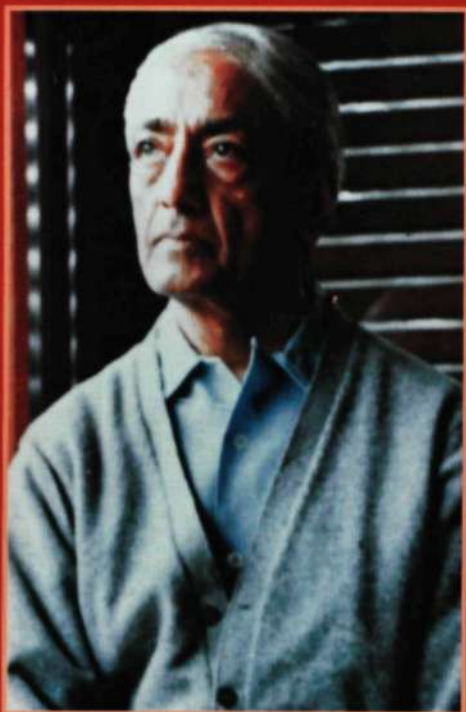


**KRISHNAMURTI**

SER  
HUMANO



El cambio radical de la mente

**J. KRISHNAMURTI**

**REVISADO Y  
DIGITALIZADO POR  
"SAMADHARMA"  
SER HUMANO**

**El cambio radical de la mente**  
Introducción y recopilación de textos  
por David Skitt

**OBRAS DE KRISHNAMURTI**

**EDAF**

MADRID - MÉXICO - BUENOS AIRES - SAN JUAN - SANTIAGO

JIDDU KRISHNAMURTI nació en la India en 1895, siendo recogido a la edad de trece años por la Sociedad Teosófica y educado en Inglaterra.

En 1929 renunció a toda vinculación con dicha sociedad, al rechazar cualquier tipo de autoridad dentro del campo de la conciencia. Se dedicó durante su vida a dar conferencias por todo el mundo y mantuvo diálogos con renombrados científicos, políticos y líderes religiosos como David Bohm, el Dalai Lama, Aldous Huxley, etcétera.

Urgía a sus oyentes a que fuesen maestros de sí mismos, promoviendo una actitud de autodescubrimiento del conflicto y de la conciencia en general, y rechazaba todo dirigismo religioso o sectario.

Estudió el panorama de la civilización actual, vinculando el nivel de conciencia del ser humano con los problemas sociales.

Creó cuatro fundaciones para conservar sus escritos y conferencias, así como escuelas para niños y jóvenes.

Falleció en California a la edad de 90 años.

Renombrado como un filósofo, educador y maestro espiritual de gran jerarquía, sus conferencias y escritos han inspirado a millones de seres en el mundo.

*Krishnamurti es uno de los más grandes filósofos de esta época.*

DALAI LAMA



Título del original:  
TO BE HUMAN

- © 2000. Krishnamurti Foundation Trust, Ltd., Brockwood Park,  
BRAMDEAM, HAMPSHIRE S024 OLQ ENGLAND.  
Selección de textos: David Skitt.
- © 2003. EDITORIAL EDAF, S.A., de la presente edición en español.  
Fotografía: KFA.
- © De la traducción: Mariano Vázquez, Revisada por la FKL.

Editorial EDAF, S. A.  
Jorge Juan, 30. 28001 Madrid  
<http://www.edaf.net>  
[edaf@edaf.net](mailto:edaf@edaf.net)

Edaf y Morales, S. A.  
Oriente, 180, n° 279. Colonia Moctezuma, 2da. Sec.  
C. P. 15530. México, D.F.  
<http://www.edaf-y-morales.com.mx>  
[edafmorales@edaf.net](mailto:edafmorales@edaf.net)

Edaf del Plata, S. A.  
Chile, 2222  
1227 - Buenos Aires, Argentina  
[edafdelplata@edaf.net](mailto:edafdelplata@edaf.net)

Edaf Antillas, Inc  
Av. J. T. Piñero, 1594 - Caparra Terrace (00921-1413)  
San Juan, Puerto Rico  
[edafantillas@edaf.net](mailto:edafantillas@edaf.net)

Edaf Chile, S.A.  
Huérfanos, 1178 - Of. 506  
Santiago - Chile  
[edafchile@edaf.net](mailto:edafchile@edaf.net)

La presente edición en lengua española ha sido contratada - bajo la licencia de la Krishnamurti Foundation of America (KFA) ([www.kfa.org](http://www.kfa.org) - e.mail: [kfa@kfa.org](mailto:kfa@kfa.org)) y la Krishnamurti Foundation Trust Ltd (KFT) ([www.kfoundation.org](http://www.kfoundation.org)) - e.mail: [kft@brockwood.org.uk](mailto:kft@brockwood.org.uk)) - con la Fundación Krishnamurti Latinoamericana (FKL), Apartado 5351, 08080 Barcelona, España, ([www.fundacionkrishnamurti.org](http://www.fundacionkrishnamurti.org) - e mail: [fkf@fundacionkrishnamurti.org](mailto:fkf@fundacionkrishnamurti.org)).

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (CEDRO) vela por el respeto de los citados derechos.

*3.ª edición, febrero 2006*

Depósito legal: M. 9.666-2006  
ISBN: 84-414-1258-8

PRINTED IN SPAIN

IMPRESO EN ESPAÑA

Closas-Orcoyen, SL. - Pol. Ind. Igarza - Paracuellos de Jarama (Madrid)

*No acepte nada de lo que le dice quien les habla. Compruébelo usted mismo.*

*Usted ha de liberarse no gracias a mí, sino a pesar de mí.*

*Si usted verdaderamente contemplase el mundo tal como es, y lo abordara de una manera directa y sin temor, vería que es algo infinitamente más grande que cualquier filosofía, más grande que cualquier libro, más grande que cualquier enseñanza, más grande que cualquier maestro.*

J. KRISHNAMURTI

# índice

Págs.

INTRODUCCIÓN: *Filosofía sin fronteras*.....11

## PARTE I

### LA ESENCIA DE LA ENSEÑANZA

Escuchar.....	35
La esencia de la enseñanza.....	39
La verdad es una tierra sin caminos.....	41
Al margen de la opinión personal, ¿existe algo como la verdad?.....	43
Solamente existe la observación sin límites.....	49
El hombre adicto al conocimiento no puede hallar la verdad... ..	51
No hay técnicas.....	55
Debemos encontrar la verdad a través del espejo de la rela- ción.....	61
Los seres humanos se han creado imágenes como muros de seguridad.....	65
La carga de estas imágenes domina el pensamiento, las relaciones y la vida diaria.....	71
Liberación de ser un esclavo del pasado.....	79
El pensamiento siempre es limitado.....	89
El contenido de nuestra conciencia lo integra toda nuestra existencia.....	93



*Págs.*

La percepción que uno tiene de la vida está determinada por conceptos ya establecidos en su mente.....	103
La singularidad del ser humano radica en la liberación total del contenido de su propia conciencia.....	117
Observación sin elección.....	123
La libertad se encuentra en la observación sin elección de la existencia y de la actividad diarias.....	125
El pensamiento es tiempo.....	129
El tiempo es el enemigo psicológico.....	133
Mediante la observación se empieza a descubrir la falta de libertad.....	143
Mutación radical de la mente.....	159
La negación total es la esencia de lo positivo.....	167
La división entre el pensador y el pensamiento, el observador y lo observado.....	171
La división entre el observador y lo observado es una ilusión..	189
Romper el espejo.....	209

## PARTE II

## PALABRAS Y SIGNIFICADOS

Palabras.....	217
Significados.....	221

## PARTE III

## LA ACCIÓN EN LA INACCIÓN

Observar.....	257
Permanecer con «lo que es».....	259
Las preguntas fundamentales no tienen respuesta.....	267
La belleza del no saber.....	271
Temas frecuentemente tratados.....	275
<i>Apéndice</i> .....	279
<i>Fuentes bibliográficas</i> .....	283

## INTRODUCCIÓN

# Filosofía sin fronteras

- QUÉ quiere decir hablar sobre «un renacimiento de (¿ Q la filosofía»? Debiera significar algo así como restaurar su importancia en la forma en que usted y yo vivimos nuestra vida cotidiana. También presupondría que la filosofía debiera expresarse en términos que fueran suficientemente inteligibles para nosotros, lo que, a su vez, requeriría una profunda preocupación de los filósofos para comunicar sus apreciaciones de manera tan clara y amplia como les fuera posible.

Los candidatos que carecieran de estas características no deberían dedicarse a ella.

También podría verse el renacimiento de la filosofía como una solicitud para que la palabra *filosofía* sea utilizada en su verdadero y original sentido: el amor por la sabiduría; un concepto que de por sí demuestra lo poco que lo utilizamos, aunque todavía aparezca —esperemos que de forma no demasiado precaria— en el *Concise Oxford English Dictionary*. ¿Cómo se define en él la *sabiduría*? La versión de 1995 dice que es «la experiencia y el conocimiento, junto con la facultad de aplicarlos de forma crítica». En una edición anterior se decía que era «la inteligente aplicación del conocimiento».

Estas definiciones resultan sorprendentemente parecidas al fondo de lo que dice Krishnamurti... a lo que es su «filosofía», permítasenos llamarla así, de momento. Una y otra vez

él señala la crucial importancia de aplicar el conocimiento y la experiencia allí donde estén justificados y no hacerlo donde no corresponde, donde la vida nos pide que observemos y actuemos de una forma nueva. Esto no resulta tan sencillo como parece. Tiene profundas implicaciones en nuestra forma de ver y de actuar, ya sea personal, social o políticamente. Tales implicaciones, y todo aquello que impide a la mente humana responder bien y armónicamente, tanto en la dimensión de lo conocido como en la de lo desconocido, son los temas que Krishnamurti investiga incansablemente.

Krishnamurti es también un filósofo en el sentido auténtico del término, al renovar el viejo debate sobre la naturaleza de la verdad, que a algunos de nosotros sin duda nos parece algo definitivamente ingenuo y anticuado, y a otros una cuestión ampliamente superada. Pero, en líneas generales, y a pesar de la pregunta escéptica «¿Qué es la verdad?» de Poncio Pilatos, todos debemos de estar interesados en saber qué es verdadero y qué no lo es en una amplia gama de temas prácticos, como la verdad de los hechos en las relaciones personales o en las disputas internacionales. Nos guste o no, la noción de la verdad se cuele en nuestras vidas. También resulta significativo que cuando hace algunos años una importante revista realizó una encuesta entre sus lectores, descubrió que entre los temas fundamentales que más interesaban, el de la verdad encabezaba la lista.

Está claro también que, al menos, parte de la inmensa fascinación que el público de los Estados Unidos sintió por el juicio televisado de O. J. Simpson se debió a la oportunidad que ofrecía a los telespectadores de sopesar las pruebas y determinar la verdad por sí mismos. Una de las anécdotas más sorprendentes se produjo cuando el ministerio fiscal hizo pasar un vídeo para demostrar el rigor científico con el que el forense había recogido una mancha de sangre del suelo. Cuando concluyó el vídeo, inmediatamente la defensa insistió en que se debía volver a pasar, alegando que el vídeo probaba precisamente lo contrario, es decir, la incompetencia del

forense. Además de servir para confundir a un jurado, lo que indiscutiblemente revela este incidente es el problema crucial de la percepción humana; de que no vemos necesariamente de la misma manera lo que es «verdadero». A veces esto no tiene importancia y puede ser hasta enriquecedor, pero en otras ocasiones lo encontramos perturbador y molesto. Sin embargo, en algunas ocasiones puede llevar al ser humano a que extermine a un número inmenso de sus congéneres.

De modo que nuevamente podemos alegar que mediante la exploración del tema de la verdad, Krishnamurti retrocede hasta las mismas raíces de la filosofía. Sin embargo, la forma en que lo hace echa abajo las tan fuertemente atrincheradas fronteras académicas que se han establecido en nuestro tiempo entre la filosofía, la psicología, la ciencia y la religión. Krishnamurti tratará cualquier tema, relacionado con cualquier campo de la actividad humana, que considere importante para la forma en que nos vemos a nosotros mismos, a los demás, a la vida y al universo. Uno no tiene por qué compartir sus opiniones para poder experimentar una refrescante sensación de libertad al conocer este enfoque\*.

Aunque Krishnamurti rechazaba frecuentemente para sí el calificativo *de filósofo*, expresaba su respeto por el auténtico significado de *filosofía* como «el amor por la verdad y la sabiduría en la vida diaria de cada uno», que viene a ser el sentido que se le da al término en el título de esta introducción. ¿Por qué rechazaba el uso corriente? Tal vez podamos encontrar una pista en una charla que dio pocos años antes de su muerte ocurrida en 1986. Entonces formu-

\* Resulta interesante, al respecto, anotar la conclusión a la que se llega en el artículo sobre filosofía aparecido en la *Macmillan Encyclopedia of Philosophy*, edición de 1974. John Passmore escribe: «En la filosofía hay sitio para una inmensa variedad de clases de investigación, unas muy minuciosas y otras notablemente generalizadas. No es cosa que tenga la menor importancia el que un filósofo, al tratar de solventar un problema, sobrepase enteramente las fronteras de la filosofía. Al final, lo que resulta crucial es el problema, y no las divisiones que se establezcan entre las diversas disciplinas.

ló la siguiente pregunta a su auditorio: «¿Qué es lo que se halla más allá del tiempo, lo que constituye la fuente, el origen de toda creación?». Muchos de nosotros habríamos considerado sorprendente esta pregunta, aunque algunos la habríamos descartado al punto por metafísica. ¿Cuál fue su respuesta? La audiencia la aguardó expectante. Pero él no dio ninguna. En su lugar, habló de la naturaleza de una mente que fuera capaz de penetrar en semejante pregunta.

En esta era de expertos, no es esto algo a lo que este-mos acostumbrados. Si asistimos a una conferencia sobre filosofía en la que se discuta la naturaleza de la realidad, o escuchamos un debate televisivo sobre la equiparación de la mente a un ordenador, esperamos que se nos den explicaciones y respuestas. No esperamos oír un discurso sobre la cualidad que ha de tener la mente para investigar esos temas, especialmente si hemos tenido una formación académica seria y, posiblemente, cara. Es probable que nos hubiéramos sentido decepcionados, incluso ultrajados.

De forma menos exigente, los filósofos contemporáneos han considerado que su papel es exponer sus propios análisis del lenguaje, sus teorías y sus nuevas ideas. No indican a sus alumnos que es necesario, ante todo, disponer de un estado mental en el que se puedan abordar tales temas. Y, sin embargo, esto es precisamente lo que propone repetidamente Krishnamurti \*. Así pues, la primera reac-

\* Esto no se halla reñido en absoluto con una actual definición académica de filosofía.

La edición de 1994 del *Oxford Dictionary of Philosophy* establece como principio general que «en filosofía, los conceptos con los que analizamos el mundo son en sí mismos materia de investigación». Pero todavía va más allá al añadir: «En épocas diferentes ha habido más o menos optimismo sobre la posibilidad de una filosofía pura o "primera", adoptando un punto de vista *a priori* por el que otras prácticas intelectuales pueden ser imparcialmente evaluadas y sujetas a corrección y valoración lógicas. El espíritu de finales del siglo xx es hostil a cualquier posibilidad de este tipo y prefiere considerar la reflexión filosófica como algo consecuente con la práctica más conspicua de cualquier campo de la investigación intelectual.

ción de uno puede ser encontrar esto como algo condescendiente, incluso arrogante.

Pero analicemos de nuevo las tres citas de Krishnamurti con las que se inicia este libro. La primera establece la disponibilidad del que escucha para comprobar y poner a prueba la validez de lo que dice el propio Krishnamurti; la segunda nos previene de atribuir cualquier tipo de autoridad o de categoría a su persona; mientras que, en la tercera, declara que es la vida la maestra suprema para todos nosotros. Advirtamos que las tres afirmaciones expresan un respeto profundo por la capacidad real y potencial de los seres humanos en general, y no solo de una élite.

Un rasgo clave de la filosofía de Krishnamurti es su insistencia en que esta debe ser «comprobada», «puesta en duda», incluso «arrastrada por los suelos». Esto significa, esencialmente, comprobar la verdad de las proposiciones que nos presenta en contra de nuestra experiencia diaria. Si uno no lo hace así, argumenta él, nos quedaremos con «las cenizas de las palabras». Sin embargo, pueden surgir dificultades en el modo de realizar dichas comprobaciones. La tendencia del hombre a venerar a alguien, a idealizar a líderes políticos y a «salvadores» religiosos, a quedarnos emocionalmente colgados de creencias, a «tener fe», es tan evidente como la enorme confusión y conflicto que ello causa. Como afirma de forma convincente el psicólogo Erich Fromm, entre otros, Dios, los dignatarios religiosos e incluso los dictadores políticos se convierten fácilmente en figuras parentales, en el padre o la madre magistrales e incondicionalmente amorosos que nunca hemos tenido. Fromm también vio en esta tendencia una sumisión masoquista a la autoridad, una opinión apoyada por el reciente testimonio hecho por la BBC de un ruso que, tras haber estado preso durante quince años en un gulag siberiano por su postura

antisoviética, describía cómo se tuvo que apoyar al lado de una puerta llorando cuando se enteró de la muerte de Stalin. Dijo que tardó varios años en darse cuenta de que había sido el propio Stalin el que lo había enviado allí.

Así pues, no resulta nada sorprendente el hecho de que a los ojos de ciertas personas Krishnamurti siempre haya poseído el aura de un Mesías o Maestro del Mundo, a pesar de todo cuanto él dijo para eliminar de sus mentes semejante imagen.

Si usted verdaderamente contemplase el mundo tal como es, y lo abordara de una manera directa y sin temor, vería que es algo infinitamente más grande que cualquier filosofía, más grande que cualquier libro, más grande que cualquier enseñanza, más grande que cualquier maestro.

Que yo sea el Maestro del Mundo, el Mesías o cualquier otra cosa es algo que, de hecho, carece de importancia. Si eso es importante para usted, entonces se perderá la veracidad de lo que estoy diciendo, porque usted juzgará por la etiqueta, y la etiqueta es muy débil. Unos le dirán que soy el Mesías y otros le dirán que no lo soy; entonces, ¿a quién creerá usted? Lo que es importante es averiguar si lo que digo es verdad, examinando y averiguando si eso se puede descubrir en la vida diaria.

El que les habla, habla por sí mismo, no por otros. Puede que se engañe a sí mismo, puede que pretenda ser esto o aquello. Quizá sea así, y usted no lo sabe. Por lo tanto, muéstrese muy escéptico, dude, desconfíe.

Sin embargo, para muchas personas subsistía la mística, y para algunos eso era lo más importante. Es verdad que tanto su persona como su vida resultaban extraordinarias, según los criterios convencionales. Muchas personas encontraban que su presencia producía una profunda tranquilidad, energía y vitalidad; y para muchos, aunque no todos, de sus más allegados, un amor incondicional. Pero

entonces, ¿cómo controlaba e interpretaba la gente sus propias reacciones a este carisma involuntario? ¿En qué medida se trataba de autosugestión o entusiasmo por estar cerca de alguien excepcional? ¿Se embarcaban en algún «viaje» alucinante que posiblemente estaba en desacuerdo con lo que él estaba diciendo? Si usted considera a alguien como «el Maestro del Mundo», con todo el ardor emocional que esto conlleva, tal vez tema perder semejante ardor y mostrarse desleal al dudar y desconfiar, aunque él le esté recomendando constantemente que lo haga. En los últimos años de su vida decía Krishnamurti que los que estaban más cercanos a él, por lo general no entendían lo que decía: «Se convierte en una especie de culto personal, en una sensación de estar muy unidos». Existen innumerables pruebas de que la cercanía de una persona que nos produce gran respeto puede producir estragos en la propia capacidad crítica.

Problemas de esta índole le pueden surgir también a personas que nunca escucharon o conocieron a Krishnamurti personalmente. Como él mismo dijo, su estilo es «enfático». Su utilización del término *evidentemente* sigue a menudo a proposiciones que uno puede que no las encuentre nada evidentes. Esto quizá sea deliberadamente provocativo, y lo haga para alejar a sus oyentes de su complacencia habitual. Ciertamente hizo muchas afirmaciones que tenían un carácter autoritario, de tómallo o déjalo. Y en la medida en que uno está ansiando la certeza, puede tragarse tales postulados sin la menor crítica... corriendo el riesgo de una posterior indigestión mental. Siempre, como muestra el siguiente ejemplo, es necesario observar atentamente el contexto.

«La nueva mente surge y explota.» Una observación de esta índole puede tener una cualidad embriagadora, casi seductora, una sensación de algo que es pleno e ilimitado. A continuación pensamos: sería magnífico vivir eso. Pero semejante idea puede hacer que a uno apenas le



roce lo que viene seguidamente: «Y este es un trabajo duro y arduo. Requiere una observación constante». Y ahí sigue una descripción muy densa y exigente de lo que encierra semejante observación (véase la charla de Bombay del 12 de marzo de 1961).

En otras palabras, cuando se lee a Krishnamurti surge la tentación de dejarse llevar por la complaciente imaginación personal del «resultado final», lo que en realidad, como él nos advierte, no es más que una proyección de la limitada experiencia de uno. Pero eso puede resultar mucho más agradable que el sumergirse objetivamente en las profundidades de esa experiencia —«observarla»— para lograr todo lo que uno necesita aprender de ella.

