hay una persona y te estás entregando a ella. pero también entonces tendrás que volver a comprender algo muy sutil, incluso más sutil que la idea de Dios. Un maestro sólo es un maestro cuando no existe. Si existe, entonces no es un maestro. Un maestro sólo se vuelve un maestro cuando no existe. Ha alcanzado el no-ser; no hay nadie.

Si hay alguien sentado aquí en esta silla, entonces no hay ningún maestro; entonces se va a convertir en una esclavitud. Pero si no hay nadie sentado en esta silla, un no-ser, alguien que no está centrado en ninguna parte, alguien que se ha entregado -no a alguien, sino que simplemente se ha entregado y ha alcanzado el no-ser, se ha vuelto una no-persona-, que simplemente está ahí, sin estar concentrado en un ego, difuso, no concentrado en ninguna parte, entonces se ha convertido en un maestro. De modo que cuando estás entregándote a un maestro, estás de nuevo entregándote a nadie.

Ésta es una cuestión profunda para ti. Cuando estás entregándote, si puedes comprender que esto es simplemente entregarse, no una entrega...; entregarse, no una entrega... Una entrega es a alguien. Entregarse es algo por tu parte. Así que lo básico es entregarse, el acto, no el objeto. El objeto no debería ser importante, sino que lo importante es el que se está entregando. El objeto es sólo una excusa..., sólo una excusa.

Si puedes comprender, entonces no hay necesidad de que te entregues a alguien, puedes simplemente entregarte. Entonces no hay necesidad de amar a alguien, puedes simplemente amar. Tú eres significativo, no el objeto. Si el objeto es significativo, crearás una esclavitud con ello. De modo que incluso un Dios que no existe se volverá una esclavitud; incluso un maestro que no existe se volverá una esclavitud. Pero esa esclavitud la creas tú; es un malentendido. De otra forma, entregarse es la libertad. No son contradictorios.

## **Segunda pregunta:**

*Mientras que «esto es esto» incluye también «esto es eso» y «eso es Brahma», ¿cómo es que el sutra sólo enfatiza «esto es esto»?*

Por una razón muy concreta, porque el tantra, en lo más profundo, sólo está interesado en el aquí y ahora. «Esto es esto» significa lo que está aquí y ahora. «Eso» va un poco más lejos.

En segundo lugar, para el tantra no hay división entre esto y eso. El tantra es no-dualista -esto es el mundo, y eso es Brahma; esto es lo mundano, lo material, y eso es consciencia, lo espiritual-; para el tantra no hay ninguna distinción de este tipo. «Esto» es todo, «eso» está incluido en ello. Este mundo mismo es divino.

Y el tantra no hace ninguna distinción ni categorización de lo alto y lo bajo, «esto» significa lo bajo, y «eso» significa lo alto; «esto» significa lo que puedes ver y tocar y conocer, y «eso» significa lo invisible que no puedes ver y no puedes tocar; sólo puedes inferir. Para el tantra no hay distinción entre lo alto y lo bajo, lo visible y lo invisible, la materia y la mente, la vida y la muerte, el mundo y Brahma, ninguna distinción.

El tantra dice: «Esto es esto» y «eso» está incluido en ello. Pero el énfasis en *esto* es bello. Dice que, aquí y ahora, lo que hay, eso es todo. Y todo está en ello; nada está excluido. Lo cercano, lo íntimo, lo corriente, es todo.

Es un dicho muy conocido del misticismo Zen, que si puedes volverte normal y corriente, te has vuelto extraordinario. Sólo la persona que está a gusto con su normalidad es extraordinaria. Porque todo el mundo ansía ser extraordinario, de modo que el deseo de ser extraordinario es muy corriente. Todo el mundo, no se puede encontrar una persona que no esté tratando de ser extraordinaria de alguna forma; de modo que el deseo, el anhelo de ser extraordinario, es una parte, una parte básica, de la mente corriente. Los maestros Zen dicen: «De manera que ser corriente es lo más extraordinario del mundo. Ser simplemente corriente es muy excepcional. Muy raramente sucede que alguien sea simplemente corriente.»

Un emperador japonés andaba en busca de un maestro, así que fue de un profesor a otro, pero ninguno pudo satisfacerle. Debido a que un anciano había dicho que el maestro auténtico sería su-

mamente corriente, siguió buscando, pero no pudo encontrar un hombre corriente. Volvió al anciano, que estaba en su lecho de muerte, y le dijo: «Me has puesto en un gran aprieto. La manera en que definiste al maestro -que será simple, corriente- se ha convertido en un problema para mí. He estado buscando por todo el país, y nadie me satisface. Así que dame alguna pista de cómo encontrar al maestro.»

El moribundo dijo: «Has estado buscando en los lugares erróneos. ¡Has estado buscando en los lugares erróneos! Has estado acudiendo a personas que eran extraordinarias de alguna forma, y entonces tratas de encontrar lo corriente. Entra en el mundo corriente. Y, en realidad, aún estás tratando de encontrar lo extraordinario. Ahora lo defines como corriente, pero aún estás buscando lo extraordinario. Ahora la definición ha cambiado.