También surgen otras dificultades de la congénita limitación del lenguaje para transmitir, de forma precisa, nociones que, sin embargo, consideramos universalmente como significativas. Saltan a la mente conceptos tales como la inteligencia y el yo. Aunque el vocabulario de Krishnamurti es sencillo, de ningún modo resulta fácil de comprender en una o varias lecturas. Como él dijo: «Ustedes tienen que aprender mi vocabulario, el significado que subyace en las palabras». En cierto modo esto refleja la dificultad que todos los psicólogos y filósofos tienen al describir los modos complejos y sutiles de cómo funciona, o falla, nuestra mente. Quienes sienten que tienen algo nuevo que decir, suelen acuñar y definir, por lo general, una serie de nuevos conceptos. Krishnamurti rechazó deliberadamente esto, pero dejó claro, durante la década de 1930, que utilizaría el lenguaje de una forma especial. También puso sobre aviso a sus oyentes de las limitaciones inherentes del lenguaje.

Las palabras solo tienen valor si transmiten el verdadero significado de las ideas que hay tras las palabras (...). Usted no puede describir algo que es indescriptible con palabras. Pero las palabras pueden utilizarse, de la misma manera que el pintor utiliza la pintura en un lienzo para transmitir el sig-

nificado de su visión. Pero si usted se deja atrapar simplemente por la técnica de la pintura, entonces no captará el significado completo de la idea que el pintor quiso transmitir. En todas mis charlas doy una nueva interpretación a las palabras. Así que le resultará muy difícil comprender si se queda atrapado simplemente por las palabras. Usted ha de ir más allá de ellas y esforzarse por captar el significado que doy a esas palabras, y no dotarlas simplemente del significado que le resulta cómodo a usted.

Como la mayoría de la gente tiene fijado un hábito de pensamiento, y traduce toda nueva idea que se les presente de acuerdo con tal hábito, resulta para mí muy difícil explicar algo nuevo con viejas palabras. Sin embargo he de utilizar palabras corrientes. No puedo inventar un nuevo lenguaje, pero puedo dar una nueva interpretación a las palabras que utilizo. Si usted emplea las palabras como un puente, de modo que se establezca la comprensión, entonces esas palabras adquieren un valor definitivo; pero si usted se deja enredar en las palabras, entonces estas carecen de valor.

Krishnamurti también insiste reiteradamente en que «la palabra no es la cosa». Las palabras no constituyen sus referentes. Esto parece bastante sencillo para los objetos externos. La palabra *mesa* no es la mesa en sí misma. Y en nuestro uso cotidiano todos podemos suponer que «lo que es una mesa» no constituye problema alguno. Pero en los estados psicológicos la situación ya es más compleja. Por ejemplo, aunque quizá estemos capacitados para dar la definición académica de lo que es *aburrimiento* y utilicemos el término sin problemas en un debate, eso necesita distinguirse claramente de una comprensión real de «lo que es el aburrimiento», lo cual puede deducirse solamente de la experiencia real de ese estado, y de explorar plenamente sus implicaciones psicológicas.

Sabemos que la misma palabra —*amor* es un buen ejemplo— puede utilizarse de forma locuaz y superficial, o como un indicador profundo de ese estado, y uno de los

grandes problemas que tiene la comunicación, en el que insiste Krishnamurti, es saber si los «comunicadores» —es decir, dos sujetos que están hablando— comparten el mismo interés por lo que están tratando. Si ambos se sienten profundamente interesados por algo, y si también sienten ese mismo interés por comunicarlo, surgirán las palabras adecuadas. Pero surge una barrera para la comunicación cuando una de las partes usa las palabras de forma emotiva y son escuchadas de ese modo, de manera que constituyen un impacto fuerte, agitador y neurológico. Dejan de ser indicadores, abdican de su rol natural y parecen convertirse, como por arte de magia, en lo que están indicando. En política, términos como *soberanía nacional* y *libertad* constituyen buenos ejemplos de palabras que en este sentido se pervierten fácilmente y se utilizan para controlar y manipular. Pero no son solamente los políticos los que utilizan las palabras de esta manera. Krishnamurti advierte que todos necesitamos ser muy prudentes con las palabras, dándoles su auténtico significado.

Por ello, la segunda parte de este libro, titulada «Palabras y significados», ofrece un buen número de ejemplos de las «viejas» palabras a las que, como dice Krishnamurti, ha dotado de «nuevo» significado. A menos que el lector novel esté atento a tal renovación, muchas de sus declaraciones le pueden resultar confusas y poco claras. La utilización inusual del lenguaje por parte de Krishnamurti también se ve ilustrada con un buen número de pasajes sobre las palabras en general.

La respuesta a las cuestiones —o, mejor dicho, el interrogarnos sobre cuestiones realmente importantes— y la solución de los problemas depende, según Krishnamurti, de la calidad de nuestra observación, tanto de la interna como de la externa. Dicho simplemente: de la misma for-

ma que los científicos tienen que velar por la calidad de los aparatos con los que observan partículas subatómicas, todos necesitamos estar pendientes —y de forma constante— de la calidad y de la claridad de nuestras mentes. Tal preocupación no es el equivalente mental de hacer media hora diaria *de footing*. Se necesita ser lo más constante posible, estar libres de todo objetivo y exigirnos un apasionado interés por la claridad en sí misma.

¿Es esto posible? Sabemos que cuando tenemos una ambición podemos poner en ello una ilimitada energía. En cierta ocasión, Francois Mitterrand explicaba cómo se llegaba a ser presidente de Francia. «Un presidente —decía— se forma durante veinte años. Tiene que abandonarlo todo por eso, preocuparse por ello desde el instante en que se pone los calcetines por la mañana, hasta que se va a dormir, por la noche». Así pues, todo depende de dónde ponga usted su energía. La afirmación de Mitterrand contrasta, de una manera aguda, con la observación de Krishnamurti: «Aparentemente, son pocos los que tienen esa profunda pasión dedicada a la comprensión de la totalidad del proceso de vivir, sino que más bien entregan toda su energía a una actividad fragmentaria».

Krishnamurti decía a menudo que él solo podía «indicar la puerta». Nosotros, si así lo deseamos, hemos de acercarnos y abrirla. Y debemos sentirnos absolutamente libres para hacerlo o para no hacerlo. Por consiguiente, si se va a abrir la puerta, ¿qué se ha de hacer? ¿Cómo puede afirmar Krishnamurti —tal como lo hace— que no está proponiendo ningún sistema, método o procedimiento, y que de ninguna manera pretende convertirse en una autoridad?

Una forma de contestar a estas inevitables preguntas es empezar por ver cómo dirigimos la mirada al mundo que nos rodea. Algunos psicólogos y neurólogos actuales afir-

man que la percepción de los estímulos visuales puede considerarse como una búsqueda de la mejor interpretación de la información sensorial, y que desde un punto de vista cognitivo, un objeto percibido es una hipótesis sugerida por los datos sensoriales. De modo que ellos ven la percepción no como un proceso de sentir de forma pasiva esos datos, sino como una forma activa de observar y comprobar las hipótesis sugeridas a fin de encontrar aquella que sea más adecuada a los datos sensoriales.

Esta clase de observación y de comprobación de hipótesis se utiliza constantemente en la ciencia, en donde una confirmación posterior de los resultados constituye la base para determinar lo que es científicamente cierto. Aunque sin el rigor de la ciencia y su preocupación por duplicar los resultados, todos nosotros utilizamos de forma más sencilla el mismo proceso básico en nuestras situaciones diarias. «Cambiaré el tren por el coche a ver si llego antes al trabajo.» «Pon otro enchufe y comprueba si la lámpara funciona.» «Si me ofrezco a trabajar horas extras, tal vez me den permiso para irme en julio.» «Invitaré a una copa a ese compañero de trabajo tan poco dispuesto a echar una mano a ver si mejoran mis relaciones con él.» Es este un proceso natural y esencial que todos necesitamos utilizar para vivir de una manera más razonable y eficaz nuestra vida diaria. Así pues, una forma de entrar en contacto con Krishnamurti es verlo como alguien que nos ofrece hipótesis sobre el funcionamiento de la mente humana, que está abierta para que todos nosotros lo comprobemos.

Lo que aquí se propone es algo tan transnacional, transcultural y universal en su aplicación, como la ciencia, pero que funciona en un campo muy diferente: la forma de llevar nuestra vida diaria. No debería verse como una necesidad de solicitar la ayuda de la ciencia, aunque se pueda ver como algo «adaptable a la ciencia». Pertenezcan los seres humanos a cualquier cultura y sociedad, sean cuales fueren sus creencias religiosas e idearios políticos, todos ellos ten-

drán que hacer y comprobar hipótesis o suposiciones sobre la realidad. Esta capacidad natural es la que ve Krishnamurti como crucial, como suprema, exhortándonos a que la utilicemos y a que profundicemos en ella, pidiéndonos que consideremos cuáles de nuestras suposiciones son las más importantes para ser investigadas y comprobadas.

¿Tienen los seres humanos —según Krishnamurti— algún problema específico a la hora de observar lo que ocurre en su interior y en su entorno? ¿Qué es lo que impide la claridad y la objetividad que demanda la vida, si no queremos desperdiciar gran parte de ella en conflictos e ilusiones? ¿Existe alguna proposición particular en este campo que él nos invite a comprobar?

En casi todas las charlas que daba, Krishnamurti utilizaba la frase «el observador es lo observado», y hablaba de «observar sin el observador». Bien podría suceder que la comprensión de estas declaraciones, y de otras que hace, no se haga posible sin, al menos, cierta experimentación psicológica. Para hacerlas plenamente significativas es necesario comprobarlas; y la tercera parte de este libro contiene pasajes en los que Krishnamurti indica la manera de verificar tales comprobaciones. Quizá pueda ser útil que intentemos resumir aquí estas declaraciones.

En experiencias cumbre —llamémoslas, fase primera—, tales como un ataque de cólera o un intenso placer, no tenemos ninguna sensación de separación de aquello que estamos experimentando. Yo no sopeso mi cólera, o me propongo evitarla en el futuro, o encuentro razones que la justifiquen. En el caso del placer, no pienso en la próxima oportunidad en que pueda experimentarlo. En ambos casos yo formo una unidad con la sensación. Pero en cuanto se desvanece esta experiencia cumbre, se pasa a una segunda fase, que constituye una *dualidad*, una separación,

una fractura, expresada en reflexiones tales como: «No debiera haber perdido el control», «Aquel individuo se lo merecía», etc. En el caso de experiencias desagradables, tales como la soledad, también puede producirse una táctica de evasión, como poner la radio, tomarse una copa o telefonar a alguien, suprimiendo de este modo el desagrado y reforzando la capacidad personal ante una nueva experiencia de ese tipo; mientras que tras una experiencia cumbre de placer, generalmente se le sigue dando vueltas, «se la rumia», se produce una «adicción» a su repetición.

Lo que sucede aquí —en la segunda fase— Krishna-murti lo considera como una división conflictiva de la psique, el surgimiento de un «observador» imaginario que se separa de lo que estaba experimentando. Krishnamurti considera esta división como el origen de un conflicto interminable, tanto en el interior de uno mismo, como con los demás, e incluso de forma colectiva entre las naciones. ¿Qué se puede hacer? Él responde: «Nada». Simplemente propone que cuando surjan estos pensamientos, estas imágenes disgregadoras, uno debiera «quedarse» con ellas. Esto significa que uno no se evade, que uno no condena ni justifica, ni pretende cambiarlas o librarse de ellas, sino que «debe tomarlas en sus brazos como lo haría con un bebé», con afecto, cariño y curiosidad. Esta observación exenta de evaluación, u «observación sin elección», en palabras de Krishnamurti, también implica el dejar mentalmente de poner nombre a la sensación que se ha vivido, ya que tal nominación conlleva una pesada carga que, partiendo de nuestras experiencias pasadas, condiciona nuestra experiencia presente.

En esta observación sin elección u «observación sin el observador», los pensamientos y las imágenes se calman, como agua que tras haberse agitado y embarrado vuelve a su estado de nítida calma. Esta calma es, sin embargo, energizante. En ella puede surgir una clara percepción del auténtico sentido, el origen, funcionamiento y limitación

de los pensamientos e imágenes experimentadas: «Si la mente es consciente de sus límites, sin condenación ni justificación, si simplemente se muestra consciente de su limitación, entonces usted verá que se produce una liberación de esa limitación. Y en esa liberación, la verdad se hace realidad».

El autor de la presente introducción no se hace ilusiones acerca de que su breve sumario pueda hacer justicia a este tema crucial, que se halla presente en todo el trabajo de Krishnamurti, y que tiene implicaciones en la forma en que nos vemos no solo a nosotros, sino también a los demás y a la vida en general. No obstante, si ello ha servido para que el lector se anime a revisar los múltiples pasajes en que Krishnamurti trata este tema, y a comprobarlos en su experiencia diaria, estas líneas habrán logrado su propósito.

Este es, quizá, un buen momento para mencionar que Krishnamurti se refería a menudo a este tipo de investigación como una actividad que requería «una deseable seriedad que no careciese de humor». De la observación sin el observador, decía: «Nadie puede enseñársela; llega a través de la observación de usted mismo, con una continua atención, y además resulta muy divertido si usted no condena ni justifica, y se limita a observar "lo que es"». Y describía ese aprendizaje de la siguiente manera: «Aprender es divertido. Ver nuevas cosas resulta muy divertido. Proporciona una tremenda energía si usted hace un gran descubrimiento por sí mismo, no si otro lo descubre y le habla de ello, porque entonces es algo de segunda mano. Cuando usted está aprendiendo, resulta divertido ver algo completamente nuevo, es como descubrir un nuevo insecto, una nueva especie. Descubrir cómo funciona mi mente, ver todos sus matices, sus sutilezas, llegar a conocerlo es divertido».



¿Dice Krishnamurti algo nuevo?

Por lo que concierne a las fuentes de información de Oriente, se ha producido en ellas un claro reconocimiento de la importancia del trabajo de Krishnamurti por parte de las autoridades budistas, tales como el Dalai Lama y Walpola Rahula, autor del artículo sobre el Buda de la *Enciclopedia Británica*. Un reconocimiento similar lo han expresado también eruditos en Vedanta, como Venkatesananda.

La reacción de Occidente ha sido más variada. Sus trabajos se encuentran en los programas de estudios de más de doscientas universidades y colegios norteamericanos, y ha sido materia para tesis de doctorado en filosofía en Inglaterra, Francia y Alemania. Además de una teoría pedagógica —como ha demostrado el reciente libro *Reflections on the Self\**, compilado por Raymond Martin, profesor de filosofía de la Universidad de Maryland—, está claro que la identidad personal es el campo en el que tanto la filosofía occidental clásica como la contemporánea coinciden en mayor medida con el trabajo de Krishnamurti. Como también señala Martin, se puede decir que Krishnamurti revive la utilización de la pregunta socrática. Y en la pura tradición británica, hay un debate desde Berkeley y Hume hasta F. H. Bradley, Bernard Williams y Derek Parfit sobre los problemas del yo que también trata Krishnamurti.

Pero existen diferencias radicales, tanto en la expresión como en el enfoque. Aunque Krishnamurti escribió varios libros, su medio preferido de expresión fue la palabra hablada más que la estructura formal del libro, el reflexionar sobre el descubrimiento y la cualidad abierta de la vida, el ver la imagen en movimiento antes que la inmóvil. Incluso, de forma más radical, pide a sus oyentes que rechacen toda autoridad, incluyendo la de su propia experiencia, cuando se observen a sí mismos, a los demás y a

\* Publicado en español por Editorial Edaf con el título *Reflexiones sobre el yo* en 1998.

la vida. Su respuesta personal a la pregunta «¿Hay algo nuevo en su enseñanza?» ilustra claramente este punto.

Lo importante es que usted mismo lo averigüe, no que yo le conteste «sí» o «no». Eso es asunto suyo y nada más que suyo. Para mí todo es totalmente nuevo, porque debe descubrirse momento a momento. No puede almacenarse tras su descubrimiento; no es algo que haya de ser experimentado y conservado en la memoria, porque eso sería como guardar el vino nuevo en odres viejos. Ha de ser descubierto a medida que uno vive día a día, y resulta nuevo para la persona que lo descubre. Pero usted siempre está comparando lo que decimos con lo que dijo algún santo, o Shankara, o Buda, o Cristo. Usted puede afirmar: «Todos ellos han dicho eso antes, y usted solo le da un nuevo enfoque, una expresión moderna». Por tanto, naturalmente, eso no es nada nuevo para usted. Solo cuando usted deja de comparar y su mente está sola, libre, no influenciada ni controlada ni forzada, bien sea por la moderna psicología o por viejos principios y normas, solo entonces logrará descubrir si hay, o no, algo nuevo, eterno. Pero eso requiere vigor, no indolencia. Exige un corte drástico con todo lo que uno ha leído o le han dicho sobre la verdad o sobre Dios.

La objeción fundamental que hacen a este pasaje los psicólogos y los filósofos académicos es que se apoya demasiado en la observación interior y en las sensaciones «personales». Se invoca la inaccesibilidad de tales observaciones y sensaciones para los demás como argumento para desechar todo este campo, considerándolo inherentemente subjetivo y no aceptable para cualquier proceso de verificación que pudiera considerarse objetivo o científico. Por tanto, no se admite como un auténtico campo de investigación.

No obstante, hay algo en este enjuiciamiento que sueña a limitar la investigación. A pesar de la carga de subjetividad, existen argumentos cuestionables. Ante todo, está el punto de vista del sentido común. Para todos nosotros, la forma en que nos vemos y vemos a los demás, la varié-

dad y calidad de nuestras sensaciones, son cosas sumamente importantes para el modo en que experimentamos nuestras vidas. ¡Esencialmente constituyen lo que significa estar vivo! A los seres humanos también nos resultaría muy difícil desempeñar nuestras actividades, a menos que tuviéramos cierta confianza en nuestra propia exploración y en nuestra capacidad para ver la verdad de, como mínimo, algunas de las situaciones con que nos encontramos. Sin algún tipo de consenso sobre lo que es verdadero, las relaciones humanas y la sociedad se desintegrarían.

La cuestión, pues, es la siguiente: ¿Puede un ser humano, mediante su propia experiencia, aportar nueva luz —o sea, claridad— para dar con la cualidad de la mente que todos necesitamos y ver lo que fundamentalmente la limita? La respuesta que Krishnamurti da a esto es doble: Primero, dude, cuestione, discuta lo que estoy diciendo. Segundo, compruebe lo que digo en la práctica. Todos esos temas nos vienen de vuelta a cada uno de nosotros. Es necesario que nos mostremos escépticos, dice, y que encontremos las respuestas por nosotros mismos.

Se ha estimado que el legado literario de Krishnamurti, en forma de charlas, diálogos y escritos, equivale al contenido de cuatrocientos libros de formato medio. De todo este material, los cincuenta libros más importantes se han recopilado y traducido a muchos idiomas. Además, a lo largo de su dilatada vida, y en el curso de entrevistas personales, puede que haya invertido más tiempo en serios diálogos de investigación y con más personas que ningún otro, aunque muchas de estas conversaciones se quedaron sin grabar.

A la vista de esta considerable producción, tanto la publicada como la que aún no se ha publicado, representaría una tarea formidable, o más bien temeraria, el tratar de re-

copilar una breve antología de textos que pudieran servir como introducción a su trabajo. Además, cualquier texto que uno escoja reflejará que no es el adecuado para una introducción. Pero para paliar la desesperación del recopilador se le presentan también cierta clase de inesperadas ayudas. Así, por ejemplo, en 1980 Krishnamurti escribió, a petición, un resumen de una página de todo su trabajo, al que se refirió como la «esencia» de su enseñanza.

Por eso el presente libro parte de este resumen y continúa con una selección de pasajes de forma más ampliada. Uno se diría que de ese modo las cosas podrían ir bien, que se podría proporcionar un compendio cuidadoso y claro. En cierto sentido es así... pero también suscita inmediatamente ciertas reservas.

Las reservas surgen debido a que cualquier estudio prolongado de la «enseñanza» de Krishnamurti —o de «lo que sea», como él señaló en cierta ocasión— le enfrenta a uno con una mente, cuya naturaleza está constantemente desarrollándose e intensificándose; una mente que es siempre dinámica y nunca estática. Esta naturaleza procede, en parte, de su gran énfasis en lo nuevo y en lo desconocido de la vida, como aspecto vital y enriquecedor de la existencia humana. «La vida es lo desconocido, de igual modo que la muerte es lo desconocido, y también la verdad es lo desconocido.» Así que existe algo nuevo en cada momento del ser. El reto consiste en verlo.

Para Krishnamurti, lo que es nuevo, desconocido, impredecible en la vida, necesita verse con una atención total que no se encuentre condicionada por la experiencia pasada, aunque la inteligencia que él ve que está actuando en la atención sabrá cuándo recurrir a esa experiencia.

La consecuencia de esta visión de la vida como un aprendizaje creativo, como algo originalmente nuevo, es que el lector que espere encontrar en ella una serie de conclusiones sobre la condición humana, que tengan algo de la reconfortante firmeza de la Gran Pirámide, se sentirá

defraudado. Lo que ese lector, o lectora, hallará es un buen número de afirmaciones sobre cómo percibimos la vida, a nosotros y a los demás; lo cual si lo comprobamos y vemos que es cierto, abrirá la puerta, como él dice, a un proceso de observación de la «inmensidad» de la vida. Sin embargo, los lectores noveles han de estar advertidos de que el estilo de Krishnamurti cuando hace esas verificables afirmaciones, aunque por definición no sea dogmático, sí puede resultar ciertamente categórico.

Hay otra particularidad por la que puede decirse que un libro de introducción a sus textos encaja con dificultad con lo que está diciendo. Sus afirmaciones contrastables son claramente inseparables del aprendizaje sobre uno, sobre los demás y sobre la vida como una totalidad. Ahora bien, la forma en que nosotros hacemos esto es generalmente mucho más fortuita que la empleada en la tranquila lectura de un texto impreso. La vida nos llena de sorpresas, nos da lecciones de acuerdo con su ritmo y frecuencia, y no de acuerdo con los nuestros. Gran parte del atractivo que tiene un libro es que su estructura parece imponer, de forma tranquilizadora, un cierto orden en el veleidoso mundo. Además, un libro depende de nosotros, en el sentido de que podemos tomarlo o dejarlo, según queramos. Lo podemos controlar. Al libro sí, pero difícilmente podemos controlar a la vida. Sin embargo, para algunos lectores al menos, la imprevisibilidad de Krishnamurti puede liberarlos de esa sensación molesta que proporciona el orden libresco.

La última parte de este libro contiene una serie de extractos que se refieren a tres sencillas acciones: «Permanecer con "lo que es"», «Las preguntas fundamentales no tienen respuesta» y «La belleza del no saber». También se las puede llamar «inacciones de las que brotan las acciones». Se dan solo como ejemplos, y no como una guía au-

torizada. Las tres pueden verse como capacidades naturales humanas, y no como algo que pudiera calificarse de un nuevo tipo de método o de técnica. En cierta medida ya utilizamos estas capacidades, incluso tenemos que hacerlo. Sabemos que en nuestros momentos de aflicción es más saludable y adecuado aceptar el dolor y permanecer con él, que tratar de suprimirlo y huir de él. La importancia que tiene «saber que uno no sabe» es algo que muchos de nosotros hemos escuchado de algún profesor en la escuela o en la universidad. Y el buscar una solución tras «dormir» con un problema es algo que todos hemos hecho en uno u otro momento.

Así pues, lo que nos sugiere aquí Krishnamurti es algo que, en cierto modo, puede considerarse muy simple: una aplicación más profunda y más amplia de las facultades naturales de la mente. Sin embargo, para él esto no es sencillamente una cuestión de mejora provechosa, sino una necesidad urgente y profunda, algo que la vida requiere de nosotros. Descuidar estas capacidades produce conflicto y desolación, pero antes de que puedan florecer necesitamos ser conscientes de ellas y comprender las razones de ese descuido.

Las páginas finales de este libro contienen diversas citas sobre temas que surgen frecuentemente en los diálogos con Krishnamurti.

Por último, hasta qué punto está uno dispuesto a comprobar lo que Krishnamurti dice, dependerá de si uno siente que aquel problema de Albert Speer de «ver solamente lo que uno quiere ver y saber solamente lo que uno quiere saber» no es solamente el problema de un ministro del Tercer Reich, sino algo que nos atañe a todos nosotros. No todas las percepciones limitadas resultan tan inhumanas como las de Speer. Pero muchos de nosotros tenemos conflictos y malentendidos con los demás porque no vemos, o no queremos ver, las mismas cosas del mismo modo. Y de esta forma se pierde gran parte de la vida y de la energía

en fricciones dolorosas y destructivas, ya sea en las relaciones personales o entre las naciones. En última instancia, explorar los temas que Krishnamurti plantea dependerá de que uno sienta que el comprenderse a sí mismo, a los demás y a la vida en general, y apasionarse por ello, es lo que, sobre todo, nos exige la vida, es la esencia de ser humano

DAVID SKITT

PARTE I

La esencia  
de  
la enseñanza

Los textos que siguen son de Krishnamurti,  
a menos que se indique otro origen.





# Escuchar

**E**SPERO que tengan paciencia para escuchar esto. La comunicación es en todo caso muy difícil porque las palabras poseen significados limitados y, conscientemente, aceptamos ciertas definiciones y tratamos de traducir lo que oímos según esas definiciones. Pero si empezamos a definir cada palabra (...) y no avanzamos, la comunicación se realizará tan solo al nivel consciente. A mí me parece que lo que estamos tratando no debe entenderse simplemente de manera consciente, sino que también ha de absorberse —si me permiten decirlo de este modo— inconscientemente, en lo más profundo, sin la formulación de la definición. Es mucho más importante escuchar con lo más profundo de la totalidad del propio ser, que complacerse simplemente con explicaciones superficiales. Si podemos escuchar de ese modo, con la totalidad del propio ser, ese escuchar es un acto de meditación.

Debemos escuchar sin ningún esfuerzo. Es un problema muy difícil escuchar con la totalidad del propio ser... es decir, cuando la mente no se limita tan solo a oír las palabras, sino que es capaz de trascenderlas. Las simples conclusiones de una mente consciente no son el descubrimiento o la comprensión de la verdad. La mente consciente nunca puede encontrar lo que es real. Todo lo que puede hacer es escoger, juzgar, sopesar y comparar. Pero la comparación, el

juicio o la identificación no es el descubrimiento de la verdad. Por eso es muy importante saber escuchar. Cuando uno lee un libro quizá interprete lo que lee de acuerdo con sus tendencias particulares, sus conocimientos o idiosincrasia; si lo hace, se perderá toda la esencia de lo que el autor quiere expresar; pero para comprender, para descubrir, hay que escuchar sin la resistencia de la mente consciente que quiere debatir, discutir, analizar. El debatir, el discutir, el analizar constituye un estorbo cuando tratamos temas que requieren no una simple definición verbal y una comprensión superficial, sino una comprensión a un nivel mucho más profundo y fundamental. Tal comprensión, la comprensión de la verdad, depende de cómo escuche uno.

¿Puede uno escuchar sin ninguna conclusión, sin ninguna comparación o juicio, simplemente escuchar, como usted escucharía música, o a alguien a quien realmente quiere? En esos casos uno escucha no solamente con la mente, con el intelecto, sino que también escucha con el corazón, escucha con interés, con objetividad, con sensibilidad, escucha con atención para descubrir.

Creo que existe un arte de escuchar, el cual consiste en escuchar sin motivo alguno, porque un motivo en el escuchar es una distracción. Si uno escucha con una atención total, entonces no hay resistencia, ni a sus propios pensamientos ni a lo que se está diciendo; lo que no significa que vaya a quedar hipnotizado por las palabras. Pero es solo la mente en total silencio la que descubre lo que es verdadero, no una mente que se encuentre frenéticamente activa, pensando, resistiendo.

No sé si ustedes lo habrán intentado alguna vez; quiero decir, escuchar las palabras y ver si es verdad cualquier afirmación que haga este que les habla, no solo con el intelecto, no solo con considerable escepticismo, sino también sin ninguna resistencia... lo cual no significa aceptar, sino escuchar con total seriedad, con gran atención, de manera que el mismo acto de escuchar produzca una completa desintegración de las pautas del cerebro.



# La esencia de la enseñanza

**L**A esencia de la enseñanza de Krishnamurti se halla contenida en la declaración que hizo en 1929, cuando dijo: «La verdad es una tierra sin caminos» \*. El hombre no puede llegar a ella a través de ninguna organización, de ningún credo, de ningún dogma, sacerdote o ritual, de ningún conocimiento filosófico ni de técnica psicológica alguna. Tiene que encontrar la verdad mediante el espejo de la relación, mediante la comprensión del contenido de la propia mente, por medio de la observación y no por el análisis intelectual o la disección introspectiva. El hombre ha construido interiormente imágenes como una valla de seguridad... religiosa, política, personal. Estas se manifiestan como símbolos, ideas, creencias. La carga de estas imágenes domina el pensamiento del hombre, sus relaciones y su vida diaria. Estas imágenes son la causa de nuestros problemas, porque ellas separan al hombre del hombre. Su percepción de la vida está moldeada por los conceptos ya establecidos en su mente. El contenido de su conciencia constituye toda su existencia. Este contenido es común a toda la humanidad.

\* Este resumen fue escrito originalmente por el propio Krishnamurti, el 21 de octubre de 1980, para *Krishnamurti: The Years of Fulfilment*, de Mary Lutyens, publicado por John Murray Ltd. en 1983 (editado al año siguiente en español con el título *Krishnamurti: Los años de plenitud*). En una lectura posterior, Krishnamurti añadió algunas frases, que están incluidas aquí.

La individualidad es el nombre, la forma y la cultura superficial que adquiere de la tradición y del entorno. La singularidad del hombre no radica en lo superficial sino en la total liberación del contenido de su conciencia, que es común a toda la humanidad; por eso él no es un individuo.

La libertad no es una reacción. La libertad no es una opción. Es jactancia del hombre creer que porque puede optar es libre. La libertad es observación pura sin dirección, sin temor del castigo ni de la recompensa. La libertad carece de motivos; la libertad no se halla al final de la evolución del hombre sino en el primer paso de su existencia. En la observación uno comienza a descubrir la falta de libertad. La libertad se encuentra en el darse cuenta sin elección de nuestra existencia y actividad diarias. El pensamiento es tiempo. El pensamiento nace de la experiencia y del conocimiento, que son inseparables del tiempo y del pasado. El tiempo es el enemigo psicológico del hombre. Nuestra acción se basa en el conocimiento y, por tanto, en el tiempo, por consiguiente el hombre siempre es un esclavo del pasado. El pensamiento es siempre limitado, y por eso vivimos en constantes conflictos y contiendas. No existe evolución psicológica. Cuando el hombre se vuelva consciente de la actividad de sus propios pensamientos, verá la división entre el pensador y el pensamiento, entre el observador y lo observado, entre el experimentador y la experiencia. Descubrirá que esta división es una ilusión. Solo entonces hay observación pura, que es percepción \* directa sin sombra del pasado o del tiempo. Esta percepción intemporal produce una mutación radical y profunda de la mente.

La negación total es la esencia de lo positivo. Solo cuando haya negación de todas las cosas que el pensamiento ha producido psicológicamente, habrá amor, que es compasión e inteligencia.

\* Nota del traductor: *insight* se ha traducido por *comprensión* o *percepción*, a veces seguido de *inmediata*, *instantánea* o *directa*.

# La verdad es una tierra sin caminos

**P**ARA mí no hay caminos que lleven a la verdad. La verdad no puede comprenderse por medio de un sistema o siguiendo un camino. El camino implica una meta, una finalidad estática y, por lo tanto, un condicionamiento de la mente y del corazón por esa finalidad, lo cual necesariamente exige disciplina, control y codicia. Esta disciplina, este control se convierte en una carga, roba libertad y condiciona las acciones en la vida diaria.

La verdad es algo que ha de ser comprendido, que ha de ser descubierto en cada acción, en cada pensamiento, en cada sentimiento, por efímero y trivial que sea. La verdad es algo que hay que observar, que hay que escuchar: lo que dice su marido, lo que dice su esposa, lo que dice el jardinero, lo que dice su amigo o lo que es su propio pensamiento. Descubrir si es verdad lo que usted piensa —porque sus pensamientos pueden ser falsos o pueden estar condicionados—, descubrir que su pensamiento está condicionado, es la verdad. Descubrir que su pensamiento es limitado es la verdad. Ese mismo descubrimiento libera a su mente de la limitación.

Si descubro que soy codicioso —descubrirlo, no que usted me lo diga—, ese mismo descubrimiento es la ver-



dad, y esa misma verdad actúa sobre mi codicia. La verdad no es algo que se acumule, que se almacene, algo en lo que pueda confiar como si fuera una guía de instrucciones. Si lo hace así, eso será solamente otra forma de lo mismo, otra forma de posesión. Es muy difícil para la mente no adquirir, no almacenar. Cuando se dé cuenta de esto, verá qué cosa tan extraordinaria es la verdad.

El hecho es que la verdad es vida, y que la vida no tiene permanencia. La vida ha de ser descubierta momento a momento, día a día. Tiene que ser descubierta. No se puede dar por supuesta. Si uno da por supuesto que conoce la vida, entonces no está viviendo. Tres comidas al día, ropa, techo, sexo, trabajo, distracciones y sus procesos mentales... esos procedimientos monótonos y repetitivos no son la vida.

La vida es algo que hay que descubrir. Y no podremos descubrirla si antes no hemos soltado, abandonado, lo que hayamos podido acumular. Comprueben lo que estoy diciendo. Abandonen sus filosofías, sus religiones, sus costumbres, sus tabúes raciales, etcétera, porque todo eso no es la vida. Si uno ha caído preso en esas cosas nunca podrá descubrir la verdad.

El hombre que dice que sabe ya está muerto; pero el hombre que piensa que no sabe, el hombre que descubre, que averigua, que no busca un fin, que ya no piensa únicamente en alcanzar el éxito y en llegar a ser alguien, ese hombre está vivo, y ese vivir es la verdad.

## Al margen de la opinión personal, ¿existe algo como la verdad?

**I**NTERLOCUTOR: En estos días está muy aceptado el supuesto de que todo es relativo y cuestión de opinión personal; que no existe algo como la verdad o como hechos independientes de la percepción personal. ¿Cuál sería una respuesta inteligente a esta creencia?

KRISHNAMURTI: ¿Somos todos tan extraordinariamente personalistas? Lo que veo yo, o ve usted, ¿es la única verdad? Mi opinión y su opinión, ¿son los únicos hechos que tenemos? Eso es lo que implica la cuestión de que todo es relativo. Así pues, la bondad es relativa, el mal es relativo, el amor es relativo. Y como todo es relativo —es decir, no es la verdad total y completa—, entonces nuestra acción, nuestro afecto en las relaciones personales es relativo, y puede terminarse cuando yo quiera, cuando no me complazca, etc. Eso es lo que implica esa cuestión.

Ahora bien —ambos, usted y yo, lo estamos investigando; por favor, entienda que no soy yo el que se lo está diciendo a usted—, ¿existe algo como la verdad al margen de la opinión personal, de la creencia personal, de la percepción personal? Es una pregunta que ha sido formulada por los antiguos griegos e hindúes, y también por los budistas. Y resulta un hecho extraño que las religiones orientales hayan estimulado la duda. Dudar, cuestionarse. En

las religiones occidentales, esto es algo que se rechaza. Si usted duda, se le llama hereje. Así pues, aparte de las opiniones personales, de las percepciones, de las experiencias, que son siempre relativas, uno debe encontrar por sí mismo si existe una percepción, un ver, que sea una verdad absoluta y no relativa.

Ahora bien, ¿cómo lo averiguará usted? Si decimos que la opinión personal, la percepción personal, es relativa y que no existe algo que sea la verdad absoluta, entonces la verdad es relativa. Y nuestro comportamiento, nuestra conducta, nuestra forma de vivir será por consiguiente relativa, superficial; no será completa, total, será fragmentaria. Pero estamos tratando de averiguar si existe algo como la verdad, que no sea simplemente una opinión personal, una percepción personal.

Si le hacen esta pregunta, ¿cómo descubrirá si hay una verdad que es absoluta, completa, que no es relativa y siempre cambiante, si se basa en la opinión personal? ¿Cómo lo averiguará su mente, el intelecto o el pensamiento? ¿Está interesado en esto? Porque usted está ahora examinando algo que exige mucha investigación, mucha acción en la vida diaria, la disposición de apartar lo que sea falso. Ese es el único modo de avanzar, porque si tenemos una ilusión, una fantasía, una imagen, un concepto romántico de la verdad, del amor o de lo que sea, todo eso será una auténtica barrera que nos impedirá seguir adelante.

¿Puede uno investigar objetivamente una ilusión? ¿Vive la mente en una ilusión? ¿O es que tenemos ilusiones sobre todas las cosas, sobre la gente, sobre las naciones, sobre la religión, sobre Dios? ¿Cómo se crean las ilusiones? ¿Cómo se llega a tener una ilusión? ¿Cuál es su raíz? ¿Qué queremos decir con la palabra *ilusión*? Procede del latín, *ludere*, que significa «jugar». Así pues, su significado etimológico es jugar, jugar con algo que no es real. Lo real es lo que sucede, lo que realmente tiene lugar, ya

se le llame bueno, malo o indiferente. Y cuando uno es incapaz de afrontar lo que realmente le está pasando, entonces se evade y así se inicia la ilusión.

Por favor no me dé la razón, estoy sencillamente explorando esto, estamos explorando juntos.

De manera que si uno no quiere, o teme afrontar, o quiere evitar, lo que en realidad está sucediendo, ese mismo evitar crea una ilusión, una fantasía, una evasión romántica de «lo que es». ¿Podemos aceptar que el significado de la palabra *ilusión* es evadirse de «lo que es» y proseguir desde aquí? Por favor, no me dé la razón en lo que digo; vea si esto es un hecho.

La siguiente cuestión es: ¿podemos evitar este movimiento, esta evasión de la realidad? Entonces nos preguntamos, ¿qué es lo real? Lo real es lo que está sucediendo, las respuestas reales, las ideas reales, las creencias reales, la opinión real que usted tiene. Y afrontarlo no es generar ilusión. ¿Hemos avanzado en nuestra investigación? Porque de lo contrario no podremos seguir adelante.

De modo que mientras haya ilusiones, opiniones o percepciones basadas en evitar «lo que es», por fuerza han de ser relativas y no puede haber más que relatividad. No puede ser de otra manera cuando nos evadimos del hecho, de lo que está sucediendo, de «lo que es». Al comprender «lo que es», no se trata de su opinión o percepción personal que juzga «lo que es», sino de una observación real de «lo que es». Uno no puede observar lo que realmente está sucediendo si dice que sus creencias, que sus condicionamientos le dictan la observación; eso es evitar la comprensión de «lo que es».

No sé si lo habrá captado. ¿Estamos realmente viendo, percibiendo lo que es real? ¿Nuestras creencias reales? ¿Nuestro sentido real de la dependencia? ¿Nuestra competitividad real? ¿No nos evadimos, sino que estamos observándolo? Entonces esa observación no es personal. Pero si usted dice que debe hacer esto, o no debe hacer lo otro, o

que ha de ser mejor que aquel de más allá, entonces todo se vuelve muy personal y, por lo tanto, relativo. Mientras que si podemos observar lo que realmente está sucediendo, entonces evitaremos definitivamente cualquier forma de ilusión.

¿Podemos hacerlo? Usted puede estar de acuerdo verbalmente, pero ¿podemos percibir realmente nuestra dependencia, ya sea de una persona, de una creencia, de un ideal o de alguna experiencia que nos ha producido una gran emoción? Esa dependencia creará inevitablemente ilusión. Por tanto, ¿podemos observar el hecho de que somos dependientes?

De la misma forma, vamos a averiguar si existe algo que sea la verdad absoluta —si es que usted está interesado en esto—, porque eso es lo que se preguntaron no solo quien les habla, sino también los monjes que dedicaron su vida a ello, los filósofos y las personas religiosas que no pertenecían a ninguna organización, sino que estaban verdaderamente interesadas en la vida, en la realidad y en la verdad. Así pues, si uno está realmente interesado en lo que es la verdad, debe investigarlo con la máxima seriedad.

Ante todo, uno debe comprender lo que es la realidad. ¿Qué es la realidad? Lo que usted percibe, lo que toca, lo que saborea, lo que sufre, etc. De este modo, la realidad es la sensación y la reacción a esa sensación, la respuesta a la sensación en forma de idea creada por el pensamiento. Por lo tanto, el pensamiento ha creado la realidad; la maravillosa arquitectura, las grandes catedrales del mundo, los templos, las mezquitas, con sus ídolos, sus imágenes, todo eso ha sido creado por el pensamiento. Y decimos que es realidad porque uno puede tocarlo, puede experimentarlo, puede identificarlo.

L: ¿Qué me dice de las alucinaciones? Puede ser un trastorno fisiológico del cerebro.

K.: Por supuesto, señor. Las alucinaciones y las ilusiones se dan cuando el cerebro está dañado, cuando evitamos o nos evadimos de «lo que es». Todos esos términos, ilusiones, alucinaciones, etc., pertenecen a esa categoría.

Decíamos, pues, que todas las cosas que ha creado el pensamiento —el conocimiento y su adquisición mediante la ciencia, las matemáticas, etc.— son realidad. Pero el pensamiento no ha creado la naturaleza. Aquel árbol, las montañas, los ríos, las aguas, los animales, no los ha creado el pensamiento: están ahí. Pero del árbol hacemos una silla, y esta sí la crea el pensamiento. Por consiguiente, el pensamiento ha creado el mundo real en que vivimos, pero la naturaleza, incluyendo el entorno, evidentemente no la ha creado el pensamiento.

Entonces preguntamos: ¿es la verdad realidad? Uno percibe que el pensamiento ha creado el mundo en que vivimos, pero el pensamiento no ha creado el universo. El pensamiento puede investigar el universo. Los cosmólogos, los astrofísicos, realizan sus investigaciones sirviéndose del pensamiento para llegar a ciertas conclusiones, a ciertas hipótesis, y luego tratan de probar esas hipótesis siempre mediante el pensamiento. Así pues, el pensamiento es relativo y, por lo tanto, cualquier cosa que él cree, en cualquier dirección que se mueva, necesariamente ha de ser relativo, limitado.

Por favor, esto no es una conferencia. Yo no soy catedrático... ¡gracias a Dios! Estamos simplemente investigando como dos seres humanos que desean averiguar lo que es la verdad, si es que existe tal cosa.

La mente ha *de-* abandonar el dominio de la ilusión; eso es lo primero. No tener especulaciones ni alucinaciones; no tratar de conseguir nada ni de crear una experiencia que llame verdad... que es lo que hacen la mayoría de las personas. Ahora la mente ha puesto orden en su interior. Tiene orden y no existe confusión debida a las ilusiones, a las alucinaciones, a las experiencias. Por lo tanto, la

mente, el cerebro, ha de perder su capacidad para crear ilusiones. ¿De acuerdo? Entonces, ¿qué es la verdad? Es decir, ¿cuál es la relación que existe entre la realidad —en el sentido que ya hemos explicado— y lo que no ha creado el pensamiento? ¿Hay algo que no sea producto del pensamiento? ¿Podemos seguir avanzando en esto?