¡Ahora lo defines como lo más corriente, pero lo poco común, lo excepcional. Todavía estás buscando esto. No hagas eso, y en el momento en que estés listo y no estés buscando de esta forma, el maestro vendrá a ti.»

A la mañana siguiente, mientras estaba sentando, intentó comprender lo que había dicho el anciano, y sintió que tenía razón. El desear se fue de él. Apareció un mendigo..., y era el maestro. Y había conocido al mendigo toda su vida. Siempre había venido; ese mendigo había venido todos los días al palacio, de modo que el emperador le preguntó al mendigo: «¿Cómo es que no pude reconocerte antes?».

El mendigo dijo: «Porque estabas buscando lo extraordinario. Yo estaba aquí, pero tú estabas buscando ahí. No te percaste de mí en ningún momento.»

El tantra dice «esto», no «eso», especialmente en esta técnica. Hay técnicas en las que se habla de «eso», pero «esto» es lo más tántrico: esto, aquí y ahora, lo más íntimo. Tu mujer, tu marido -esto-, tu amigo, el mendigo, puede ser el maestro. Pero no estás mirando esto; estás mirando eso, ahí, entre las nubes. Ni siquiera puedes concebir que cerca de ti pueda estar esa cualidad de ser; no puedes concebirlo. Piensas que ya conoces lo cercano, de modo que lo buscas lejos. Ya te parece que conoces «esto», así que ahora lo único que hay que encontrar es «eso».

Esto no es verdad. No conoces «esto», no conoces lo cercano. Lo cercano es tan desconocido como lo lejano. Mira a tu

alrededor. No estás familiarizado con nadie, no conoces a nadie. ¿Conoces el árbol junto al que pasas todos los días? ¿Conoces a tu amigo, con el que has vivido toda tu vida? ¿O te conoces a ti mismo, que es lo más cercano? ¿Conoces tu cuerpo, la respiración que viene y va continuamente? ¿La conoces? No conoces nada. No conoces ni siquiera «esto», así que ¿por qué anhelar «eso»?

Esta técnica dice: si se conoce «esto», automáticamente se conocerá «eso», porque «eso» está incluido en «esto». Lo lejano está oculto en lo cercano, en lo íntimo. Pero la mente humana ansía lo lejano. Esto es un escape. Es un escape pensar en lo lejano, porque entonces puedes seguir pensando eternamente, y puedes seguir aplazando vivir, porque la vida es «esto». Si piensas en ello y lo consideras, tendrás que cambiarte a ti mismo.

Recuerdo una anécdota. Sucedió una vez que un maestro Zen fue nombrado predicador de un templo. Nadie sabía que era un maestro Zen. La congregación se reunió y se dio el primer sermón.

Todo el mundo estaba emocionado; era hermoso. Nadie había oído nunca una cosa semejante. Al día siguiente, fue al templo una multitud aún mayor, pero el maestro repitió el mismo sermón. De modo que se aburrieron: «¿Qué tipo de hombre es este.»

Entonces volvieron el tercer día, no tanta gente, pero el maestro volvió a repetir el mismo sermón. De modo que muchos se fueron a la mitad; sólo se quedaron unos pocos, y esos pocos se habían quedado sólo para preguntar: «¿Sólo tienes un sermón? ¿Y vas a darlo todos los días?». Un portavoz espetó al predicador, «¿Qué tipo de predicación es ésta? Te hemos oído tres veces, y sigues repitiendo exactamente lo mismo, exactamente con las mismas palabras. ¿No tienes otras charlas, otros sermones?».

El predicador dijo: "Tengo bastantes, pero no habéis puesto en acción, nada referente al primero. A menos que pongáis en acción algo referente al primero, no voy a dar el segundo. Es innecesario."

El gentío dejó de venir. Nadie se acercaba al templo, porque en cuanto venía alguien, el monje Zen empezaba a dar el primer sermón. Se dice que la gente dejó de pasar por allí, por ese templo. «Ese monje está ahí, y si aciertas a estar allí, te volverá a dar el mismo sermón.»

Debe de haber sido un conocedor muy profundo de la mente humana. La mente humana quiere pensar, pero nunca quiere hacer nada, la acción es peligrosa. Pensar es bueno, porque sigues siendo el mismo. Si piensas en lo lejano, lo distante, no hay necesidad de cambiarte a ti mismo. El Brahma, lo absoluto, no puede cambiarte, pero el vecino, el amigo, la esposa, el marido..., si les miras, tendrás que cambiarte a ti mismo. Y es un truco no mirarles.

Miras «eso» para olvidar «esto»..., y «esto» es la vida, y «eso» es simplemente un sueño. Puedes pensar en Dios, porque ese pensar es impotente; no va a hacer nada. Continuarás pensando en Dios y seguirás siendo el mismo. Esto es un truco para seguir siendo el mismo. Si piensas en tu mujer, si piensas en tu hijo, si puedes penetrar hondamente en lo íntimo y cercano, no puedes seguir siendo el mismo, de ello resultará la acción.

El tantra dice: «No vayas lejos. Está aquí, este mismo momento, cerca de ti. Permanece abierto, y mira "esto", y "eso" se resolverá solo.»