Veamos, ¿están nuestras mentes en este momento, sentados aquí bajo estos árboles, en este día más bien fresco, están nuestras mentes libres de cualquier tipo de ilusión? Si no es así, no podremos averiguar lo otro. ¿Se encuentra nuestra mente completamente libre de cualquier confusión? Eso sería orden absoluto. ¿Cómo puede una mente confusa, desordenada, una mente que es un torbellino, descubrir lo que es la verdad? La puede inventar. Puede decir que existe la verdad, o que no existe. Pero solo una mente que tenga orden absoluto, una mente que se halle completamente libre de cualquier tipo de ilusión, puede proceder a descubrirla.

Surge aquí algo bastante interesante, si es que está usted interesado. Los astrofísicos, los científicos, utilizan el pensamiento para descubrir. Trabajan en lo externo, investigan el mundo que les rodea, la materia, actúan siempre sobre lo externo. Pero si usted empieza por lo interno, el «yo» también es materia —el pensamiento es materia—, si puede ir a lo interno, entonces irá de hecho en hecho. Por consiguiente, usted empieza a descubrir lo que se encuentra más allá de la materia, y eso depende de usted.

Este es un asunto muy serio; no es simplemente algo que se pueda tratar en una mañana durante una hora. Uno tiene que entregar su vida a esta tarea, no apartarse de la vida. La vida es mi esfuerzo, ansiedad, miedo, aburrimiento, soledad, sufrimientos, desgracias, penas, todo eso es mi vida. He de comprender eso y terminarlo, no evitarlo. Entonces, si uno ha terminado con ello, lo que tenemos es la verdad absoluta.

# Solamente existe la observación sin límites

**M**ARY ZIMBALIST: Señor, ¿dice usted que la investigación debe continuar, que no se llega a un punto en donde la investigación se detenga, o donde ya tenga una respuesta, por así decir, sino que hay el ánimo de seguir investigando?

KRISHNAMURTI: Esa es una cuestión bastante difícil de responder. ¿Seguiría uno investigando si llegara a un punto en el que no hay espacio ni tiempo? Mire, cuando hablamos de investigar, ¿quién es el que investiga? Volvemos a aquel viejo tema. El buscador es lo buscado. No sé si me explico con claridad. Cuando investigo la materia, con un telescopio, mediante toda clase de experimentos, estoy buscando. Pero ahí la persona que busca es diferente de la cosa que está buscando. Eso está claro. Pero aquí, en el mundo subjetivo, en el mundo de la psique, el buscador es parte de la psique, no está separado de ella. Si esto está claro, entonces el investigador tiene un sentido completamente diferente.

MZ.: ¿Quiere usted decir que entonces solo hay investigación, que no hay buscador ni buscado?

K.: No, yo diría que solo hay una observación sin límites. No hay observador en la observación, sino una extra-



ordinaria vitalidad y energía en la observación, porque uno ha observado todo el mundo psicológico y subjetivo. Y ahora, cuando uno observa, no existe un pasado que esté observando; solo existe la observación «como tal». Eso quiere decir con una gran atención, y en esa atención no hay una entidad que esté atendiendo; solo hay atención que tiene espacio, que se halla en completa calma, silenciosa, que posee un tremendo acopio de energía y, por lo tanto, hay una ausencia total de interés personal. Ahora bien, ¿es posible eso para el ser humano?

Los seres humanos lo encuentran terriblemente difícil, así que alguien viene y dice: «Mira, amigo mío, haz esto y esto y conseguirás aquello. Yo seré tu gurú». Entonces yo lo considero mi autoridad espiritual, y ya estoy perdido, atrapado de nuevo. Este ha sido el proceso, el cual se puede ver allá donde haya santos o jerarquías espirituales que reconozcan al santo. Este proceso es el mismo una y otra vez. Así que el hombre ha sido incapaz de valerse por sí mismo. Necesita confiar en alguien, ya sea en su mujer, en un trabajo, en una creencia o en alguna experiencia extraordinaria que pueda haber tenido.

Por eso digo que tiene que haber libertad completa. Esa libertad no es tan complicada. Existe esa libertad cuando no hay ningún interés personal. Porque este interés es insignificante, mezquino, muy limitado, y a menos que uno esté completamente libre de él, se hace imposible la verdad. Y a la verdad no puede llegarse por ningún camino: es una tierra sin caminos. No se la puede alcanzar mediante ningún sistema, ningún método ni ninguna forma de meditación. En realidad no hay un alcanzarla: ella es.

# El hombre adicto al conocimiento no puede hallar la verdad

VAMOS a investigar en serio la cuestión de si hay, o no hay, diversos caminos que lleven a la última realidad. Un camino solo puede conducir a lo que es conocido, y lo que es conocido no es la verdad. Cuando uno conoce algo, eso deja de ser verdad porque es el pasado, es algo totalmente estático. Por eso lo conocido, el pasado, se halla atrapado en la red del tiempo y, en consecuencia, no es la verdad, no es lo real. Así pues, un camino que lleva a lo conocido no puede llevar a la verdad, y un camino solo puede llevar a lo conocido, no a lo desconocido. Uno toma un camino para ir a una casa en el pueblo, porque sabe dónde se encuentra esa casa, y hay muchos caminos a su casa y a su pueblo. Pero la realidad es inconmensurable, es lo desconocido. Si uno pudiera medirla, no sería la verdad. Y lo que uno ha aprendido de los libros, de lo que otros dicen, no es lo real; solo es repetición, y lo que se repite ya no es la verdad.

¿Hay algún camino que nos lleve a la verdad? Hasta ahora hemos pensado que todos los caminos conducen a la verdad. ¿Es así? ¿Conduce a la verdad el camino del ignorante, el camino del hombre de mala voluntad? Tendrá que abandonar todos los caminos, ¿no es cierto? ¿Puede encontrar la verdad un hombre que sea responsable de la ejecución de personas en nombre del Estado, a menos que

abandone esa ocupación? Así pues, no todos los caminos conducen a la verdad. Un hombre que solo quiere adquirir conocimientos no puede encontrar la verdad, porque lo que le interesa es el conocimiento, no la verdad. ¿Encontrará la verdad el hombre que acepta la división? Evidentemente, no, porque ha escogido un determinado camino y no la totalidad. ¿Encontrará la realidad el hombre de acción? Evidentemente, no, por la sencilla razón de que al seguir una parte no puede encontrar el todo.

Eso quiere decir que el conocimiento, la división y la acción por separado no pueden llevar a otra parte que no sea a la destrucción, la ilusión y la inquietud. Esto es lo que ha sucedido. El hombre que ha cultivado el conocimiento por amor al conocimiento creyendo que así llegaría a la realidad, se convierte en un científico; no obstante, ¿qué ha hecho la ciencia por el mundo? No estoy censurando a la ciencia. El científico es como usted y como yo; solo se diferencia de nosotros en su laboratorio. En otros sentidos es como usted y como yo, con sus limitaciones, sus miedos, su nacionalismo, etc.

Creer que hay un camino que los «maestros» enseñan a sus «discípulos» es también algo fantástico, ¿no es cierto? Porque la sabiduría no se encuentra en el discípulo o en el maestro. La felicidad no se logra a menos que se abandone la idea de que nosotros estamos entre los pocos elegidos que caminan por una senda especial. Esta idea solo nos proporciona una sensación de seguridad, de engrandecimiento. La idea de que el suyo es el camino directo y de que el nuestro nos llevará más tiempo, es el resultado de una forma de pensar inmadura. ¿No se divide así a la humanidad en caminos sistematizados?

Aquellos que son sensatos encontrarán la verdad. Aquel que es sensato nunca seguirá el camino de los «maestros», o el camino del conocimiento, de la ciencia, de la devoción o de la acción. Una persona que se ha comprometido con un determinado camino es inmadura, y tal per-

sona jamás encontrará lo eterno, lo intemporal, porque ese determinado camino con el que se ha comprometido pertenece al tiempo. Mediante el tiempo nunca se podrá alcanzar lo eterno. Mediante el sufrimiento nunca se podrá alcanzar la felicidad. Hay que apartar el sufrimiento si se quiere que haya felicidad. Si uno ama, en ese amor no puede haber controversia ni conflicto. En medio de la oscuridad no hay luz, pero cuando uno se libera de la oscuridad obtiene la luz. De igual modo, hay amor cuando no existe posesión, cuando no existe condena, cuando no existe realización de las ambiciones personales.

Aquellos de nosotros que se han comprometido con un camino tienen intereses personales, mentales, emocionales o físicos, y por ese motivo se nos hace extremadamente difícil llegar a ser personas sensatas. ¿Cómo podremos abandonar aquello a lo que hemos estado aferrados durante cincuenta o sesenta años? ¿Cómo podrá dejar uno su casa y convertirse nuevamente en un mendigo, que es lo que era cuando estaba realmente buscando? Ahora uno se ha comprometido con una organización de la cual es el jefe, el secretario o un simple afiliado. Para la persona que está buscando, esa misma búsqueda es amor, es devoción, es conocimiento. La persona que se ha comprometido con una determinada acción o con un determinado camino se ve atrapada en un sistema, y no encontrará la verdad. A través de la parte nunca se encontrará el todo. A través de una pequeña rendija de la ventana no podemos ver el cielo, el claro y maravilloso cielo; la persona que puede ver con claridad el cielo es la que está en campo abierto, lejos de todos los caminos, lejos de todas las tradiciones.



## No hay técnicas

**K**RISHNAMURTI: Estamos manteniendo un diálogo, lo cual quiere decir una conversación entre personas que están interesadas por ciertos problemas de los seres humanos y desean profundizar en ellos con cuidado y afecto, no con imposiciones y discusiones. Un método dialéctico trata de averiguar la verdad mediante opiniones. Pero aquí no estamos investigando dialécticamente. Más bien somos como dos amigos que hablan juntos sobre los problemas humanos, con la esperanza de poder resolverlos y descubrir la verdad.

Me temo que existe una gran equivocación al tratar de encontrar una técnica para alcanzar la verdad, lo cual significa aprender, practicar un método que nos ayude a alcanzarla. Rechazamos el que exista tal técnica. Por favor, tengan esto muy claro. La técnica implica aprender un método. Evidentemente, para enviar una nave a Marte, lo que constituye una hazaña extraordinaria, se necesita mucha tecnología, una gran acumulación de conocimientos científicos. Pero como la verdad es una tierra sin caminos, no se puede trazar una vía, una dirección, un sendero hacia ella, y después practicar, establecer una disciplina, aprender una técnica.

Aquí no se ofrece una técnica ni hablamos de técnicas, de métodos o de sistemas. Estamos mentalizados de una

manera tan mecánica que creemos que al practicar una técnica, una repetición verbal o un silencio, eso liberará de algún modo la mente de toda su actividad mecánica, y me temo que no es así. Lo que decimos es que debemos tener el interés, el impulso, la intensidad para averiguar —para averiguar por uno mismo— y no que sea otro quien le diga cómo hacerlo. Entonces, lo que descubra será suyo; entonces estará libre de todos los gurúes, de todas las técnicas, de toda autoridad. Por favor, tenga esto presente mientras dialogamos sobre estos temas.

(El auditorio seguidamente formuló una serie de preguntas que Krishnamurti resumió.)

KRISHNAMURTI: A ustedes les gustaría dialogar sobre la comprensión, sobre la relación que hay entre la palabra, el pensamiento, el silencio y la responsabilidad que uno tiene para no crear imagen alguna en esa relación. Esas fueron las preguntas que se formularon. También sobre la vulnerabilidad, y si es posible que podamos vivir sin un motivo. Bien, ¿cuál de estas preguntas quieren que elijamos, de modo que la podamos considerar, observar o desarrollarla hasta el final, sin desviarnos en otras direcciones, sino que podamos ir hasta el mismo final de esa pregunta y que pueda incluir a todas las demás?

INTERLOCUTOR: La comprensión.

K.: La comprensión; bien. Creo que es buena. Yo también la elegiría. ¿Qué es lo que entendemos por el término *comprensión*? Por favor, vamos a verlo despacio, sin prisas. ¿Qué implica la comprensión de algo? ¿Comprendemos mediante la descripción verbal, mediante el afecto? Me eres simpático, soy tu amigo, te digo algo para que comprendas lo que digo. ¿O es una percepción directa de algo que resulta más bien complejo y confuso? ¿Cómo se produce la comprensión? ¿A través de la comunicación

verbal, que no es más que una descripción? Si usted y yo estamos hablando en inglés, en francés, en italiano o en lo que sea, ¿se produce la comprensión, la percepción, mediante la comunicación verbal y la descripción? ¿O bien la comprensión se produce no por las simples palabras, no por la simple descripción, sino yendo más allá de las palabras, lo que quiere decir que tanto usted como el otro se sienten libres de la estructura verbal que constituye la naturaleza del pensamiento y están profundizando y teniendo una percepción directa?

Cuando hablamos de un coche, la cosa es muy sencilla. Lo he visto, lo he conducido y sé cómo funciona. Comprendo, sé cómo he de subir a aquella montaña. Pero estamos hablando de la comprensión psicológica, no de la comprensión verbal, sino de algo mucho más profundo, de la comprensión que conlleva la percepción. Una percepción directa significa ver dentro de algo que, entonces, se convierte en la verdad. Y ya nunca puedo retroceder. Cuando comprendo algo, tengo una percepción de eso y, por consiguiente, esa misma percepción elimina cualquier malentendido, cualquier confusión; lo veo claramente.

Así pues, la comprensión implica que la mente, el cerebro, la estructura total de la mente escuche no solo las palabras, sino que vaya más allá de ellas y vea el profundo significado de esa afirmación en particular. Entonces se produce una percepción, y uno dice: «Lo comprendo, lo he visto». Por lo tanto, la percepción implica una mente que esté en silencio, deseosa de escuchar, de ir más allá de las palabras y de observar la verdad de algo.

Digamos, por ejemplo, que quien les habla hace una afirmación como: «El final del dolor es el comienzo de la sabiduría». Hace esta afirmación, pero ¿cómo la reciben ustedes? Escuchen, por favor. ¿Cómo la reciben? ¿Cuál es su reacción ante ella? ¿Hacen ustedes una abstracción de ella y con tal abstracción, que es una idea, tratan de comprender lo que él ha dicho? ¿O realmente escuchan, es de-



cir, escuchan la palabra, el significado de la palabra y van más allá de ella y ven la veracidad o la falsedad de esa afirmación? No cómo poner fin al dolor, o cómo alcanzar la sabiduría, sino comprobar si esa afirmación conlleva una verdad, o una falsedad. Para observar la verdad o la falsedad su mente ha de estar silenciosa, y entonces tendrá una percepción inmediata de ello; entonces dirá: «¡Por Dios, qué verdad es eso!». Del mismo modo, la comprensión implica tener una percepción inmediata de un problema. ¿De acuerdo? De manera que ustedes van más allá de toda discusión, de todo planteamiento dialéctico: es así, es inamovible.

Digamos ahora, por ejemplo, que quien les habla dice: «No hay técnicas para alcanzar la verdad; la verdad es una tierra sin caminos». Hace esa afirmación —ya la hizo hace cincuenta años—, ¿y cómo la reciben ustedes? Sigamos. ¿Cómo reciben esa afirmación? Esto es un diálogo. La reciben con su opinión, diciendo: «Eso no puede ser verdad porque todo el mundo habla de una técnica, de un método, de un sistema», y ahora este hombre viene y dice: «No hay caminos, no hay técnicas para alcanzar la verdad». Así que ustedes se preguntan: «Bien, ¿quién tiene razón; la tiene este o la tiene aquel otro?». ¿Se ponen ustedes a discutir, a comparar, a juzgar o a escuchar esa afirmación sin saber si es verdadera o falsa? Porque, en realidad, ustedes no lo saben, ¿no es cierto? Diez personas, o un millón de personas, han dicho: «Hay una técnica», y ahora viene alguien y dice: «No existe técnica alguna». ¡Este hombre puede estar completamente equivocado!

Pero él explica lo que quiere decir. Una técnica implica práctica, tiempo, un proceso mecánico. Nuestras mentes ya son suficientemente mecánicas, y esto las hace todavía más. De modo que él explica todo eso, pero usted sigue diciendo: «Un millar de personas tienen técnicas». ¿Sopesa ambas cosas y dice: «Bien, prefiero esto a aquello»? ¿O recibe lo que él ha dicho con un objetivo y com-

pleto silencio, sin saber lo que es verdadero? Cuando ha escuchado con auténtico silencio, es decir, con completa atención, entonces descubre, tiene una percepción directa de lo que se está diciendo, y de esa manera eso ya es suyo, no mío. No sé si ven esto. Es decir, averiguar lo que es verdadero y lo que es falso, encontrar la verdad en lo falso. La mente ha de ser extraordinariamente abierta y vulnerable. ¿Nos comprendemos?



## Debemos encontrar la verdad a través del espejo de la relación

**K**RISHNAMURTI: Supongamos que ayer mi esposa me regañó, me amenazó, o estuvo alegre conmigo, me dio ánimos, etc.; a continuación el pensamiento se formó una imagen de ella, y ahora vivo con esa imagen, y ella a su vez con la imagen que tiene de mí. Así que me pregunto: ¿por qué hace esto el pensamiento? No conteste todavía, por favor, tómese un par de minutos para investigarlo. Solo lo podrá hacer si no tiene ideas previas del asunto, si no dice esto es así o aquello es de aquella manera, e inmediatamente se pone a hablar. Por lo tanto, tenemos que averiguar por qué funciona así el pensamiento; y vemos que lo hace porque encuentra seguridad en esa imagen. Yo me siento seguro con la imagen de mi esposa. Espere un momento, preste atención. Mi país: seguridad. Mi grupo: seguridad. La imagen que me he creado del grupo o de la nación, o la imagen que me he creado por medio de las doctrinas religiosas, ya sean de Cristo o de los dioses hindúes. Así es que el pensamiento crea esas imágenes porque encuentra seguridad en ellas. Si esa seguridad la encuentra en la neurosis, en creencias neuróticas o en alguna ilusa y bella imagen, el proceso sigue siendo el mismo. El pensamiento busca seguridad, necesita seguridad. ¿Por qué?

INTERLOCUTOR: A mí me parece que el pensamiento necesita mantenerse con su actividad. El pensamiento no es permanente y por eso busca seguridad.

K.: Sí, señor, avance un poco más, no se quede ahí. Usted ha dicho algo, investigúelo, siga. ¿Está usted seguro de lo que está diciendo? No teorice. A menos que esté hablando de hechos, todo lo demás carece de sentido.

L: Protección, seguridad y certidumbre.

K.: ¿Qué significa eso? Estar seguro, a salvo, todo eso significa que exige una seguridad completa, inviolable. ¡Espere un momento! ¿Por qué? ¿Por qué requiere eso el pensamiento? En el caso de mi esposa, por ejemplo, la posesión, es mía, etc. En eso hay una gran seguridad. Me he identificado con ella. Ha colmado mis deseos. Y ella hace lo mismo conmigo, es una explotación mutua, recíproca. Lamento utilizar una palabra tan desagradable, pero es un hecho. Así que me digo: el pensamiento busca seguridad, pero ¿hay seguridad en la imagen? Busco seguridad en mi esposa, o en mi novia, me he formado una imagen de ella; y en esa imagen encuentro seguridad. Pero es una imagen. ¿Comprende? Es una palabra, un recuerdo, algo tan frágil, pero me sigo aferrando a ella.

L: Señor, soy consciente del paso del tiempo y tengo miedo de que termine, por eso busco la permanencia en las imágenes que he creado.

K.: Buscamos la permanencia en todas las cosas. Por eso pregunto: ¿por qué la busca el pensamiento? Examine esto. Busco seguridad en los símbolos tradicionales, en la cruz, en ella busco seguridad. La cruz, toda su estructura y todo lo que hay tras ella, los rituales, los dogmas, en todo eso encuentro seguridad, ¿por qué? Por supuesto que sé, si

empleo la lógica, si soy consciente, que eso es un producto del pensamiento. Y, no obstante, el pensamiento se aferra a ello, ¿por qué?

I.: Por el condicionamiento.

K.: ¿Es eso parte de nuestro condicionamiento? ¿Parte de nuestro ser, que ha estado condicionado desde la niñez para creer en símbolos, en Rama, Krishna o Cristo? ¿Por qué? El pensamiento encuentra seguridad en eso; sin embargo, cuando profundizo en ello me digo: «Dios mío, no existe seguridad aquí, es simplemente una idea que ha concebido el pensamiento». Así pues, cuando el pensamiento se aferra a una imagen, se convierte en la misma esencia de la neurosis. Conozco el peligro y, no obstante, sigo afeerrado a la imagen. ¿Ve usted lo absurdo que es esto?

I.: Sí, lo veo.

K.: No, espere un momento, ¿Ve usted, realmente, lo absurdo que es?

I.: Sí, lo veo.

K.: Entonces, eso se acaba y ya no crea más imágenes. Pero aguarde. Si mi esposa me llama tonto, ¿la escucharé sin formarme una imagen? ¿O volverá de nuevo la vieja costumbre, el hábito, el condicionamiento, la respuesta de crear una imagen? ¿Me entiende? Ella me llama tonto, pero no se produce ninguna imagen ¿Es posible eso? O cuando me adula, que es lo mismo, pues es la otra cara de la moneda. ¿Quiere que investiguemos esto? Decíamos que mi esposa me llama tonto porque dije o hice algo que no le gustó. Como el pensamiento está condicionado, la respuesta inmediata es una imagen. Yo no soy tonto. Hay una imagen. Ahora bien, ¿puedo escucharla —por favor, averí-

güelo—, puedo escucharla sin que se produzca esa respuesta? Lo que no quiere decir que lo haga con indiferencia. ¿Puedo escucharla cuando me dice: «Cariño, eres maravilloso»? Pero eso no es más que otra imagen. ¿Puedo escucharla en ambos casos, cuando me llama idiota y cuando me dice que soy maravilloso, sin registrarlo, sin guardarlo? ¿Comprende mi pregunta? Es algo muy importante; piense en ello un poco. El mecanismo del cerebro está para registrar. Solo registrar. Y está tan condicionado, que registra «idiota» de forma inmediata. Y también lo registra cuando ella me dice lo «maravilloso» que soy. Ahora bien, ¿puede no producirse registro alguno cuando me llama idiota o me dice que soy maravilloso? Lo cual no quiere decir que yo me haya vuelto indiferente, intransigente o insensible. Puedo hacer simplemente eso —por favor, escuche—, puedo limitarme a no registrar, lo que solo es posible cuando presto total atención a lo que ella me dice. Tanto si me llama tonto como maravilloso, cuando presto una atención completa, no existe registro.

Hágalo, por favor, hágalo ahora, mientras está ahí sentado. Veamos, usted se ha formado una imagen de su mujer o de su novia o novio... bueno, de este chico o esta chica, de este hombre o esta mujer... ¡qué rutina! Vamos a seguir así hasta que nos muramos; esto es algo ridículo. Bien. Digo, pues, que el hacer imágenes es el proceso del pensamiento. El pensamiento genera la imagen y de ahí surge el conflicto. Veo el gran peligro que hay en el conflicto, ya sea entre India y Pakistán, o entre Rusia y Estados Unidos. Existe un enorme peligro, porque la gente se mata entre sí. Por tanto, pregunto: ¿es posible detener ese mecanismo de hacer imágenes? Sí, es posible. ¿Por qué produce el pensamiento esas imágenes? Porque en ellas encuentra seguridad, protección, aunque el mismo pensamiento sepa lo absurdo que es. Y cuando el pensamiento se aferra a algo que es irracional, surge la neurosis.

# Los seres humanos se han creado imágenes como muros de seguridad

**E**STAMOS investigando juntos el tema de la relación. El hombre no puede existir sin relación. La vida es relación y acción. Ambas son fundamentales para el hombre. ¿Qué relación tenemos con los demás? ¿Qué relación tiene usted con su esposa? ¿Y con su marido? ¿Qué relación tiene con su sacerdote budista, hinduista o cristiano? ¿Qué relaciones tiene usted?

Cuando lo examine detenidamente, comprobará que su relación está basada en imágenes; la imagen que se ha formado de Dios, de Buda, de su esposa, y la imagen que su esposa se ha formado de usted. Eso es un hecho, ¿no es verdad? Las imágenes en el matrimonio, que es la relación más íntima, se producen a diario; el hombre crea una imagen de su esposa, y la esposa crea una imagen de él; y la relación se establece entre esas dos imágenes. ¿Están ustedes de acuerdo con esto?

Las imágenes se forman mediante el contacto diario, el sexo, la irritación, la complacencia, etc. Cada uno elabora su propia imagen del otro, y tiene también una imagen de sí mismo. También tiene una imagen de Dios, de su divinidad religiosa, porque cuando usted crea una imagen, hay seguridad en tal imagen, aunque sea falsa, aunque sea irreal, aunque sea insensata. En la imagen que ha creado la mente hay seguridad. Cuando usted crea una imagen de su



esposa, o su esposa de usted, la imagen no es lo real. Pero resulta muy difícil vivir con lo real, es mucho más fácil vivir con la imagen.

Así que la relación se establece entre dos imágenes, por lo cual no existe relación en absoluto. Confío en que ustedes comprendan todo esto. Es un hecho. El cristiano venera una imagen. Esa imagen ha sido creada a lo largo de siglos por los sacerdotes, por el devoto que dice: necesito consuelo, seguridad, alguien que me cuide; estoy en un lío, confuso, inseguro, y en esa imagen encuentro seguridad. Nos hemos convertido en devotos de las imágenes, no en devotos de la verdad, no en devotos de la verdadera vida, sino en adoradores de imágenes, de la imagen nacional con su bandera, de la imagen que usted tiene del científico, o del gobierno, etc. Crear imágenes es uno de los fallos del ser humano. Ahora bien, ¿es posible no tener imagen de nada, sino vivir solamente con los hechos, es decir, con aquello que está sucediendo en realidad? ¿Comprenden?

¿Por qué crea imágenes la mente? La vida no es una imagen, sino, desgraciadamente, una lucha, un conflicto constante. El conflicto no es una imagen, es un hecho, es lo que está sucediendo. ¿Por qué crea imágenes la mente? El que les habla entiende por imágenes los símbolos, los conceptos, las conclusiones, los ideales. Todos ellos son imágenes; es decir, lo que yo debiera ser; yo no soy esto, pero me gustaría ser aquello. Eso es una imagen proyectada por la mente en el tiempo, proyectada en el futuro. Por tanto, es algo irreal. Lo que es real es lo que ahora está pasando por su mente. ¿Podemos continuar desde este punto?

Queremos saber por qué crea la mente una imagen. ¿Es debido a que en la imagen hay seguridad? Si tengo esposa, creo una imagen de ella. La misma palabra *esposa* ya constituye una imagen. Pero mi esposa es un ser viviente, cambiante, vital, una entidad humana. Para comprenderla se requiere mucha más atención, una mayor

energía; pero yo creo que si tengo una imagen de ella es mucho más fácil vivir con esa imagen.

En primer lugar, ¿no tiene usted una imagen de sí mismo? ¿De que usted es un gran hombre, o de que no lo es; de que usted es esto, o lo otro, etc.? Cuando usted vive con imágenes, está viviendo con ilusiones, no con la realidad. Ahora bien, ¿cuál es el mecanismo para generar imágenes? Todas las religiones respetables, organizadas, aceptadas, han tenido siempre algún tipo de imagen, y la humanidad, con ayuda de los sacerdotes, ha venerado siempre el símbolo, la idea, el concepto, etc. En esa veneración se encuentra consuelo, seguridad, protección, pero la imagen es la proyección del pensamiento, y para comprender la naturaleza y la realización de las imágenes se necesita comprender todo el proceso del pensamiento. ¿Podemos profundizar en esto? ¿Quieren acompañarme? ¡Bien!

¿Qué es pensar? Es lo que usted está haciendo durante todo el día. Sus ciudades han sido construidas por el pensamiento; sus armamentos están basados en el pensamiento. Los políticos, los líderes religiosos se basan en el pensamiento; todo cuanto hay en este mundo está basado en el pensamiento. Los poetas pueden escribir hermosos versos, pero el proceso del pensamiento continúa. Así que uno, si es serio y quiere profundizar en el tema, tiene que preguntarse, ¿qué es pensar? Ahora estamos pensando.

Decíamos que el hombre ha creado habitualmente imágenes, especialmente en el mundo religioso, que también tiene imágenes de sí mismo, y nos preguntamos por qué crea imágenes la mente. ¿Es debido a que en las imágenes hay seguridad, aunque sean falsas y carezcan de toda realidad? Aparentemente, el hombre busca seguridad en la ilusión. Así pues, para comprender el proceso de la creación de imágenes, que es común a toda la humanidad, uno tiene que profundizar en la naturaleza del pensar y del pensamiento. De todo pensamiento. El pensamiento no ha crea-

do la naturaleza. El tigre, el río, los maravillosos árboles, la selva y las montañas, las sombras, los valles y la belleza de la Tierra, todo eso no lo ha creado el hombre. Pero, con el pensamiento, el hombre ha creado la destructiva maquinaria de la guerra, y también un gran progreso médico y quirúrgico, la comunicación instantánea, etc. El pensamiento ha sido el responsable de una gran cantidad de bienes, y de una gran cantidad de males. Eso es un hecho. Pero el hombre que sea serio debe preguntarse si el pensamiento es capaz de reducir cualquiera de los problemas que tenemos. Por lo tanto, ¿es usted lo suficientemente serio como para averiguar por sí mismo lo que es el pensar?

El pensar es la respuesta de la memoria, almacenada en el cerebro como conocimiento. El conocimiento procede de la experiencia. La humanidad ha tenido miles de experiencias, de las cuales ha acumulado una gran cantidad de conocimiento, parte de él real y parte ilusorio o neurótico. Cuando a uno le hacen una pregunta, ese recuerdo reacciona como pensamiento. Esto es un hecho. Hemos discutido este tema con muchos científicos; unos están de acuerdo, y otros no. Pero usted puede averiguarlo por sí mismo: es decir, usted tiene una experiencia, esa experiencia se almacena en la memoria como conocimiento, y ese conocimiento recordado proyecta el pensamiento. ¿Está esto claro? No me den la razón, por favor. Examínenlo ustedes mismos. Observen en su interior. Si uno no tiene experiencias, ni conocimientos, ni recuerdos, no puede pensar. Así pues, por la experiencia tenemos conocimientos, los cuales están almacenados en la memoria; recibimos un estímulo, surge la correspondiente reacción de esa memoria, que es pensamiento, y luego vivimos basándonos en ese pensamiento.

Pero el conocimiento siempre es limitado. No existe un conocimiento completo sobre nada. Esto es un hecho. Por consiguiente, el pensamiento siempre es limitado, por muy hermoso que pueda ser, ya que el pensamiento puede

erigir una catedral, una estatua maravillosa, un gran poema, una gran epopeya, etc. Pero el pensamiento nacido del conocimiento tiene que ser limitado siempre, porque el conocimiento siempre es incompleto, el conocimiento está siempre a la sombra de la ignorancia. Por lo tanto, el pensamiento ha creado estas imágenes, ha creado la imagen entre usted y su esposa, ha creado la idea de la nacionalidad con su tecnología que está destruyendo el mundo, etc.

Ahora nos preguntamos: ¿es posible vivir la vida diaria sin una sola imagen? El pensamiento tiene que funcionar si usted quiere ir de aquí a su casa. Uno debe tener el conocimiento de dónde se encuentra su casa, la ruta que ha de emprender, etc. Tiene que existir ese conocimiento porque, de lo contrario, uno estaría completamente perdido. El conocimiento es necesario para hablar una lengua, para que quien les habla lo haga en inglés, etc. Pero, ¿es necesario crear imágenes? ¿Comprenden mi pregunta? ¿Podemos vivir sin una sola imagen? Eso significa vivir sin ninguna creencia, lo cual no quiere decir que uno lleve una vida caótica, sino sin ninguna creencia, sin un ideal, sin ningún concepto, pues todos ellos son proyecciones del pensamiento y, por lo tanto, limitados. Esto suscita la pregunta: ¿qué es la acción? Porque la acción que se basa en el pensamiento siempre es incompleta. De nuevo uno tiene que preguntarse: ¿existe alguna acción que sea correcta en cualquier circunstancia? Este es un tema muy serio.



## La carga de estas imágenes domina el pensamiento, las relaciones y la vida diaria

**K**RISHNAMURTI: Veo, ante todo, que la mente es perezosa y que le gusta hacer las cosas por rutina, la cual es creencia, opinión, conclusión. Digamos que he tenido ocasión de hablar con distintas personas que se han formado una opinión sobre alguien, y uno no puede hacerles que la modifiquen; les muestra los hechos, la lógica, la verdad, pero no hay nada que hacer, porque la opinión que se han formado es la correcta. ¿No se ha encontrado alguna vez con ese tipo de personas? Cristo existe, y se acabó; Marx tiene razón, y se acabó; el Libro Rojo es maravilloso, y se acabó. Ahora bien, ¿por qué actúa así la mente? Porque encuentra en el Libro Rojo, en Marx o en Jesús una completa seguridad, lo que significa una completa pereza, el no tener que pensar más, y tiene miedo de averiguar algo más, porque averiguar más significa alterar «lo que es», su conclusión, su imagen. Por tanto, observo que al cerebro le gusta vivir en la seguridad, en las abstracciones, que entonces se convierten en algo más importante que los hechos. Me he formado una opinión sobre usted, verdadera o equivocadamente, y esa opinión es una conclusión. Para cambiarla y decir: «Vaya, estaba equivocado, eres diferente», se necesita un poco más de pensamiento, un poco de energía; es decir, no me gusta equivocarme, prefiero que te equivoques tú.

Así que el cerebro dice: «Quiero seguridad, y mi seguridad está en la creencia, en la conclusión, y no la molestes». ¿De acuerdo? Entonces, al haber encontrado una creencia e imaginarse que se ha encontrado la seguridad se vuelve perezoso y no quiere que se le moleste. Observe su propia mente, no la mía; yo no he pasado por todo ese lío.

INTERLOCUTOR: Me parece que cuando uno observa algo —digamos, una montaña con toda su gloria— se recibe una impresión. ¿Puede decirnos usted qué clase de impresión es? Eso no nos deja necesariamente una imagen.

K.: Claro, una impresión. Tengo una impresión de las montañas, tengo una impresión de usted, aunque no lo conozco, tengo una impresión, un sentimiento vago, usted me ha impresionado, usted ha dejado una marca agradable, o desagradable, en mí. La próxima vez que lo encuentre, esa impresión se fortalecerá, y diré: «Vaya, es un tipo agradable», o no es un tipo agradable; y entonces, a partir de ahí, en la tercera vez, se establece la imagen. Obsérvelo, por favor. El cerebro prefiere vivir en la abstracción, en la que encuentra seguridad, y aunque sea muy molesta, es la única seguridad que posee.

Así pues, el cerebro necesita seguridad y, por eso, la imagen se convierte en lo más importante. He llegado a la conclusión de que no hay vida después de la muerte, o de que la hay, lo cual me proporciona un gran consuelo; así que no hablemos más del asunto. Vivo con esa creencia que me brinda una enorme seguridad, y sin que me importe que sea neurótica, real o ilusoria. De modo que he descubierto que una imagen de usted, o de lo que sea, proporciona seguridad a la mente, al cerebro, el cual, por consiguiente, se aferra a ella. Eso es lo que les pasa a todos ustedes.

I.: ¿No debíamos averiguar si existe la seguridad, o si es simplemente otro concepto más?

K.: Estoy llegando a eso. Como ya he dicho, el cerebro necesita seguridad, de otro modo usted no podría vivir adecuadamente. Como a un niño al que se le proporciona total seguridad: es feliz y aprende más rápidamente. Y cuando la familia se rompe, cuando el padre y la madre se pelean, el pobre niño se siente perdido, neurótico, y se vuelve violento, empieza a disparar y matar gente. Ustedes ya han visto todo esto. Así pues, ¿encontramos seguridad en una imagen? Investiguémoslo, veámoslo, no hablemos de una buena imagen o de una mala imagen. ¿Tienen ustedes imágenes, conclusiones, en las que hallan seguridad?

I.: Una seguridad temporal. Si uno se encuentra separado de un ser querido, tiene una imagen.

K.: Sí... una seguridad temporal cuando usted se halla separada de su ser querido; cuando quiere a alguien que se encuentra en América y usted está aquí, se siente separada, tiene una imagen de él y, temporalmente, esa imagen le sirve de consuelo. ¡Pero él en América puede andar detrás de otra chica!

I.: Señor, toda la ciencia se basa en imágenes, y eso es natural.

K.: Vamos a verlo de la manera más sencilla, porque es bastante complejo. ¿Tiene usted una imagen por la cual el cerebro, su mente, sus sentimientos se encuentren interesados y, por lo tanto, se afeiten a ella y no quieran soltarla? Como consecuencia, su mente se ha vuelto perezosa. Entonces usted se dice: «¿Cómo haré para detener esta formación de imágenes? ¿Cómo voy a dejar de sacar conclusiones en todo momento, y tener siempre una mente completamente libre, que pueda verlo todo de forma nueva: el árbol, usted, todo nuevo, puro, libre?». Yo he visto cómo forja las imágenes la maquinaria del pensamiento.



¿Lo ha visto usted? ¿Lo ha visto realmente? ¿Ha observado usted, ha tenido usted una percepción total de lo que es crear imágenes? cuando usted tiene esa percepción, ya no crea ninguna imagen, porque la percepción total es seguridad. ¿Lo ve?

L: ¿Es la memoria la que nos hace conscientes de la imagen?

K.: No; desde la primera vez que lo veo tengo una impresión, grata o ingrata, de usted. Esa impresión puede ser muy ligera, como una huella débil hecha en la arena; pero a la siguiente vez que lo vea esa huella ya tiene un poco más de forma. Y la tercera vez ya es sólida. Esa impresión se ha vuelto más fuerte por mi contacto con usted, pero si no hubiera tenido impresión alguna, tendría que verlo cada vez de nuevo, lo observaría, lo escucharía, lo experimentaría como algo nuevo cada vez... lo cual es mucho más molesto que decir simplemente: «Ya tengo una imagen de usted; usted es esto; se acabó». El establecimiento de esa imagen me proporciona seguridad, y ya no necesito saber nada más de usted.

¿Ha comprendido hasta aquí? Comprendido, lo que quiere decir que usted ha tenido una percepción total, y que, por ello, se ha desprendido de su pereza y de su imagen. ¿Lo ha hecho? Si no lo ha hecho, ¿por qué? ¿Qué es lo que no marcha? Usted ha gastado dinero y energía para venir hasta aquí, para sentarse en esta calurosa tienda, y usted se va a marchar hoy con sus imágenes intactas. ¿Qué sentido tiene eso? ¿Por qué sigue adelante cuando ve por sí mismo la estupidez, la falta de seguridad de las cosas en las que ha puesto su fe? Mire, si usted tiene valores bursátiles, ¿acaso no los vende cuando ve que hay peligro en el mercado? ¿Acaso no compra algo que sea mucho más seguro? ¿Por qué no hace aquí lo mismo... aunque esto no sea un mercado de valores?

I.: Señor, si abandono mis creencias, mis imágenes, ahora que ya las he visto, no me quedará nada. Y tengo miedo de no tener nada.

K.: Veo que si abandono mis imágenes, mis conclusiones, de mi pereza, no me queda nada, y eso me asusta. ¿Por qué las abandona? ¿Porque alguien le ha dicho que lo haga? ¿O las abandona porque ha tenido una percepción directa, porque lo ha comprendido y, por tanto, esa comprensión es su seguridad? Entonces no tendrá miedo. Una vez que usted tenga la clave de la observación, lo cual es la percepción directa, la capacidad de mirar, de comprender inteligentemente, entonces esa inteligencia será seguridad. Pero como usted es perezoso, no la tiene.

Así pues, observación significa no-abstracción. Solo hay observación, no observador, el cual es una abstracción. El observador es una abstracción, una idea, una conclusión, es el pasado, y a través de los ojos del pasado usted ve los árboles, las montañas, a su esposa, a sus hijos, etcétera, eso es parte de su pereza. Ahora bien, ver eso, tener una percepción directa, ser consciente de esta extraordinaria estructura de la ilusión —que es una abstracción—, esa observación en sí misma es seguridad total. ¿Lo ha entendido?

¿Puede usted salir de este lugar, esta mañana, feliz, libre de todas las imágenes y, por consiguiente, poseyendo solamente esta luz de la percepción directa? ¿Puede?

Una señora ha señalado que las montañas y los árboles, los ríos y las verdes praderas son diferentes del hombre y de la mayoría de la gente. Pero ¿qué relación tengo con la mayoría? ¿Qué relación tengo con toda esa agitada humanidad, con todos sus sufrimientos, etcétera? ¿Es la pereza la que me impide averiguar mi relación con ellos? ¿Es mi indiferencia? ¿O es que, por el contrario, al hacerme esa pregunta he activado mi energía para poder averiguar? No me mire a mí, ¿qué dice usted? La señora dice

que es fácil hablar de las colinas, de los árboles, de las montañas y de las flores, pero que cuando nos referimos a las relaciones humanas, ya sea con una persona o con muchas, la vida se vuelve muy difícil. Es difícil, como ya dijimos, porque no tenemos relaciones con nada... solo tenemos relaciones en la abstracción y, por lo tanto, vivimos en las abstracciones —la mayoría, el «yo», la conclusión, la imagen—, vivimos en las abstracciones. ¿Se da usted cuenta de lo que significa eso? ¡No vivimos en absoluto, sino con imágenes, con conclusiones que carecen de valor!

L: Señor, ¿cómo podemos librarnos de todo eso?

K.: Ya se lo he explicado. Mire, vamos a verlo con un sencillo ejemplo. Cuando usted observa un peligro físico, reacciona, ¿no es verdad? ¿Por qué? Cuando ve un peligro, reacciona inmediatamente porque está condicionado para el peligro, ya sea un animal salvaje, un autobús o alguien que trata de golpearlo, y usted reacciona inmediatamente. O sea, usted reacciona al instante de acuerdo con su condicionamiento. Y ahora usted está condicionado psicológica, mental e intelectualmente en las células del cerebro; está condicionado para vivir con especulaciones, con conceptos, con fórmulas. Está condicionado para eso, y no ve el peligro que reviste. Si viera ese peligro como ve el peligro que representa un animal salvaje, lo abandonaría al instante. Pero usted se dice: «No veo el peligro, así que no puedo abandonarlo. ¿Cómo me va a ayudar usted para que vea el peligro que tiene?». Oiga, ¿es usted quien hace el trabajo, o soy yo? Creo que soy yo quien lo está haciendo, y usted se limita a escuchar, no trabaja.