### **Tercera pregunta:**

*Has dicho que el tantra enseña al hombre a trascender el anhelo de su pasado animal y también su anhelo de lo divino. ¿Significa esto que la divinidad forma parte del mundo, y que también hay que trascender eso? ¿Y qué es lo que va más allá de ambos?*

Tendrás que comprender muchas cosas. La primera, la naturaleza del deseo. La divinidad no es lo que tú llamas divinidad. El Dios del que hablas no es el Dios de la realidad; es el Dios de tu deseo. De modo que no es cuestión de si lo divino forma parte del mundo; esa no es la cuestión. La verdadera cuestión es: ¿puedes desear lo divino sin hacerlo parte del mundo?

Considéralo de esta forma. Ha sido dicho una y otra vez que a no ser que dejes de desear, no puedes llegar a lo supremo. No puedes alcanzar lo divino si no dejas de desear. Deja de desear y puedes alcanzarlo. Lo has oído muchas veces, pero me pregunto si lo has comprendido o no. Más o menos, lo estarás

malentendiendo. Al oír esto, empiezas a desear lo divino..., y eso es no entender nada.

Si dejas de desear, lo divino te sucederá. Entonces empiezas a desear lo divino, de modo que tu divino formará parte del mundo. Lo que puede ser deseado es el mundo. Así es como yo lo defino, lo que puede ser deseado es el mundo. De manera que lo divino no puede ser deseado, y si lo deseas, se ha vuelto parte del mundo.

Cuando el deseo cesa, sucede lo divino. Cuando no estás deseando nada, está lo divino, entonces todo el mundo es divino. No encontrarás lo divino en alguna parte en contradicción, en oposición al mundo, contrario al mundo. Cuando no estás deseando, todo es divino; cuando estás deseando, todo es el mundo. Tu deseo crea el mundo, todo lo que deseas se vuelve el mundo. Esto que ves no es el mundo: los árboles y el cielo y el mar y los ríos y la tierra y las estrellas. Esto no es el mundo; lo que deseas es el mundo.

Hay una flor en el jardín. Cuando pases junto al árbol y mires la flor, y te llegue el olor de la flor, mira dentro de ti. Si no estás deseando esa flor, si no hay ni el más ligero afán de poseerla, ni la más ligera onda de deseo de tenerla, esa flor se vuelve divina. Tendrás el rostro divino a través de ella. Pero si se presenta el deseo de poseerla, o si surge la envidia del dueño del árbol, has creado un mundo; lo divino ha desaparecido. Es tu deseo lo que cambia la cualidad de la existencia; tu deseo la hace el mundo. Cuando estás sin desear, el mundo entero se vuelve divino.

Ahora volveré a leer la pregunta: *Has dicho que el tantra enseña al hombre a trascender el anhelo de su pasado animal y también su anhelo de lo divino.*

El tantra sólo enseña a trascender el anhelo. Es irrelevante *qué* anheles; lo importante es que anhelas. Puedes seguir cambiando de objeto. Anhelas dinero, anhelas poder, anhelas prestigio..., anhelas el mundo. Entonces cambias. Te hartas de ello, estás aburrido. O has conseguido lo que anhelabas, y no estás satisfecho; te sientes frustrado.

Empiezas un nuevo anhelo. Ahora anhelas lo divino. Anhelas *moksha*. El *nirvana*, la liberación... Ahora anhelas a Dios. El objeto ha cambiado; tú no has cambiado tu anhelo sigue siendo el mismo. Antes perseguía el prestigio y el poder y el dinero. Ahora

persigue el poder divino. Persigue lo supremo, *moksha*, la libertad absoluta, pero el anhelo sigue ahí.

Normalmente, la gente religiosa va cambiando sus objetos de deseo. El deseo permanece igual, sin cambiar. Y no son los objetos los que crean el problema; es el deseo, el anhelo, lo que crea el problema. El tantra dice que es fútil seguir cambiando de objeto. Es perder el tiempo y la vida y la energía. Cambiar de objeto no ayudará, deja el anhelo. No anheles. No anheles la libertad, porque anhelar es la esclavitud. No anheles lo divino, porque anhelar es el mundo. No anheles lo interno, porque anhelar es lo externo. De modo que no es cuestión de trascender este anhelo o aquél; simplemente deja de anhelar. No anheles, no desees. Simplemente se tú mismo.

Cuando no desees, ¿qué sucede? Cuando no anhelas, ¿qué sucede? Estás inmóvil, todo movimiento cesa. No tienes prisa por llegar a ninguna parte. No estás serio. No hay esperanza y no hay frustración. No esperas nada; nada puede frustrarte. No hay deseo; no puedes fracasar. Por supuesto, tampoco va a haber ningún éxito.

Cuando no estás anhelando, ¿qué sucede? Simplemente te quedas solo, sin ir a ninguna parte. No hay meta, porque el anhelo crea la meta. No hay futuro, porque el anhelo crea el futuro. No hay tiempo, porque el anhelo requiere tiempo. El tiempo cesa. El futuro cesa. Y cuando no hay ningún anhelo, la mente cesa, porque la mente no es más que anhelo, y debido a ese anhelo tienes que planear y pensar y soñar y proyectar.

Cuando no hay anhelo, todo cesa. Simplemente existes en tu pureza. Existes sin ir a ninguna parte; dentro, todos los escarceos desaparecen. El océano permanece, pero no hay olas. Esto es la divinidad para el tantra.

De modo que considéralo de esta manera, el anhelo es la barrera. No pienses en el objeto; de lo contrario te engañarás a ti mismo. Cambiarás un objeto por otro, y entonces se malgastará el tiempo. Volverás a frustrarte, y entonces volverás a cambiar de objeto. Puedes seguir cambiando de objeto infinitamente, a menos que caigas en la cuenta de que no es el objeto lo que crea el problema, sino tu anhelo. Pero el anhelo es sutil y el objeto es burdo. El objeto se puede ver, y el anhelo sólo puede verse cuando profundizas y meditas sobre él; si no, el anhelo no se ve.



Puedes casarte con una mujer o un hombre con grandes sueños y esperanza, y cuanto mayores sean los sueños, cuanto mayor sea la esperanza, mayor será la frustración. Un matrimonio concertado, corriente no puede ser un fracaso tal como lo será un matrimonio por amor, porque con un matrimonio concertado, corriente no hay mucha esperanza, no hay muchos sueños. Es algo formal; no hay romance, no hay poesía. No tiene ninguna cima; estás moviéndose en terreno llano. De modo que los matrimonios concertados nunca fracasan. No pueden fracasar, porque no hay cuestión. ¿Cómo vas a fracasar en un matrimonio concertado? Nunca estuviste en las alturas, de modo que no puedes caer. Los matrimonios por amor fracasan. Sólo los matrimonios por amor pueden fracasar, porque con gran poesía, con gran fuerza soñadora, se elevan. Tocan las alturas, subes con las olas, y entonces tendrán que caer.

De modo que los países antiguos, los que tienen conocimiento, experiencia, han llegado a contentarse con los matrimonios concertados. No hablan de matrimonios por amor. En India nunca se habla de matrimonios por amor. También los probaron en el pasado, y entonces sintieron que un matrimonio por amor sería un fracaso. Como esperas demasiado, te frustrarás, y la proporción de frustración será la misma. Todo lo que deseas y sueñas te da expectativas, no pueden ser satisfechas.

Te casas con una mujer; si es un matrimonio por amor, esperas mucho de él. Entonces te frustras. En el momento en que te frustras, inmediatamente empiezas a pensar en otra mujer. De modo que si le dices a tu esposa: «No estoy interesado en ninguna otra mujer», y ella siente que te has vuelto indiferente a ella, no puedes convencerla, es imposible, es antinatural, pero cuanto te vuelves indiferente a tu mujer, ella sabe instintivamente que te has interesado por otra persona.

Así es como funciona la mente. Tomas consciencia de la mujer con la que te has casado, y te parece que la frustración llega debido a ella, «Esta mujer no fue la elección apropiada.»

Ésta es la lógica corriente. «Ésta no fue la elección apropiada. Esta mujer no es para mí. He elegido una pareja equivocada; por eso ha surgido el conflicto.» Ahora intentarás encontrar otra pareja.

Puedes seguir así hasta lo infinito. Puedes casarte con todas las

mujeres del mundo, y aún pensarás de la misma forma, *que* «esta mujer no es apropiada para mí». Y no se ve el anhelo sutil que está creando todo el problema. No es la mujer o el hombre quien te está frustrando; es tu anhelo, tu deseo, lo que te está frustrando.

Si puedes llegar a comprender esto, te has vuelto sabio. Si sigues cambiando de objeto, eres ignorante. Si puedes llegar sentirte a ti mismo y el anhelo que está creando todo el asunto, te has vuelto sabio. Entonces no sigues cambiando un objeto por otro; simplemente abandonas el esfuerzo mismo por poseer, por desear, por anhelar.

En el momento en que ya no hay este anhelo, el mundo entero se vuelve divino. Siempre lo ha sido, sólo que tus ojos no estaban abiertos para verlo. Tus ojos estaban llenos de anhelo. Con los ojos llenos de anhelo, lo divino parece el mundo. Con los ojos vacíos, sin llenar, libres de anhelo, el mundo surge a la vista como lo divino.

El mundo y lo divino no son dos cosas, no son dos existencias, sino dos formas de mirar lo mismo, dos enfoques de lo mismo, dos puntos de vista, dos tipos de percepción. Una percepción nublada por el anhelo, otra percepción sin nublar por el anhelo. Si puedes mirar sin estar nublado, y tus ojos no están llenos de lágrimas de frustración y sueños de esperanza, no hay nada como el mundo; sólo existe lo divino, la existencia es divina. Esto es lo que significa el tantra. Y cuando el tantra dice que trasciendas ambos, al tantra no le interesa ni «esto» ni «eso»; al tantra sólo le interesa la trascendencia, para que no haya anhelo.

*¿Y qué es lo que va más allá de ambos?* Eso no se puede decir, porque en el momento en que se dice algo sobre ello, está dentro de los dos. Todo lo que se pueda decir sobre Dios será falso, simplemente porque se ha dicho.