Usted dice: «Dígame ahora cómo he de disolver esas imágenes». O sea, que usted no utiliza su energía para averiguarlo. Eso quiere decir que se muestra perezoso, y que solo desea que se lo digan. Más tarde puede que diga: «Bien, estoy de acuerdo, o no estoy de acuerdo, eso no es

práctico». Usted se lo toma como un juego. Pero si dice: «Mire, quiero averiguarlo», porque ve la veracidad de eso —que no puede vivir con imágenes porque son destructivas, peligrosas—, entonces la cosa es distinta. Pero para verlo, usted ha de poner su energía, ha de trabajar; no es algo que le tenga que decir otra persona. Yo ya se lo he dicho, pero usted no pone empeño en este asunto.

Una mente, un cerebro, que es viejo, que está condicionado, que siempre vive en el pasado o proyectando el futuro desde el pasado, no puede enfrentarse con algo que está vivo, porque eso implica que usted tiene que prestar atención, interesarse, observar. Por eso la mente dice: «No, por favor, yo soy perezoso, prefiero vivir con mis imágenes; quiero estar a gusto». Eso es todo lo que usted quiere. Pero para encontrar la verdad tiene que vivir una vida extraordinaria, sin más seguridad que la que proporciona la inteligencia conseguida por la percepción directa. Entonces usted también podrá ser un técnico de primera clase, porque no proyectará su imagen en el trabajo técnico que esté haciendo. Y entonces tendrá una relación maravillosa con los demás.



# Liberación de ser un esclavo del pasado

**A**NTE todo, ¿cuál es el sentido de estas charlas? El que usted considere al que habla como una autoridad de la que va a aprender, lo cual no es su intención de ningún modo, en ningún momento ni a ningún nivel; o el de que nos reunamos para hablar sobre ciertas cosas de forma amistosa, sacando lo que hay en nuestro interior, porque de esta manera se nos ofrece una oportunidad de descubrir, darnos cuenta y avanzar. Esa es la intención de estas charlas, no la de que quien les habla establezca una ley, un dogma, una autoridad, una creencia, un camino. Pero, más bien, al hablar juntos estamos escuchándonos a nosotros mismos, no a otra persona, y al escucharnos nos damos cuenta de muchas cosas y vemos la dimensión y el significado de todas nuestras palabras. Al menos esa es la intención.

Si consideramos estos diálogos simplemente como una batalla intelectual, verbal, de opiniones, entonces me temo que tendrán muy poco valor. Lo que nos interesa, al ver el sufrimiento y la confusión que existe en nosotros y en el mundo, la incesante lucha que hay entre los hombres, es averiguar si existe otra forma de vivir, no solo en ciertos sectores económicos y sociales. ¿Puede uno vivir una vida completamente diferente en todos los ámbitos? Para eso nos reunimos. Aprender es escuchar, no solamente al

que habla, sino también a ese río cercano. Escucharlo mientras estamos hablando, escuchar al niño que grita, escuchar nuestros propios pensamientos, nuestros propios sentimientos, de modo que uno se familiarice completamente con ellos. Familiarizarse es comprender; y para comprender es necesario querer escuchar, no solamente sus opiniones, porque usted ya conoce muy bien cuáles son sus opiniones. Sus opiniones son sus prejuicios, sus gustos, las condiciones en las que usted ha sido educado. Uno tiene también que escuchar, si puede, todas las repercusiones de las influencias externas y la reacción que tiene ante ellas; y, con ese escuchar y ver, uno aprende. Esa es también la intención de estas charlas.

Han preguntado si es posible meditar durante todo el día, sin limitarse a hacer una meditación sobre algún desgastado tema durante diez minutos, o una hora o dos, sino mantener esa meditación todo el día, y que con esa meditación lleguemos a comprender la naturaleza del morir, y lo que significa vivir renovadamente.

También han preguntado si es posible poner fin a todos los traumas, impulsos y compulsiones conscientes o inconscientes. De momento, limitémonos a estas cuestiones. Luego, al hablar sobre meditación, quizá incluyamos la forma de morir a todo para que la mente se renueve y comprenda también los compulsivos deseos que tiene el ser humano.

La palabra *meditación* debe usarse con mucha cautela, con mucha precaución, porque en el mundo occidental—qué pena dividir el mundo en Oriente y Occidente—*meditación* tiene muy poco significado. Occidente se encuentra más familiarizado con la palabra *contemplación*. Yo creo que contemplación y meditación son dos cosas diferentes. En Oriente, la meditación es algo que se practica día tras día, según cierto método y modelo establecidos por alguna autoridad, antigua o moderna; y al seguir ese modelo, se aprende a dominar y a controlar el pensamiento, tras-

cendiéndolo. Tal es, por lo general, el sentido que implica esa palabra, pero Occidente no está tan familiarizado con ese significado.

Dejemos, de momento, a un lado a Oriente y a Occidente y tratemos de averiguar no cómo meditar, sino la cualidad de la mente despierta, atenta, apasionada, sin traumas, sin represiones ni complacencias, que no se está controlando todo el tiempo, que es libre y que, por ello, nunca vive influida por el ayer. Eso es lo que vamos a considerar. Hemos de empezar por comprender bien esto desde el principio, porque el primer paso importa mucho más que el último. La libertad no está al final, sino al principio, y esto constituye una de las cosas más difíciles de comprender. Sin libertad no hay movimiento sino dentro de un campo muy restringido, y esa restricción se basa en la imagen o idea del placer organizado.

No estoy estableciendo una ley o diciéndole a usted lo que debe o no debe hacer, o con lo que debe estar de acuerdo o no, sino que hemos de ver la idea, el principio, la imagen de la que parte todo pensamiento, de la que proceden todas nuestras reacciones. Sin comprender esto no se puede tener libertad para trascender las actuales limitaciones de la mente, o las limitaciones de la sociedad o de la cultura en la que se nos ha educado. Así pues, si me permiten la sugerencia, al escuchar, cada uno de ustedes tiene una doble tarea: no solo escuchar al que les habla sino también escucharse a sí mismo.

Todos queremos tener experiencias más grandes y más profundas, experiencias que sean más intensas, más vivas, no repetitivas; y por tanto las buscamos con las drogas, la meditación, las visiones o haciéndonos mucho más sensibles. Las drogas le ayudan a uno, de momento, a hacerse extraordinariamente sensible. Todo el organismo se aviva. Los nervios y todo el ser se liberan de la insignificancia de la existencia diaria, y eso proporciona una gran intensidad. En ese estado de intensidad puede suceder que no haya ex-



perimentador ni experiencia, solo la cosa en sí. Al observar una flor, solo existe la flor; no existe el observador que observa la flor. Esos diferentes tipos de droga proporcionan al cuerpo, a todo el organismo y, por tanto, al cerebro, una sensibilidad extraordinaria. En ese estado, si uno es poeta, artista, esto o lo otro, tiene una experiencia de acuerdo con su temperamento.

Por raro que parezca, yo no he tomado nunca ninguna droga, porque para mí cualquier forma de estimulante —cualquier forma, incluyendo el que ustedes se vean estimulados por quien les habla—, ya sea la bebida, el sexo, las drogas, el ir a misa y conseguir un cierto estado de tensión emocional, es profundamente perjudicial, porque cualquier tipo de estimulante, por minúsculo que sea, entorpece la mente, ya que se hace dependiente de ese estimulante. El estimulante establece un cierto hábito y embota la mente.

La mayoría de nosotros no utilizamos drogas, pero queremos tener experiencias más grandes y más profundas, así es que nos ponemos a meditar. Confiamos en que con la meditación, controlando el pensamiento, aprendiendo, penetrando en un peculiar estado emocional, psicológico o místico, teniendo visiones y experiencias, alcanzaremos un estado extraordinario. Si uno utiliza la meditación como un medio para conseguir algo, entonces la meditación se vuelve otra droga, crea un hábito y, en consecuencia, destruye la sutileza, la sensibilidad, la cualidad de una mente libre.

A la mayoría de nosotros nos gusta seguir un sistema, y hay tantos sistemas en Asia que han sido traídos, no sé por qué, a Occidente. Todos quedan atrapados en estos sistemas. Con sus mantras y todo eso. La repetición constante de palabras en latín, en sánscrito, o en cualquier otra lengua, acalla la mente, pero también la embota y atonta. Una mente pequeña y limitada que repite una plegaria cristiana sigue siendo una pequeña y limitada mente. Pue-

de repetirla diez millones de veces al día; seguirá siendo una mente limitada, superficial y estúpida.

La meditación es algo completamente diferente. A fin de comprenderlo, es necesario abandonar las drogas y rechazar todos los métodos, incluso la repetición de palabras para alcanzar esos estados característicos de silencio, que en realidad no son más que un embotamiento. También hemos de abandonar cualquier tipo de deseo de nuevas experiencias. Esto resulta muy difícil, porque la mayoría de nosotros estamos tan saturados del horror, de la brutalidad, de la violencia y de la desesperación de la vida que queremos algo más. Estamos anhelando nuevas experiencias, ya sean externas, como el ir a misa, ya sean internas, más profundas. Pero uno debe acabar con todo eso. Solo entonces habrá libertad. La forma de dejar esas cosas es de gran importancia. Yo puedo dejar de desear esto o aquello porque es ridículo, pero interiormente puedo seguir deseando tener experiencias.

Quizá no quiera ver a Cristo o a Buda, o a esta o aquella persona, eso es algo evidentemente ridículo, porque es una proyección de nuestro propio pasado. Tal vez lo rechace por su lógica y racionalidad. Pero interiormente deseo tener mi propia experiencia, y que no esté contaminada por el pasado. Pero todas las experiencias, todas las visiones que deseo están contaminadas por el pasado.

Tengo que comprender la profundidad, la amplitud, la trascendencia, la cualidad del pasado; y al comprenderlo muero a él, la mente muere a él. La mente es el pasado; la estructura completa del cerebro, con todas sus asociaciones, es el resultado del pasado. Se ha formado con el tiempo, dos millones de años, y uno no puede eliminar todo eso con un simple gesto. Hay que comprenderla según van surgiendo las reacciones. Dado que la mayoría de nosotros todavía tenemos mucho de animalidad, hemos de comprender todo eso; y para comprenderlo uno tiene que estar muy atento. Estar atento es observarlo, escucharlo, no condenarlo o justificarlo.

Al darse cuenta de lo externo y de lo interno, y dejarse llevar por esa observación del movimiento exterior, cual marea que sube y baja, dejándose llevar, la mente empieza a descubrir sus propias reacciones, respuestas, exigencias y compulsiones. Para comprender esas exigencias, esos deseos y respuestas, no se deben condenar. Si lo hace, entonces es que no entiende. Es como castigar a un niño, porque esa es la forma más fácil de ocuparse de él. Condenamos y creemos que hemos comprendido, pero no es así.

Hemos de descubrir por qué condenamos. ¿Por qué lo hace usted? ¿Por qué racionaliza? ¿Por qué justifica? La condena, la justificación, la racionalización son formas de evadir el hecho. El hecho está ahí, es lo que es, está ahí. ¿Por qué racionalizarlo? ¿Por qué condenarlo? ¿Por qué justificarlo? Cuando actúo así, estoy malgastando energía. Por lo tanto, para comprender el hecho, hay que vivir con él de una manera total, sin ninguna separación entre la mente y el hecho, porque el hecho es la mente.

Uno rechaza las drogas y el deseo de vivir experiencias, porque comprende que cuando quiere evadirse de este mundo, violento y monstruoso, hacia algo extraordinario, tales experiencias no son más que evasiones del hecho. Puesto que la mente y el cerebro son los resultados del pasado, uno tiene que comprender tanto el pasado consciente como el inconsciente, y eso se puede hacer inmediatamente, sin tener que necesitar tiempo, meses, años, acudiendo al analista o analizándose a sí mismo. Uno puede comprenderlo todo de forma inmediata, de un vistazo, si sabe observar. Vamos, pues, a averiguar cómo hay que observar. No se puede observar si existe algún sentimiento de condena o de justificación de lo que uno ve. Esto tiene que quedar completamente claro. Para comprender a un niño, usted no puede castigarlo, condenarlo; debe observarlo, observarlo mientras juega, llora, ríe o duerme. Lo más importante no es el niño, sino cómo lo observa usted. No estamos considerando ahora un método

para observar. Estamos tratando de entender si es posible que de una mirada —no con la visión externa, no solo con sus ojos, sino con una mirada interna— comprendamos toda la estructura y nos liberemos de ella. Eso es lo que entendemos por meditación... nada más.

La mente ha llegado a este punto porque ha rechazado las drogas, las experiencias, la autoridad, el seguimiento, la repetición de palabras, el control, el forzarse a sí misma para ir en una dirección. Mira, observa, estudia, investiga y no dice esto está bien o está mal. ¿Qué ha sucedido? Ahora, de forma natural, la mente se ha vuelto alerta y sensible, no con las drogas o cualquier otro tipo de estimulantes. Se ha vuelto extraordinariamente sensible.

Examinemos la palabra *sensible*. ¿Quieren hacer preguntas? ¿Están escuchando al que les habla, o se escuchan a sí mismos a medida que se van diciendo las cosas?

INTERLOCUTOR: Mientras usted habla, no puedo verme.

KRISHNAMURTI: ¿Cuándo se ve a sí mismo? ¿Se ve usted siempre tal como es, no aquí, sino cuando sale de este lugar? ¿Ve usted siempre las poses, las peculiaridades, las presunciones, las vanidades, la necesidad de impresionar, lo que es usted?

Estamos tratando de ver ahora lo que quiere decir *sensibilidad*. Esto es de suma importancia: la sensibilidad del cuerpo, del organismo, del cerebro, una sensibilidad total. La esencia de la sensibilidad es ser vulnerable interiormente, en el sentido de no ofrecer ninguna resistencia, de no tener imágenes, ni fórmulas, ni decir «este es el plan que me trazo», y reaccionar según ese plan. Eso es una resistencia, simplemente. Una mente así, un estado de defensa interior así, de resistencia, de aceptación, de obediencia, de seguir a una autoridad, hace insensible a la mente. Y el miedo de cualquier clase —algo de lo más difícil de liberarse— hace a la mente invulnerable, la embota

y la hace insensible. Tampoco hay sensibilidad cuando uno persigue la fama, cuando es dogmático, violento, cuando está en una posición de autoridad y emplea mal esa autoridad siendo grosero, vulgar, tiránico. Todo eso, evidentemente, hace insensible a la mente, a todo el ser. Solo una mente vulnerable es capaz de afecto, de amor... no una mente que es celosa, posesiva, dominante. Así que ahora ya comprendemos más o menos, sin entrar en demasiados detalles, lo que significa la sensibilidad. Encontrarse en ese estado es otra cosa, no es limitarse a estar de acuerdo intelectualmente o preguntarse: «¿Cómo voy a hacer para llegar a ese estado en el que sea completamente vulnerable y, por lo tanto, completamente sensible?». No se puede llegar a él mediante triquiñuelas; se llega de forma natural, agradable, fácil, sin esfuerzo, si se ha comprendido todo lo dicho anteriormente sobre las drogas, la experiencia, la ambición, la codicia y la envidia.

Solamente hay sensibilidad cuando hay libertad. La libertad presupone libertad en sí misma, no la liberación de algo. Tras haber comprendido el pasado, ahora estamos considerando cómo, mediante una sola mirada, uno se libera de toda la estructura. Para mirar, para observar, para ser instantáneamente consciente de toda la estructura, tiene que haber sensibilidad. Esa sensibilidad es imposible si existe cualquier tipo de imagen sobre uno mismo o sobre lo que uno debiera ser, pues esa imagen se basa en el placer. La mente que busca el placer, en cualquiera de sus formas, está invitando al sufrimiento.

La mente que es sensible —en el sentido en que estamos utilizando el término, no solamente neurológica y biológicamente, sino totalmente vulnerable interiormente, sin ninguna resistencia— tiene una fuerza, una vitalidad y una energía extraordinarias, porque no está luchando contra la vida, ni aceptándola ni rechazándola. Cuando uno comprende todo este fenómeno, cuando uno lo ha examinado a fondo, entonces una sola mirada es suficiente para

destruir toda la estructura. Todo este proceso es meditación. Al comprender la meditación, uno tiene que comprender el control y la identificación. El control del pensamiento implica resistencia a cualquier otra forma de pensamiento. Quiero pensar en una cosa, pero mi pensamiento vaga como una hoja que va sin rumbo. Me concentro, controlo, hago un esfuerzo tremendo para alejar todo pensamiento, excepto aquel en concreto. Ese único pensamiento está basado en un placer supremo. La concentración implica exclusión, limitación, centrarse en una cosa y mantener el resto en el olvido. Pero cuando uno comprende lo que significa estar atento, con el cuerpo, los nervios, los ojos, los oídos, el cerebro, el ser completo y total (...) estar atento a nuestras opiniones, pensamientos, palabras... entonces, en esa atención hay una concentración que no es exclusión. Puedo trabajar en lo que sea sin excluir nada, puedo dedicarle mi atención, puedo observarlo.

También se debe comprender la identificación. Un niño está absorto en un juguete. El juguete es más fascinante que ninguna otra cosa, y el niño se encuentra completamente sumido en esa fascinación; no hace ningún ruido, deja de ser travieso y desobediente, y de corretear como un loco por todas partes. El juguete se ha convertido en algo que absorbe su mente, su cuerpo, todo él. El juguete lo ha absorbido. Y nosotros también, al igual que el niño, queremos ser absorbidos por una idea, por nuestras imágenes, o por las imágenes que nos han ofrecido, tales como Buda o Jesucristo. Cuando la mente se halla absorbida, ya sea por la bebida, por una imagen hecha a mano o concebida por la mente, no hay sensibilidad y, por eso, no hay amor.

La mente que es libre es realmente una mente vacía. Solo conocemos el vacío como un espacio en el que hay un objeto. Solo conocemos este vacío aquí en esta carpa, porque hay una estructura exterior a ella, y a eso llamamos vacío. No conocemos el espacio —no estamos hablando

del que hay entre la Tierra y Marte— sin un objeto y, por consiguiente, no sabemos lo que es el vacío. Una mente que no está completamente vacía, sin objetivos, nunca es libre. Se puede entender intelectualmente que todo deseo, toda relación, toda acción tiene lugar dentro del espacio creado por el objeto, o por el centro, o por la imagen. En ese espacio nunca hay libertad. Es como una cabra que está atada a una estaca y que solo puede moverse según la longitud de la cuerda.

Para comprender la naturaleza de la libertad, uno debe comprender la naturaleza del vacío y del espacio. Todo eso es meditación. Solo cuando la mente se encuentre completamente vacía y no haya un centro que cree espacio, o sea, exista espacio, estará la mente en completo silencio. Entonces, la mente se encontrará en una extraordinaria calma; y solamente en esa calma —que solo puede ocurrir en el vacío que es espacio sin el objeto— toda la energía, toda, aparecerá sin movimiento.

Cuando la energía ya no se disipa, y surge sin movimiento alguno, tiene que haber acción. Cuando una olla a presión está hirviendo, si carece de válvula de escape, tiene que explotar. Solo cuando la mente se halla completamente en calma, no con la calma del embotamiento, sino con una enorme vitalidad y energía, se produce un acontecimiento, una explosión que es creación. Escribir un libro, escribir un poema, hacerse famoso, no es creación. El mundo está lleno de libros. Creo que se producen cuatro mil libros, o más, cada semana. La expresión de la propia personalidad de ninguna manera es creación, y una mente que no se encuentre en ese estado de creación es una mente muerta. Uno debe empezar, si se quiere entender la meditación, desde el principio mismo, y el principio es el conocimiento de uno mismo. Este conocimiento es el principio de la sabiduría, y el final del sufrimiento es el principio de una nueva vida.

# El pensamiento siempre es limitado

¿ POR qué es el pensamiento tan perseverante? Se >> ¿Por que muestra muy inquieto, exasperantemente insistente. Se haga lo que se haga, está siempre activo, como un mono, y su misma actividad resulta agotadora. No se puede escapar de él, nos persigue incansablemente. Tratamos de suprimirlo y pocos segundos después vuelve a aparecer. Nunca está en silencio, nunca en reposo; siempre está buscando, siempre analizando, siempre torturándose. Esté uno dormido o despierto, el pensamiento es un continuo remolino, y parece no tener paz ni descanso.»

¿Podrá estar el pensamiento alguna vez en paz? Él puede pensar en la paz e intentar ser pacífico, forzándose a estar en calma, pero ¿puede el pensamiento en sí mismo estar tranquilo? ¿No es acaso el pensamiento inquieto por su misma naturaleza? ¿No es el pensamiento la constante respuesta al constante reto? El reto no puede cesar, porque cada momento de la vida es un reto; y si no hay atención a cada reto se produce el decaimiento, la muerte. Reto y respuesta es el camino de la vida. La respuesta puede ser adecuada o inadecuada; y es la inadecuación de la respuesta al reto lo que provoca el pensamiento, con su inquietud. El reto exige acción, no verbalización. La verbalización es pensamiento. La palabra, el símbolo, retardan la acción; y la idea es la palabra, como el recuerdo es la palabra. No



existe recuerdo sin el símbolo, sin la palabra. El recuerdo es palabra, pensamiento, pero ¿puede el pensamiento ser la auténtica respuesta al reto? ¿Es el reto una idea? El reto siempre es nuevo, fresco. ¿Puede el pensamiento, la idea, ser nuevo alguna vez? Cuando el pensamiento se topa con el reto, que siempre es nuevo, ¿no es esa respuesta el resultado de lo viejo, del pasado?