El lenguaje es dualista. No hay ningún lenguaje no dual, no puede haberlo. El lenguaje sólo es significativo debido al dualismo. Digo «luz»; inmediatamente en tu mente aflora la palabra «oscuridad» o «negro». Digo «día», e inmediatamente en tu mente surge «noche». Digo «amor», y justo detrás está escondido «odio». Si digo «luz» y no hay «oscuridad», ¿cómo vas a definirla?

Sólo podemos definir las palabras debido a sus términos

opuestos. Digo «luz», y si me preguntas qué es la luz, digo que lo que no es oscuridad. Si alguien te pregunta qué es la mente, dices que lo que no es cuerpo. Si alguien pregunta qué es el cuerpo, tienes que decir que lo que no es mente. Todos los términos son circulares, de modo que básicamente no tienen sentido, porque ni puedes saber nada sobre la mente, ni puedes saber nada sobre el cuerpo. Cuando te pregunto sobre la mente, la defines con el cuerpo, y el cuerpo está sin definir. Cuando te pregunto sobre el cuerpo, lo defines con la mente, que está sin definir.

Esto es bueno como juego. El lenguaje es bueno como juego, el lenguaje es un juego. Pero nunca advertimos que todo ello es absurdo, circular; y que nada está definido, así que ¿cómo vas a poder definir algo? Cuando pregunto sobre la mente, introduces el cuerpo; y el cuerpo está sin definir. Con un término sin definir, defines la mente. Y cuando luego pregunto: «¿Qué quieres decir con "cuerpo"?, tienes que definirlo con la mente.

Esto es absurdo, pero no hay otra manera.

El lenguaje existe mediante lo opuesto, de manera que el lenguaje es dualista. No puede ser de otra forma. De modo que no se puede decir nada sobre la experiencia no dual. Todo lo que se diga será erróneo. Puede ser indicado, se pueden usar símbolos para ello, pero el silencio es lo mejor. Lo que se puede decir sobre ello es el silencio. Todo lo demás se puede definir, se puede hablar de ello; no lo supremo. Puedes conocerlo, saborearlo, puedes serlo, pero no se puede decir nada sobre ello. Sólo negativamente se puede decir algo, pero sólo negativamente. No podemos decir qué es; sólo podemos decir lo que no es.

Toda la tradición mística está usando simplemente términos negativos para ello. Si preguntas qué es lo supremo, dirán: «Lo supremo no es esto, no es eso. No es ni la vida ni la muerte. No es ni la luz ni la oscuridad. No está ni cerca ni lejos. No es ni yo ni tú.» Hablarán de esta manera..., pero esto tiene poco sentido.

Deja de anhelar y llegas a conocerlo cara a cara. Y la experiencia es tan profunda e individual, no verbal, no lingüística, que incluso cuando llegas a conocerlo, no puedes decir nada sobre ello. Te quedarás en silencio, como mucho, puedes decir lo que estoy diciendo; puedes decir: «No se puede decir nada sobre

ello.»

Entonces, ¿de qué sirve hablar tanto? Entonces, ¿por qué sigo diciéndote algo si no se puede decir nada? Tan sólo para llevarte al punto en que no se puede decir nada. Tan sólo para empujarte al abismo en el que puedes salir de un salto del lenguaje. Hasta llegar a ese punto, el lenguaje puede ser útil. Hasta llegar al punto en el que puedas dar el salto, el lenguaje puede ser útil, pero en el momento en que tienes que dar el salto, es silencio, está más allá del lenguaje.

De modo que puedo empujarte al mismo fin del mundo con el lenguaje -al mismo fin del mundo-, pero ni un solo centímetro en lo divino con el lenguaje. Pero empujarte hasta el mismo fin del mundo será útil, porque entonces puedes ver con tus propios ojos que hay este abismo dichoso más allá. Y entonces ese más allá te llamará por sí mismo; entonces el más allá te atraerá; entonces el más allá se volverá un imán, una atracción. Entonces te resulta imposible volver, echarte para atrás. El abismo es tan atrayente -el abismo del silencio-, que antes de darte cuenta habrás saltado.

Por eso sigo hablando, sabiendo muy bien que todo lo que estoy diciendo no te ayudará a conocerlo. Pero te ayudará a dar un salto. Es metodológico. Parecerá contradictorio, paradójico, si digo que todo el lenguaje que estoy usando o que todos los místicos han usado es para llevarte al templo del silencio, para introducirte en el silencio, para llamarte al silencio. Parece paradójico. Entonces, ¿por qué usar el lenguaje? También puedo usar el silencio, pero entonces no comprenderás.

Cuando tengo que hablar a locos, tengo que usar un lenguaje loco. Es debido a ti que estoy usando el lenguaje. No es que se pueda expresar algo con él; sólo se puede destruir tu charloteo interno con él. Es como si tienes una espina en el pie, otra espina puede sacarla. La otra también es una espina. Tu mente está llena de palabras, de espinas. Lo que estoy intentando hacer es sacar de ti esas palabras. Lo que estoy usando son también palabras. Estás lleno de veneno. Lo que te estoy dando es de nuevo una dosis de veneno, sólo como antídoto, también es un veneno. Pero una espina puede sacar otra espina; entonces se pueden desechar las dos.

Cuando te haya hablado hasta el punto en que estés listo para

estar en silencio, desecha todo lo que te he dicho; es inútil, es incluso peligroso cargar con ello. Cuando hayas llegado a darte cuenta de que el lenguaje es inútil, peligroso, que la verbalización interna es la única barrera, y cuando estés listo para estar en silencio, entonces recuerda bien, no cargues con nada de lo que te he dicho. Porque la verdad no puede decirse, y todo lo que puede decirse no puede ser verdad. Descárgate de ello.

Lo último que Zaratustra les dijo a sus discípulos es muy hermoso. Les había enseñado, les había dado vislumbres, había avivado sus almas, les había desafiado a la aventura suprema. Lo último que les dijo fue: «Ahora os estoy dejando. Ahora tened cuidado con Zaratustra.»

Así que le preguntaron: «¿Qué estás diciendo? ¿Cuidado con Zaratustra? Eres nuestro profesor, nuestro maestro, nuestra única esperanza.»

Y Zaratustra dijo: «Todo lo que os he dicho, ahora tened cuidado con ello. No os aferréis a mí; de lo contrario me convertiré en una esclavitud para vosotros.»

Cuando una espina haya sacado tu espina, tira también la otra con ella. Cuando te haya preparado para entrar en el silencio, entonces ten cuidado conmigo. Entonces, todo lo que he dicho hay que desecharlo; es una tontería, no sirve para nada. Sólo tiene utilidad hasta llegar al punto en que estás listo para dar un salto al silencio. No se puede decir nada sobre lo que trasciende a ambos. Sólo se puede decir esto..., y esto no es mucho, verdaderamente. Si puedes comprender, esto es suficiente para señalártelo.

Estoy diciendo esto, que si tu mente se queda totalmente vacía de palabras, lo conocerás. Cuando no estés cargado de pensamientos, caerás en la cuenta de ello, porque ya está ahí. No es algo que va a suceder; ya ha sucedido dentro de ti. Tú eres sólo una expresión de ello. Pero estás tan absorto, tan involucrado con pensamientos, con nubes, que te pierdes la clave. Estás demasiado concentrado en las nubes; has olvidado el cielo. Deja que las nubes se dispersen, y el cielo siempre ha estado ahí esperándote. El más allá te está esperando. Simplemente deja la dualidad, y está aquí.

**Cuarta pregunta:**

*Has dicho que a alguien que tiene miedo no le es posible amar, ni puede alcanzar la divinidad. Pero ¿cómo librarse del miedo según el tantra?*

¿Por qué quieres librarte del miedo? ¿O es que le has cogido miedo al miedo? Si le has cogido miedo al miedo, éste es un nuevo miedo. Así es como la mente va creando la misma pauta una y otra vez. Digo: «No desees y entonces alcanzarás lo divino.» .Entonces preguntas: «De verdad? ¿Si no deseamos, alcanzaremos lo divino?». Has empezado a desear lo divino.

Te digo: «Si hay miedo, no puede haber amor», de modo que le coges miedo al miedo. Preguntas: «¿Cómo puede uno librarse del miedo?». Esto es, de nuevo, un miedo, y más peligroso que el primero, porque el primero era natural; el segundo no es natural. Y es tan sutil, que no eres consciente de lo que estás preguntando, ¿Cómo librarse del miedo?

No se trata de librarse de nada; se trata sólo de comprender. Comprende el miedo, lo que es, y no intentes librarte de él, porque en el momento en que empiezas a intentar librarte de cualquier cosa, no estás dispuesto a comprenderla, porque la mente que piensa en librarse de ello ya está cerrada. No está abierta a comprender, no es comprensiva. No puede considerar calmadamente; ya ha decidido. Ahora el miedo se ha vuelto el mal, el pecado, así que líbrate de él.

No intentas librarte de nada. Intenta comprender qué es el miedo. Y si tienes miedo, entonces acéptalo. No intentes ocultarlo. No intentes crear lo opuesto. Si tienes miedo, entonces ten miedo. Acéptalo como parte de tu ser. Si puedes aceptarlo, ya ha desaparecido. Mediante la aceptación, el miedo desaparece; mediante la negativa, el miedo aumenta.

Llegas a un punto en que sabes que tienes miedo, y llegas a comprender: «Debido a este miedo, no puede sucederme el amor. Así que, muy bien, ¿qué puedo hacer? Tengo miedo, de modo que sólo sucederá una cosa, no fingiré que amo, o le diré a mi amada o mi amante que es debido al miedo que me estoy aferrando a ti. En el fondo tengo miedo. Seré franco acerca de ello; no engañaré a nadie, ni a mí mismo. No fingiré que esto es amor. Diré que esto es simplemente miedo. Debido al miedo, me aferro a ti.

Debido al miedo, voy al templo, o a la iglesia, y rezo. Debido al miedo, me acuerdo de Dios. Pero entonces se que esto no es oración, esto no es amor; esto es sólo miedo. Soy miedo, de manera que, haga lo que haga, está ahí. Aceptaré esta verdad.»