Cuando lo viejo se topa con lo nuevo, el encuentro es inevitablemente incompleto; y esta cualidad de incompleto es el pensamiento en su inquieta búsqueda de lo completo. Pero ¿puede el pensamiento, la idea, ser completos alguna vez? El pensamiento, la idea, es la respuesta del recuerdo, y el recuerdo siempre es incompleto. La experiencia es la respuesta al reto. Esta respuesta se halla condicionada por el pasado, por el recuerdo; una respuesta así solo fortalece el condicionamiento. La experiencia no libera, fortalece la creencia, el recuerdo; y es ese recuerdo el que responde al reto. Por lo tanto, la experiencia es el condicionante.

«Pero ¿qué papel desempeña el pensamiento?»

¿Quiere decir usted qué papel desempeña el pensamiento en la acción? ¿Tiene la idea alguna función en la acción? La idea se convierte en un factor de la acción a fin de modificarla, de controlarla, de modelarla; pero la idea no es acción. La idea, la creencia, es una salvaguarda contra la acción; desempeña un papel de controladora, modificando y modelando la acción. La idea es el modelo de la acción.

«¿Puede haber acción sin el modelo?»

No, si se buscan resultados. La acción encaminada a una meta determinada no es acción en absoluto, sino conformidad con una creencia, con una idea. Si uno busca conformidad, entonces la idea, el pensamiento, desempeña su papel. La función del pensamiento es crear un modelo para la pretendida acción y, por consiguiente, destruirla. La mayoría de nosotros estamos interesados en destruir la acción, y una idea, una creencia, un dogma, ayudan a des-

tuirla. La acción implica inseguridad, vulnerabilidad hacia lo desconocido; y el pensamiento, la creencia, que es lo conocido, constituye una eficaz barrera para lo desconocido. El pensamiento nunca puede penetrar en lo desconocido; tiene que cesar, para que aparezca lo desconocido. La acción de lo desconocido está más allá de la acción del pensamiento; y el pensamiento, sabedor de esto, se aferra consciente o inconscientemente a lo conocido. Lo conocido siempre responde de forma inadecuada a lo desconocido, al reto; y de esta respuesta inadecuada surge el conflicto, la confusión y el sufrimiento. Solo cuando cesa lo conocido, la idea, puede producirse la acción de lo desconocido, que es inconmensurable.



# El contenido de nuestra conciencia lo integra toda nuestra existencia

**D**ESDE tiempo inmemorial, el hombre ha intentado resolver el problema de vivir una vida completa y poder vivirla sin ninguna fricción. Es cierto que la fricción produce cierto tipo de actividad, pero tal actividad produce mucho daño y, para vivir una vida sin fricción, uno tiene que investigar muy a fondo todo el problema de la conciencia, lo cual incluye a la mente, a toda la estructura de nuestro pensamiento, de nuestra vida intelectual, moral, espiritual y orgánica. Así pues, debemos profundizar en esta cuestión: ¿qué es esa conciencia en la que se producen todas las actividades del pensamiento? La actividad del pensamiento, con todas sus dificultades, con todas sus complejidades, con sus recuerdos, sus proyecciones hacia el futuro, se encuentra dentro del campo de la conciencia, ¿no es cierto? Esta conciencia es el «yo». Vean que estoy utilizando palabras corrientes y no una nueva jerga que tengan ustedes que aprender.

Si la totalidad de la conciencia es el resultado de la fragmentación, esa conciencia no podrá darse cuenta de lo que significa ser íntegro. Si mi mente, que es la base de la conciencia, está fragmentada, entonces carecerá de sentido que queramos contemplar el mundo como una totalidad. ¿Cómo puede observar una conciencia fragmentada la vida como un movimiento total y no fragmentario? Por

eso es importante investigar la naturaleza de la conciencia. Ser consciente, darse cuenta, percibir la fragmentación... y cuando la percibimos, ¿acaso no la está viendo uno de los varios fragmentos? Cuando se produce tal percepción, sigue siendo fragmentaria, y eso es lo que está sucediendo todo el tiempo en nuestra conciencia.

Ahora bien, ¿cómo podemos pedir a esa mente que observe la vida, en la cual el amor, la muerte, los medios de vida, la investigación de si existe o no Dios, son solo fragmentos? ¿Puede la mente observar todo eso sin que haya fragmentación? Así pues, repito que es importante preguntarse qué es la conciencia. La conciencia existe solo en función de su contenido. Su contenido forma la conciencia. Mi conciencia está constituida por mi condicionamiento como hindú, como brahmán, nacido en la India con sus tradiciones, supersticiones, creencias, dogmas, divisiones, con todos sus dioses, y con la reciente adquisición de un nuevo veneno llamado nacionalismo, etc. El residuo consciente e inconsciente del pasado, la herencia racial y las experiencias recientes, las resistencias y sacrificios, los temperamentos, la actividad de las exigencias personales, todo eso es el contenido de mi conciencia, como lo es el de la suya. Ese contenido constituye nuestra conciencia. Sin él la conciencia no existe.

Por favor, es muy importante comprender esto, porque cuando examinemos el tema de lo que es la muerte y lo que es el amor, debemos haber comprendido esto, de otro modo carecerá de sentido. Cuando uno muere, el contenido de las células cerebrales que han almacenado toda la memoria, la cual constituye la conciencia, desaparece, con todos los recuerdos, experiencias y conocimientos. Entonces, ¿qué le sucede a la conciencia, el «yo» que ha vivido en este mundo, luchando, esforzándose, lleno de dolor, de ansiedad y de un sufrimiento infinito?

La mente necesita comprender la naturaleza y estructura de la conciencia, es decir, lo que uno es, lo cual es su

conciencia. Esa conciencia, con su contenido, constituye la totalidad de lo que se llama el «yo», el ego, la persona, la estructura psicológica de su temperamento, su idiosincrasia, su condicionamiento. Uno tiene que entender esto muy bien, no de forma verbal, aunque tengamos que utilizar palabras. La comunión entre dos personas se da solo cuando existe una relación en la que ambos se encuentran, al mismo tiempo, profunda e intensamente involucrados en el problema. Entonces no solo hay una comunicación verbal, sino también no verbal. Y eso es lo que debemos hacer ahora aquí.

Así pues, la mente ve que el contenido total de mi existencia, mi observación, mi conflicto, se encuentra dentro de este dominio del tiempo, del pensamiento, de los recuerdos, la experiencia y el conocimiento, todo lo cual forma parte del campo de la conciencia. Es decir, que todas las imágenes religiosas, la propaganda de dos mil años de sacerdotes —o de tres mil o cinco mil años en Oriente—, la lectura de su literatura, etc., le hacen creer a uno en algo, y todo eso está dentro de este campo de la conciencia que es tiempo y pensamiento. Como hemos dicho, el contenido constituye la conciencia. Sin él, la conciencia no existe. Y al estar fragmentado el contenido, uno de los fragmentos observa a los otros y trata de controlarlos o dirigirlos. Eso es lo que hacemos en todo momento. Un fragmento se llama a sí mismo virtuoso, noble, religioso, científico, moderno, lo que sea, tratando de dirigir, de dominar, de suprimir otros fragmentos dentro del dominio del tiempo, el cual constituye nuestra conciencia. ¿Entienden?

Por lo tanto, mi problema es —y también es su problema—, nuestro problema es: ¿cómo puede la mente observar de forma no fragmentaria, observar la vida como un movimiento total? Lo que quiere decir, ¿puede la mente estar libre del contenido de la conciencia?

Veamos esto de otra manera. ¿Qué es el amor? ¿Es placer el amor? ¿Es deseo el amor? ¿Es el amor la busque-

da de un placer que gozamos ayer y que deseamos volver a tener, ya sea sexual o de otro tipo? ¿Es eso amor? ¿Es el amor miedo, celos, ansiedad, apego? Eso es lo que consideramos amor, ¿no es cierto? ¿No? ¿No consideramos que eso es amor?

(La audiencia responde: ¡No!)

¿Nos avergonzamos? Pues esto es lo que llamamos amor, en el cual hay apego, dependencia, el espíritu de apego que proviene de la soledad, de las propias deficiencias, de no ser capaz de estar solo y, por eso, tener que buscarse ayuda o depender de alguien. Dependemos del lechero, del empleado de ferrocarril, del policía, pero no estoy hablando de ese tipo de dependencias, sino de la dependencia psicológica con todos sus problemas, los problemas de la imagen en la relación, la imagen que la mente ha elaborado del otro, el apego a esa imagen y el rechazo de una imagen y la creación de otra. A todo eso le llamamos amor. Y los sacerdotes han inventado otra cosa: el amor a Dios; porque es mucho más fácil amar a Dios, a una idea, a un símbolo, a una imagen, creada por la mente o con las manos, que averiguar lo que es el amor en una relación.

Así pues, ¿qué es el amor? Es parte de nuestra conciencia. Eso que llamamos amor en el que hay un «yo» y un «tú». El yo apegado al tú, poseyéndolo, dominándolo; o el tú apegado al yo, poseyéndolo, dominándolo. Alguien satisface mis exigencias físicas, sexuales, y yo satisfago sus exigencias económicas, etc. A todo eso es a lo que llamamos amor; es parte de nuestra conciencia. ¿Es eso amor? El amor romántico, el amor físico, el amor a nuestro país, por el cual estamos dispuestos a matar a otros, a mutilarnos, a destruirnos. ¿Es eso amor? Evidentemente el amor no es sentimentalismo, sensiblería ni la acepción empalagosa del conocido «Yo te amo a ti y tú a mí». Tampoco lo es hablar sobre la belleza del amor y de las personas.

¿Es el amor producto del pensamiento? Y así es, tal como lo conocemos, porque tú me has dado placer, física-

mente, sexualmente, psicológicamente, y yo te amo porque no puedo vivir sin ti, y tengo que poseerte legalmente, moralmente, tienes que ser mía. Y si apartas tu mirada de mí estoy perdido, me vuelvo ansioso, celoso, furioso, amargado, lleno de odio. Y a eso lo llamamos amor. ¿Qué podemos hacer? ¿Sentarnos, simplemente, a escuchar? Ya lo hemos hecho durante siglos, quedarnos sentados escuchando, o leer algo sobre el amor, o escuchar a algún sacerdote habiéndonos del tema y dándonos mil explicaciones. ¿Es eso amor? ¿Puede la mente, esa mente que es la conciencia fragmentada y su contenido, puede la mente apartarse de todas esas cosas? ¿Puede poner fin a todo eso: la dependencia, la búsqueda de placer? ¿Es capaz de permanecer sola y comprender lo que significa estar sola, y no evadirse ni huir de la soledad? ¿Puede observar eso la mente, observarlo no de una manera verbal, sino real, de forma que el mismo acto de observar acabe con todo?

¿Puede, entonces, la mente observar el contenido de la conciencia sin el proceso del tiempo? ¿Comprenden? Decíamos que el tiempo era, por supuesto, pensamiento. Tanto si ese pensamiento era el resultado de los recuerdos, de la experiencia, del conocimiento —evidentemente lo es—, como si ese pensamiento se proyectaba en algún tipo de fantasía, de ilusión, de alguna imagen futura, seguiría siendo parte del tiempo. Por lo tanto, ¿puede la mente observar eso que llamamos amor, tal y como es y no como debiera ser, lo cual también se encuentra en el terreno de lo que se conoce como amor? ¿Puede haber observación sin la actividad del pensamiento que es tiempo? Esa observación exige una inmensa atención, pues de otro modo sería imposible.

Veamos esto también desde otro punto de vista. La muerte nos llega a todos, al joven, al viejo y al de mediana edad. Es inevitable, ya sea producida por un accidente, la edad, o alguna enfermedad, quizá con malestar, dolor y congoja, mientras los médicos le dan a uno medicinas para



intentar mantenerlo indefinidamente vivo... no sé con qué propósito. La muerte está ahí. La muerte que es el fin del cerebro con todo su almacenamiento de recuerdos, experiencias y conocimientos; de ese cerebro que ha buscado seguridad y cobijo en el «yo», que es una serie de símbolos, de ideas, de palabras; que ha buscado seguridad en alguna acción neurótica y se cree a salvo en ella; que ha buscado seguridad en una creencia, en ser cristiano, en creer en Dios o en el Salvador; o bien como comunista, etc., que ha buscado seguridad en una creencia, en una ideología que es origen de toda clase de actividades neuróticas. Ese cerebro con toda su conciencia muere, llega al final.

El hombre ha tenido miedo de eso. Los cristianos buscan consuelo en la idea de la resurrección, y los hindúes y los budistas en una vida futura. Vida futura, ¿de qué? La resurrección, la vida futura, ¿qué es eso? Esta conciencia con todo su contenido ha muerto, y queda esa esperanza, ese deseo de encontrar consuelo en una vida futura... lo cual sigue estando dentro de este campo de la conciencia. ¿Entienden todo esto? No sé por qué pongo tanta pasión en esto, pero es mi vida. Mientras esté vivo sé que he de morir, lo he racionalizado, lo he observado, he visto cómo se llevan los cuerpos de los muertos, he visto cómo los entierran o los queman, y todo eso ha generado una imagen. Todo eso lo he visto suceder a mi alrededor y tengo miedo, y por eso necesito buscar consuelo, seguridad, alguna clase de esperanza... y eso se mantiene todavía en el campo de mi conciencia, de la conciencia que vive.

¿Qué sucede cuando, debido a un accidente, a una enfermedad o a la vejez, el cerebro deja de existir? La mente se da perfecta cuenta de que la conciencia es su contenido, de que no existe conciencia cuando no hay contenido. Y cuando el cerebro muere, evidentemente muere también el contenido. El «yo», que ha sido generado por el pensamiento; el «yo», que es la imagen que el pensamiento ha creado basándose en el entorno, en el miedo, en el placer,

en la casualidad, en diversas formas de estímulos y demandas, ese «yo» es el contenido, y ese contenido es mi conciencia. Esa conciencia —toda la actividad de la memoria, del conocimiento y de la experiencia— deja de existir con la muerte. Yo puedo razonarlo, consolarme con esa racionalización o con alguna ideología, creencia, dogma o superstición; pero eso no es real, nada tiene que ver con la realidad, tanto si todas las religiones proclaman que existe, como si no; eso nada tiene que ver con la realidad porque es un mero rumor, una simple opinión de alguien. La mente tiene que averiguarlo por sí misma. Entonces, la mente, que vive día tras día unas relaciones normales, ¿puede vivir sin el contenido que ha creado la conciencia, que es esencialmente el «yo» y su actividad? ¿Y qué es lo que pasa cuando la mente, el cerebro, el organismo deja realmente, no teórica sino realmente, de existir? Este ha sido siempre el problema del hombre, que ha acumulado tanto, que ha adquirido tantos conocimientos, tanta información sobre tantas cosas, y que, al final de todo, solo se encuentra con eso que llamamos muerte. Y como no ha podido resolverlo —al menos no ha sido capaz de resolverlo hasta ahora— se ampara en imágenes de consuelo, en especulaciones y creencias. Y si uno vive con todas esas cosas, la conciencia las incluirá en su propio contenido, que se convierte en una corriente en la que el hombre queda atrapado; pero eso es un tema diferente en el que no vamos a entrar, porque requiere otra investigación.

Por tanto, ¿qué sucede cuando el cerebro, que ahora mismo, hoy, esta mañana, estaba vivo, cesa realmente, pone fin a sus recuerdos, a sus imágenes, a sus conclusiones? Es decir, al contenido total de su conciencia. ¿Puede mi cerebro, mi conciencia, que es el «yo», con todo su contenido, puede todo eso finalizar, mientras estoy vivo, no dentro de diez años y debido a una enfermedad, sino ahora, mientras estoy vivo? ¿Puede esa mente, esa conciencia, vaciarse de su contenido, y por tanto del «yo»?

¿Comprenden todo esto? ¿Es posible eso? Cuando, después de haber hablado aquí, me levanto y me voy a mi aposento, necesito el conocimiento de donde está ese aposento, de otro modo no sería posible en absoluto vivir. Eso está claro.

Así pues, el conocimiento, que está basado en la experiencia y en la memoria —de donde parte todo el pensamiento, y que por eso jamás es libre ni es nuevo—, ese conocimiento tiene que existir. Es parte de la conciencia, ¿no? ¿Ven todo esto? Montar en bicicleta, conducir un coche, hablar distintos idiomas, todo ese conocimiento tiene que existir, y también forma parte de la conciencia. Pero ese conocimiento lo utiliza el «yo» como un movimiento separador, lo emplea para su propio consuelo psicológico y para su poder, para su posición, prestigio, etcétera. Así que me pregunto si esa conciencia, con todo su contenido, en forma de proceso psicológico, de «yo», puede finalizar ahora, de modo que la mente sea consciente de lo que significa la muerte, y vea lo que sucede.

Cuando usted muera realmente —espero que eso no le suceda pronto—, cuando usted muera, es eso lo que va a suceder, ¿no? Su corazón dejará de latir y, por consiguiente, de enviar sangre al cerebro, el cual solo puede sobrevivir dos o tres minutos, o lo que sea, sin sangre renovada, por lo que dejará de existir. Y las células cerebrales que contienen toda su actividad pasada, toda su conciencia, sus deseos, sus recuerdos, sus heridas, sus ansiedades, todo cuanto está allí también dejará de tener vida. Ahora bien, ¿puede ponerse fin a todo eso ahora, hoy, mientras está vivo? Si es así, ¿qué sucede? La pregunta puede resultar innecesaria, o dirigirse a una mente que nunca se la ha formulado, y que simplemente tiene miedo de que le llegue el fin. Pero una mente sin miedo, una mente que no se entrega a la búsqueda de placeres —lo que no quiere decir que no pueda disfrutar de la belleza de la luz del sol, del movimiento de las hojas, de la figura de una rama, o de mirar

esta o aquella belleza, que constituyen un auténtico deleite—, ¿puede esa mente observar la totalidad del «yo» con su contenido y ponerle fin?

Entonces, ¿es eso la inmortalidad? Generalmente, lo mortal se transforma en lo inmortal. Lo mortal muere, y la inmortalidad es una idea de lo mortal que es el contenido de la conciencia. Así que el hombre ha buscado la inmortalidad en sus libros, en sus poemas, en sus cuadros, en la expresión de sus deseos y en la plena realización de los mismos. Ha buscado la inmortalidad en su familia, en su nombre. Todo eso sigue siendo parte de esta conciencia con su contenido en el tiempo, y no de la mente intemporal que comprende la inmortalidad. Así pues, ¿qué le sucede a una mente, a un ser cuyo contenido de la conciencia muere mientras está vivo? Háganse seriamente esa pregunta, tómense tiempo para meditarla, para investigarla, y no se limiten a buscar una respuesta rápida, superficial o disparatada.

Uno siempre ha observado como un observador diferente de lo observado. El observador es parte de la conciencia, integrada por su contenido, el cual observa a otra parte de la conciencia; por lo tanto, hay una división entre el observador y lo observado. Pero el observador se halla dentro del campo de esa conciencia. Cuando se ve que el observador es lo observado, lo cual es un hecho, el contenido de la conciencia en la que no existe un observador, ¿es diferente de lo observado? Es muy importante preguntarse esto y averiguarlo. El observador es el contenido de la conciencia y se separa de lo observado, que también es parte de esa misma conciencia. Por lo tanto, la división es irreal, es artificial, y cuando uno ve que el observador es lo observado, la mente pone definitivamente fin a todo conflicto.

Vamos a enfocar la cuestión de forma sencilla. Toda relación se basa en la imagen que uno se ha formado del otro, y que el otro se ha formado de uno. Y esas dos imá-

genes tienen relaciones; y esas imágenes son el resultado de muchos años de recuerdos, de experiencias, de conocimientos que uno se ha ido formando del otro, y el otro se ha ido formando de uno. Eso es parte de la conciencia. ¿Y cuál es la relación cuando no existe ninguna imagen entre uno y el otro, y el otro tampoco las tiene de uno? ¿Se da uno cuenta de que tiene una imagen del otro a la que está fatalmente apegado, aferrado? ¿Se da uno cuenta de esto? ¿Es consciente de ello? Y si uno es consciente de ello, ¿no ve que su relación con el otro, o la del otro con uno, se basan en esas imágenes? ¿Pueden finalizar esas imágenes?

Entonces, ¿qué es la relación? Si la imagen ha finalizado, esa imagen que es el contenido de la conciencia, lo que constituye la conciencia, las diversas imágenes que usted tiene de sí mismo, de todo, cuando tales imágenes desaparecen, ¿cuál será la relación entre el uno y el otro? ¿Habrá entonces un observador distinto de lo observado? ¿O se tratará de un flujo de amor total en la relación? El amor fluye en la relación en la que no está el observador.

Así pues, la mente —aquí utilizamos la palabra *mente* para incluir en ella al cerebro, al organismo físico, a la totalidad—, esa mente ha vivido dentro del campo de la fragmentación, el cual constituye la conciencia, y sin ese contenido el observador no existe; y cuando no hay observador, la relación ya no está dentro del campo del tiempo, el cual se produce cuando existe la imagen que uno tiene del otro, y la que el otro tiene de uno. ¿Puede esa imagen desaparecer mientras uno vive su vida diaria? Si esa imagen no desaparece, no habrá amor. Será un fragmento frente a otro fragmento. Ahora que ustedes han oído esto, no saquen conclusiones, vean si es verdad... pero no pueden limitarse a verla de forma verbal. Pueden escuchar el significado de las palabras, pero deben ver su trascendencia, comprenderlo de una manera total e instantánea, ver su veracidad, ver realmente «lo que es».