Sucede un milagro cuando aceptas una verdad. La aceptación misma te cambia. Cuando sabes que hay miedo en tu ser y no puedes hacer nada al respecto, ¿qué puedes hacer? Lo único que puedes hacer es fingir, y los fingimientos pueden ir al extremo mismo, al otro extremo.

Un hombre muy atemorizado puede volverse un hombre muy valiente. Puede crear una coraza en torno de él. Puede volverse un temerario, sólo para demostrar que no tiene miedo, sólo para demostrar a los demás que no tiene miedo. Y puede aventurarse en el peligro, puede engañarse a sí mismo con que no tiene miedo. Pero incluso el hombre más valiente tiene miedo. Todo su valor está simplemente en torno a él; en el fondo, tiembla. Para no tomar consciencia de ello, salta al peligro. Se involucra con el peligro para no tomar consciencia del miedo; pero el miedo está ahí.

Puedes crear lo opuesto, pero eso no va a cambiar nada. Puedes fingir que no tienes miedo; eso tampoco cambia nada. La única transformación que puede suceder es que simplemente tomes consciencia de que «soy miedo. Todo mi ser está temblando, y todo lo que hago es debido al miedo». Te has vuelto fiel a ti mismo.

Entonces no le tienes miedo al miedo. Está ahí, forma parte de ti; no se puede hacer nada al respecto. Lo has aceptado. Ya no finges, ya no engañas a nadie, ni a ti mismo. La verdad está ahí, y no le tienes miedo. El miedo empieza a desaparecer, porque una persona que no tiene miedo a aceptar su miedo se ha vuelto valiente; esa es la valentía más profunda que es posible. No ha creado lo opuesto, de modo que no hay dualidad en ella. Ha aceptado el hecho. Se ha vuelto humilde ante él. No sabe qué hacer -nadie lo sabe-, y no se puede hacer nada, pero ha dejado de fingir; ha dejado de usar máscaras, rostros. Se ha vuelto auténtica en su miedo.

Esta autenticidad, y esta valentía para aceptar la verdad, te cambia. Y cuando no finges, cuando no creas un amor falso, cuando no creas un engaño en torno a ti, cuando no te vuelves

una persona falsa, te has vuelto auténtico. En esta autenticidad, surge el amor; el miedo desaparece, surge el amor. Esta es la alquimia interna de cómo surge el amor.

Ahora puedes amar, ahora puedes tener compasión, comprensión. Ahora no dependes de nadie, porque no hay necesidad. Has aceptado la verdad. No hay necesidad de depender de nadie; no hay necesidad de poseer y ser poseído. No hay ningún anhelo del otro. Te aceptas a ti mismo; mediante esta aceptación, surge el amor. Llena tu ser. No le tienes miedo al miedo, no estás intentando librarte de él. Simplemente desaparece cuando es aceptado.

Acepta tu ser auténtico y serás transformado. Recuerda, la habilidad de aceptar, una aceptación total, es la clave más secreta del tantra. No rechaces nada. Mediante el rechazo te quedarás lisiado.

Acéptalo todo, todo lo que es. No lo condenes, y no intentes librarte de ello. Esto conlleva muchas cosas. Si intentas librarte de ello, tendrás que cortar tu ser en secciones, fragmentos, partes. Quedarás lisiado. Cuando desechas algo, otra cosa queda también desechada con ello -su otra parte-, y te quedas lisiado. Entonces no eres total. Y no puedes ser feliz a menos que seas total y estés entero. Estar entero es ser sagrado. Estar en fragmentos es estar enfermo y achacoso.

De modo que diré, intenta comprender el miedo. La existencia te lo ha dado. Debe de tener algún significado profundo, debe de tener algún tesoro escondido, así que no lo deseches. No se da nada sin algún sentido. No existe nada dentro de ti que no pueda ser usado en una sinfonía más elevada, en una síntesis más elevada.

Todo lo que existe en ti, lo comprendas o no, puede convertirse en un paso. No lo consideres un obstáculo; deja que se convierta en un paso. Puedes asumir que está obstaculizando el camino; no está obstaculizando. Si puedes montarte en ello, si puedes usarlo, ponerte sobre ello, te será revelada una nueva vista del camino en un nivel más alto. Podrás mirar en profundidad la posibilidad, el futuro, la potencialidad.

El miedo está ahí con ciertos propósitos. Intenta comprender esto. Uno: si no hay miedo, te volverás demasiado egoísta, y no habrá forma de volver atrás. Si no hay miedo, tal como eres



nunca intentarás fundirte en la existencia, en el cosmos. En realidad, si no hay miedo, no podrás sobrevivir en absoluto. De modo que está haciendo algo por ti. Independientemente de lo que seas, está desempeñando un papel en ello.

Pero si tratas de ocultarlo, eliminarlo, crear su opuesto, te dividirás y te volverás fragmentario, desintegrado. Acéptalo y úsalo. Y en el momento en que sabes que lo has aceptado, desaparece. Tan sólo intenta pensar, si aceptas tu miedo, ¿dónde está?

Vino a mí un hombre y dijo: «Tengo mucho miedo a la muerte.» Tenía cáncer, y la muerte estaba muy cerca; podía suceder cualquier día. Y no podía aplazarla. Sabía que iba a suceder. Vendría en cuestión de meses, o incluso de semanas.

Estaba realmente, físicamente, literalmente, temblando, y dijo: «Dame tan sólo una cosa: ¿cómo puedo librarme de este miedo a la muerte? Dame algún mantra, o algo que pueda protegerme o darme valor para afrontar la muerte. No quiero morir temblando de miedo.» El hombre dijo: «He acudido a muchos santos. Me han dado muchas cosas; fueron muy amables. Alguien me ha dado un mantra, alguien me ha dado algunas cenizas sagradas, alguien me ha dado esta imagen, alguien me ha dado alguna otra cosa, pero nada sirve. Todo es en vano. Ahora he venido a ti como último recurso. Ya no iré a nadie más. Dame algo.»

Así que le dije: «Aún no eres consciente. ¿Por qué estás pidiendo algo? ¿Para librarte del miedo? Nada servirá. No puedo darte nada; si no, igual que los demás han fracasado, yo también fracasaré. Y te dieron algo porque no saben lo que hacen. Sólo puedo decirte una cosa: Acéptalo. Tiembla si hay temblor... ¿Qué puedes hacer? Viene la muerte, y sientes un temblor, así que tiembla. No lo rechaces, no lo reprimas. No intentes ser valiente. No hay necesidad. Viene la muerte. Es natural. Ten miedo totalmente.»

Él dijo: «¿Qué estás diciendo? No me has dado nada. Más bien, por el contrario, dices que lo acepte.»

Le dije: «Sí, acepta. Vete y muere en paz con total aceptación.»

Después de tres o cuatro días, volvió y dijo: «Funciona. No podía dormir durante muchísimos días, pero estos cuatro días dormí profundamente, porque es así, tienes razón.» Me dijo: «Tienes razón. El miedo está ahí, la muerte está ahí, no se puede

hacer nada. Todos los mantras son embaucamientos; no se puede hacer nada.»

Ningún doctor puede ayudar, ningún santo puede ayudar. La muerte está ahí, es un hecho, y estás temblando. Es natural. Llega una tormenta y todo el árbol tiembla. Nunca va a ningún santo a preguntar *cómo* no temblar cuando está pasando una tormenta. Nunca va a por un *mantra* para cambiar, para protegerse. Tiembla. Es natural; es así.

Y el hombre dijo: «Pero ha sucedido un milagro. Ya no tengo miedo.» Si aceptas, el miedo empieza a desaparecer. Si lo rechazas, te resistes, luchas, le das energía al miedo. Ese hombre murió en paz, sin miedo, sin temor, porque pudo aceptar el miedo. Acepta el miedo y éste desaparece.

### **Última pregunta:**

*Usando técnicas similares a la segunda técnica de la que hablaste ayer, oigo sonidos como el fluir de un río o de una corriente. ¿Puedo saber qué sonido es éste? Si he comprendido correctamente, no debería haber pensamientos o sonido, y debería haber completo silencio. Entonces, ¿qué es este sonido?*

Al principio, antes de que te suceda el silencio, sucederá el sonido. De modo que es una buena señal. Las palabras, el lenguaje, la verbalización desaparecen; la segunda capa es de sonido. Pero no luches con él; disfrútalo. Se volverá musical, bello.

Te llenarás de su música, y cobrarás nueva vida con ello.

Cuando la mente desaparece, aparece un sonido natural interno. Deja que suceda. Medita con él. No luches con él; se simplemente un testigo de él; se hará más profundo. Y si no luchas con él y no creas ninguna pugna, desaparecerá por sí solo, y cuando desaparezca, caerás en el silencio. Palabras, sonido, silencio. Las palabras son humanas, los sonidos son naturales, el silencio es cósmico.

De modo que es una buena señal. Esto es lo que se llama *nada*, el sonido interno. Óyelo, disfrútalo, se un testigo de él. Desaparecerá. Y no te preocupes y pienses que no debería estar ahí. Si dices que no debería estar ahí, o si te apresuras a librarte

de él de alguna manera, volverás a la primera capa, a las palabras. Recuerda esto. Si luchas con esta segunda capa de sonido, has empezado a pensar en ella y han entrado las palabras. Si dices cualquier cosa sobre este sonido, has perdido la capa segunda, más profunda, y has vuelto a caer en la primera. Has ido a la mente.

No digas nada, no pienses en ello. Ni siquiera digas que esto es sonido. Simplemente escúchalo. No crees ninguna palabra en torno a él. No le des ningún nombre o forma. Deja que sea *como* es. Deja que fluya, y se un testigo. La corriente fluye, y estás sentado en la orilla; sólo un testigo..., sin ni siquiera saber el nombre de la corriente, sin saber dónde va, sin saber de dónde viene.

Simplemente siéntate junto al sonido, y tarde o temprano desaparecerá; y cuando desaparezca, habrá silencio. Esto es una buena señal. Has tocado una segunda capa. Pero si intentas pensar en ella, la perderás; volverás a caer a la primera, Si no piensas en ella y puedes disfrutarla siendo un testigo, irás aún más profundo, a la tercera capa.