# La percepción que uno tiene de la vida está determinada por los conceptos ya establecidos en su mente

**A**CEPTAMOS eslóganes, clichés, teorías gastadas, o bien nos inventamos otras nuevas teorías, otros nuevos sistemas, pero siempre dentro del campo de la conciencia que el hombre ha aceptado durante siglos. Esa conciencia es su contenido, y sin ese contenido no hay conciencia, como ya vimos. Por favor, no olviden que estamos investigando juntos estos problemas. Así que ustedes deben participar, compartir, verse inmersos en la investigación. No se limiten a escuchar a quien les habla, a aceptar o rechazar lo que les dice, sino que juntos en camaradería, en cooperación, tratemos de averiguar cómo es el mundo que nos rodea y nuestro mundo interior... ver si hay una relación entre lo interno y lo externo. ¿O son los dos uno solo e indivisible? Eso es lo que nos interesa, por lo que nos hemos de entregar totalmente a su comprensión, y por eso no debemos admitir que se nos dirija, sino que hemos de investigar juntos, de modo que no haya ninguna autoridad, que no haya ningún líder. Para poder investigar hemos de estar muy interesados, no hacerlo simplemente un día y olvidarse el resto. Debemos mantener el interés día tras día, mes tras mes, año tras año, toda la vida... porque esta es nuestra vida.

¿Dónde encontraremos, pues, la respuesta lógica, sana, saludable, a todos los problemas? No solo a los problemas externos a nosotros, las guerras, la violencia, los políticos

mentirosos, los preparativos para la guerra mientras se habla de paz —ya saben ustedes lo que está pasando a nuestro alrededor, algo espantoso, diabólico, terrible—, sino también los problemas de nuestra relación con todo eso. Tenemos que averiguar qué papel desempeñamos en todo eso, cuál es nuestra responsabilidad. Ser responsable significa responder adecuada o completamente a lo que suceda, y para responder de esa manera hemos de ser sumamente serios a lo largo de toda nuestra vida. Por eso es por lo que, si ustedes van a compartir lo que dice quien les habla, tienen que escuchar, tienen que averiguar. Averiguar no solamente lo que dice el que les habla, sino también averiguar la respuesta apropiada por sí mismos. Para averiguar, han de dejar a un lado sus prejuicios, sus nacionalismos, sus creencias, experiencias, conocimientos, esperanzas, todo. Y eso exige una enorme seriedad.

Creo que la mayoría de nosotros no nos damos cuenta de lo que está sucediendo en el mundo. Leemos los periódicos, vemos la televisión, acudimos a conferencias de tipo político o religioso, pero todo lo que recibimos son explicaciones superficiales. Si uno puede ir más allá de todo eso, si puede dejarlo a un lado y observar con todo detalle, podrá ver cómo el hombre se está deteriorando, se está degenerando. Esta degeneración tiene lugar cuando se depende completamente de lo externo, es decir, cuando la materia, lo material, se ha convertido en lo más importante. Cuando uno observa todo esto, las divergencias de opinión, las ideologías, los sistemas políticos de derecha, de izquierda o de centro, en el que todo el mundo habla de organizar, o trata de reformar las instituciones o el gobierno, comprende que todo eso no son más que acciones en el campo del tiempo, del pensamiento y de la materia.

Estoy empleando palabras que son muy sencillas, no una jerga especial o términos que tengan un significado sutil u oculto, sino palabras tal como aparecen en el diccionario. Para comunicarnos hemos de utilizar un lenguaje

claro y sencillo, y en esa comunicación debemos buscar no solamente el significado de las palabras, sino también el que se encuentra tras ellas. Solamente entonces habrá comunicación entre quien les habla y ustedes. Pero si ustedes se dejan atrapar simplemente por las palabras y por su significado semántico, entonces se perderán lo que hay tras ellas. El comunicarse requiere mucha dedicación por ambas partes, mucha atención y seriedad.

Cuando uno ve lo que está sucediendo, cuando observa a los políticos, a los religiosos, a las distintas sectas y confesiones, uno se da cuenta de que lo único que les preocupa es el funcionamiento del pensamiento. El pensamiento ha creado este mundo, el mundo de la política, de la economía, de los negocios, de la moralidad social y de toda la estructura religiosa —ya sea en la India, aquí o en cualquier parte—, todo está basado en el pensamiento, ya sea pensamiento judío, musulmán, cristiano o hindú; todo es esencialmente el funcionamiento del pensamiento como materia.

Cuando uno medita, sigue estando atrapado dentro de las pautas de ese pensamiento, sigue estando dentro de ese campo de la conciencia que ha formado el pensamiento, y cuando uno trata de hallar respuestas de tipo político, sigue estando dentro de ese campo. Todos nuestros problemas, todos nuestros deseos por encontrar respuestas a estos problemas, se hallan dentro de esa conciencia. Si usted ha hablado con algún político serio, habrá visto, como lo vio quien les habla, en la India, en América, aquí, en cualquier parte, que todos están tratando de encontrar una respuesta, una filosofía política, una reforma de las instituciones dentro del campo creado por el pensamiento.

Así que el pensamiento está intentando encontrar una respuesta a lo que él mismo ha creado; una respuesta al caos que ha generado en nuestras relaciones personales, en las relaciones con la comunidad o con el gobierno. Desgraciadamente, la política desempeña un papel muy im-



portante en nuestro condicionamiento social, moral y medioambiental, y los políticos —si de verdad son serios— también intentan encontrar una respuesta a estos problemas dentro del campo del pensamiento o mediante la actividad de este. Eso es lo que pasa, no me lo estoy inventando, no se trata de lo que piense yo, sino que es un hecho. El pensamiento ha separado al mundo en americanos, comunistas, socialistas, alemanes, suizos, hindúes, budistas y todas las demás divisiones religiosas.

Entonces, ¿existe una respuesta a todos estos problemas mediante la utilización del pensamiento? Incluso su meditación, su dios, su Cristo, su Buda, etcétera, son creaciones del pensamiento; de un pensamiento que es materia, que solo puede operar dentro del dominio del tiempo. Pero si el pensamiento no puede ofrecer respuesta a todos estos problemas, entonces ¿qué lo hará? Eso es lo que vamos a investigar.

Creemos que a través del pensamiento, de la voluntad, de la ambición, del esfuerzo y de la acometividad podremos resolver todos esos problemas, los problemas de la relación personal entre usted y el otro, y los problemas religiosos por medio de la introducción de religiones «nuevas» basadas en viejas tradiciones que, muertas ya en la India, se han traído aquí o a América por gurúes que también están empapados de tradición.

¿Qué es la conciencia? ¿Cuál es la función del pensamiento? El pensamiento ha creado todo cuanto se halla a nuestro alrededor, el campo de la tecnología con todos sus conocimientos científicos y la cultura en que vivimos; nuestro pensamiento ha creado la cultura cristiana, la cultura occidental o la cultura oriental; todo eso ha sido creado por el pensamiento, con sus dioses y salvadores. Dios no nos creó a su imagen, somos nosotros quienes hemos creado a Dios a nuestra imagen, y cuando buscamos esa imagen, creada por el pensamiento, a eso lo llamamos actividad religiosa.

Cuando uno dice que es consciente de algo, quiere decir que se da cuenta lo mejor posible de cuanto sucede a su alrededor y, además, de lo que sucede dentro de su conciencia. La investigación del contenido de la conciencia implica también lo que se encuentra más allá, si es que hay algo más allá de la denominada conciencia. Todas las meditaciones están en esa área, todas las búsquedas de placer, el miedo, la codicia, la envidia, la brutalidad, la violencia se hallan dentro de ese ámbito, y el pensamiento siempre está intentando por todos los medios ir más allá, proclamar lo inefable, lo innombrable, lo incognoscible, etc.

El contenido de la conciencia es conciencia. La conciencia de ustedes, o la de cualquiera, es su contenido. Si se ha nacido en la India, entonces todas las tradiciones, supersticiones, esperanzas, miedos, sufrimientos, ansiedades, violencia, exigencias sexuales, agresiones, creencias, dogmas y credos de aquel país serán el contenido de esa conciencia; sin embargo, el contenido de la conciencia es extraordinariamente similar, tanto si uno nació en Oriente como en Occidente.

Considere, observe su propia conciencia, si le es posible. Usted se ha educado en una cultura religiosa cristiana creyendo en salvadores, rituales, credos y dogmas, por un lado, y, por otro, aceptando la guerra, la inmoralidad social, el nacionalismo y sus correspondientes divisiones y, por lo tanto, restringiendo la expansión económica y la consideración de los demás. Su infelicidad personal, sus ambiciones, miedos, codicias, agresividad, exigencias, soledad, sufrimiento, falta de relación con los demás, aislamiento, frustración, confusión, desgracia, todo eso es conciencia, ya pertenezca usted a Oriente o a Occidente. Con variaciones, con alegrías, con más conocimientos o con menos conocimientos, todo eso forma el contenido de su conciencia.

Sin ese contenido no existe la conciencia tal como la conocemos. Toda la educación de las escuelas, de los colé-

gios, de las universidades se basa en adquirir más conocimientos, más información, pero actuando siempre dentro de este campo. Cualquier reforma política basada en una nueva filosofía, aunque se aleje del marxismo o de cualquier otra filosofía conocida, seguirá siendo una invención que también se encontrará en este campo. Así que el hombre continúa sufriendo, siendo desdichado, quedándose solo, temiendo la muerte y la vida, esperando la llegada de algún gran líder que le saque de su desgracia... esperando a un nuevo salvador, a un nuevo político. En esta confusión nos comportamos muy irresponsablemente porque, debido a nuestro propio desorden, estamos creando tiranos, esperando que ellos establezcan el orden en estos medios. Esto es lo que sucede fuera y dentro de nosotros.

Por lo tanto, ¿qué debemos hacer? No lo que hagan los políticos, porque ellos están tan confusos y son tan desdichados, ambiciosos y envidiosos como nosotros mismos. Cualquier líder que escojamos será como nosotros; no podremos escoger a uno que sea completamente distinto a nosotros. Así pues, esta es la verdadera descripción de nuestra vida: conflicto dentro y fuera, lucha, oposición de unos contra otros y un egoísmo atroz... ya conocemos todo el panorama.

Lo primero que le incumbe a uno, si es verdaderamente serio —y uno ha de ser serio cuando existe tanto sufrimiento en el mundo—, es averiguar por sí mismo, mediante una investigación cuidadosa, sin prisas, paciente y tentativa, si existe alguna forma de resolver todos estos problemas que no sea mediante el pensamiento. ¿Hay alguna acción que no se encuentre basada en el pensamiento? ¿Existe una inteligencia que no sea la actividad o el resultado del pensamiento, que no la haya formado el pensamiento, que no se realice mediante artimañas, mediante fricciones y luchas, sino algo que sea completamente diferente? Eso es lo que quiero comunicar. Por lo tanto, uno ha de escuchar no a lo que dice quien les habla, sino a

la misma acción de escuchar. ¿Cómo escuchamos? ¿Escuchamos realmente alguna vez? ¿Escucha uno libremente, o lo hace siempre mediante las astutas actividades del pensamiento, con sus interpretaciones y prejuicios? Uno tiene que escuchar, si es libre, al contenido de la propia conciencia. Escuchar, no solamente a lo que se halla en la superficie, lo cual es bastante sencillo, sino a las capas más profundas. Eso significa escuchar a la totalidad de la conciencia.

De lo dicho surge la siguiente cuestión: ¿cómo escucha uno y observa a la propia conciencia? Quien les habla nació en un país en el que, como brahmán, uno absorbía todos los prejuicios, irracionalidades y supersticiones, creencias y diferencias de clase; la joven mente lo absorbía todo, la tradición, los rituales, la increíble ortodoxia y la tremenda disciplina que el grupo se imponía a sí mismo. Luego uno se fue a vivir a Occidente y de nuevo absorbió todo lo que allí había. El contenido de su conciencia es lo que han puesto en ella, lo que él ha aprendido, lo que son sus pensamientos, el pensamiento que reconoce sus propias emociones, etc. Ese es el contenido y la conciencia de esta persona, de cualquier persona. En ese campo tiene todos los problemas —ya sean políticos, religiosos, personales o comunes—, todos los problemas están ahí, y al no ser capaz de resolverlos por sí mismo, consulta los libros, pregunta a los demás: «Por favor, díganme lo que he de hacer, cómo he de meditar, cómo he de llevar la relación personal con mi mujer, con mi novia o con quien sea, o entre mis padres y yo; si debo creer en Jesús o en el Buda, o en el nuevo gurú que llega con una buena dosis de sandeces»; y sigue buscando una nueva filosofía de la vida, de la política, etc., todo dentro de este campo. El hombre se ha comportado así desde tiempos inmemoriales.

No hay respuesta dentro de este campo. Ustedes pueden meditar durante horas, sentados en determinada postura, respirando de una manera especial, pero seguirán es-

tando en este campo, porque buscan algo en la meditación. No sé si ven todo esto.

Por consiguiente, tenemos este contenido de la conciencia, el pensamiento tradicional, torpe, necio, que reconoce todas sus emociones —pues de otro modo no serían emociones—, un pensamiento que siempre está actuando, que es la respuesta de la memoria, del conocimiento y de la experiencia. Ahora bien, ¿puede observar esto la mente? ¿Puede observar uno la actividad del pensamiento? Y, cuando uno observa, ¿quién es el observador que está observando el contenido? ¿Es diferente del contenido? Realmente, esta es una cuestión muy importante para preguntársela y para encontrarle una respuesta. ¿Es el observador diferente del contenido y, por lo tanto, capaz de cambiar, de alterar y de ir más allá del contenido? ¿O es que el observador es lo mismo que el contenido?

Lo primero que hay que hacer es observar. Si el observador —el «yo», el «ego» que observa— es diferente de lo observado, entonces habrá una división entre el observador y lo observado y, por tanto, surgirá el conflicto. No debo hacer esto, debo hacer aquello; he de liberarme de mis prejuicios particulares y adoptar unos nuevos prejuicios; he de liberarme de mis viejos dioses y adoptar otros nuevos. Así pues, cuando hay división entre el observador y lo observado, tiene que producirse el conflicto. Eso es un principio, es una ley. Así, ¿observo el contenido de mi conciencia como si yo fuera alguien ajeno a ella que está observando su interior, alterando sus partes y cambiándolas de un sitio para otro? ¿O soy yo, el observador, el pensador, el experimentador, el mismo que ese pensamiento que está siendo observado, experimentado, visto?

Si observo el contenido de mi conciencia como alguien de fuera que está observando, entonces debe haber conflicto entre lo que es observado y el observador. ¿Qué sucede cuando oigo decir a alguien que cuando existe división entre el observador y lo observado hay conflicto?

Debe haber conflicto en esa división, y en ese conflicto hemos vivido, el «yo» y el «no yo», el «nosotros» y el «ellos». Si «yo», el observador, soy diferente de la ira, trato de controlarla, de suprimirla, de dominarla, de superarla, etc., y se suscitará el conflicto. Pero ¿es el observador diferente de lo observado, o es esencialmente lo mismo? Si es lo mismo, entonces no habrá conflicto, ¿no es cierto? La comprensión de esto es inteligencia. Entonces actúa la inteligencia y no hay conflicto.

Sería una gran pena que usted no comprendiese esto que es tan sencillo. El hombre ha vivido sumido en el conflicto y quiere la paz, pero nunca podrá haber paz por medio de los conflictos. Por mucho armamento que uno tenga en contra del armamento igualmente poderoso del adversario, nunca habrá paz. Solamente habrá paz cuando actúe la inteligencia, esa inteligencia que se produce cuando uno comprende que no existe división entre el observador y lo observado. La percepción de este hecho, esa misma verdad, trae esta inteligencia. ¿Lo han captado? Esto es algo muy serio, porque entonces ustedes verán que no tienen nacionalidad —pueden tener un pasaporte, pero no tendrán nacionalidad—, no tienen dioses, no existe autoridad, ni exterior ni interior. La única autoridad que hay entonces es la inteligencia, pero no la inteligencia astuta del pensamiento, que es simple conocimiento actuando dentro de cierto campo, eso no es inteligencia.

Así pues, eso es lo primero que debemos entender cuando uno observa su conciencia: que esta división entre el pensador y lo pensado, entre el observador y lo observado, entre el experimentador y lo experimentado, es falsa, puesto que ambos son uno. No hay ningún pensador si uno no piensa. El pensamiento ha creado al pensador. Así que eso es lo primero que debemos comprender, percibir que eso es verdad, que es un hecho, algo tan evidente como el que usted se encuentra aquí sentado, de modo que no haya conflicto entre el observador y lo observado.

Por tanto, ¿cuál es el contenido de su conciencia? Tanto el que le es conocido como el oculto. ¿Puede observarlo? Pero no realice esfuerzos. Eso es algo que usted descubrirá en sus relaciones, no sentado aquí. Ese es el espejo en el que uno se ve. No cerrando los ojos, o internándose en los bosques a crear ilusiones, sino en el hecho real de las relaciones entre hombre y mujer, con su vecino, con sus representantes políticos, con sus dioses y sus gurúes, ahí es donde usted observará sus reacciones, sus actitudes y prejuicios, sus imágenes, su constante andar a ciegas, etcétera, ahí precisamente. Lo que está haciendo usted ahora es simplemente arar la tierra, y podemos estar arando y arando sin sembrar jamás. Uno solo puede sembrar cuando observa sus relaciones y ve lo que realmente ocurre.

Pasemos de la acción de escuchar a la de observar. Se podrá observar tanto como se quiera, y hasta empezar a distinguir diferentes cualidades, tendencias, etc.; pero si se observa como un observador diferente a lo observado, entonces no se podrá impedir el conflicto y generar, por lo tanto, más sufrimiento. Cuando se percibe claramente la verdad de que el observador es lo observado, entonces el conflicto cesa por completo, entonces se produce una energía de una clase totalmente distinta. Hay diferentes clases de energía: por un lado tenemos la energía física, que proviene de una buena alimentación; por otro la energía creada por la emotividad y el sentimentalismo; y también tenemos la energía creada por el pensamiento mediante diversos conflictos y tensiones; pues bien, dentro de ese campo de energía es en el que hemos vivido. Y para resolver nuestros problemas, lo cual requiere una energía inmensa, seguimos intentando encontrar la energía dentro de ese campo. Pero sí que existe una clase de energía diferente, o la continuación de esa energía bajo una forma completamente diferente, cuando la mente está funcionando por completo, no en el campo del pensamiento, sino en el de la inteligencia.

¿Puede la mente observar su contenido sin ninguna clase de elección dentro de él, sin escoger ninguna parte de él, sino observarlo de una manera total? Ahora bien, ¿cómo se puede observar de una manera total? Cuando vengo de Inglaterra y cruzo el canal, miro un mapa de Francia y veo la carretera que conduce a Gstaad. Puedo calcular el kilometraje y ver la dirección, eso es muy sencillo porque está marcado en el mapa y no tengo más que seguirlo. Cuando lo hago, no miro ninguna otra parte del mapa, porque sé la dirección que quiero seguir y, por consiguiente, esa dirección excluye todas las demás.

Del mismo modo, una mente que está buscando en una determinada dirección no ve la totalidad. Si quiero encontrar algo, algo que yo creo que es real, entonces la dirección queda establecida y yo sigo esa dirección, y mi mente es incapaz de ver la totalidad. Ahora bien, cuando observo el contenido de mi conciencia —que es la misma que la de usted— establezco una dirección para seguir adelante. Pero seguir una dirección determinada buscando cierto placer, no queriendo hacer esto o aquello, le hace a uno incapaz de ver la totalidad. Si soy científico, veré solo en una determinada dirección; si soy artista, lo mismo; si tengo un determinado don o talento, veré solamente en una cierta dirección. Pero ocurre que si hay un movimiento en una dirección determinada, la mente es incapaz de ver la totalidad y la inmensidad de esa totalidad.

¿Hay alguna posibilidad de que la mente no tenga ninguna dirección? La cuestión es difícil, así que les ruego que escuchen con atención. Por supuesto que la mente ha de tener una dirección cuando quiero ir de aquí a casa, cuando tengo que conducir un coche o cuando tengo que realizar alguna función técnica... todo eso son direcciones. Pero yo estoy hablando de una mente que comprende la naturaleza de la dirección y que, por consiguiente, es capaz de ver la totalidad. Cuando ve la totalidad, entonces también puede actuar en una dirección. ¿Comprenden todo esto?



Si tengo en la mente todo el panorama, entonces puedo captar el detalle. Pero si mi mente funciona solamente con los detalles, entonces no podré captar la totalidad. Si solo estoy interesado en mis opiniones, en mis ansiedades, en lo que quiero hacer, en lo que debo hacer, no podré ver la totalidad, eso es seguro. Si vengo de la India con mis prejuicios, supersticiones y tradiciones, no podré ver la totalidad. Surge de nuevo la cuestión de si la mente tiene alguna posibilidad de estar libre de una dirección; lo cual no quiere decir que esté sin dirección. Cuando actúa desde la totalidad, la dirección se vuelve clara, fuerte y eficaz. Pero cuando la mente opera solo en una dirección, según el modelo que se ha creado para ella misma, entonces no podrá ver la totalidad.

Tenemos el contenido de la conciencia... el cual constituye la conciencia. Ahora bien, ¿puedo observarlo como una totalidad? ¿Puedo observarlo sin ninguna dirección, sin ningún juicio, sin ninguna elección? Simplemente observarlo, lo que significa que no hay ningún observador, puesto que ese observador es el pasado. ¿Se puede observar con esa inteligencia que no ha sido conformada por el pensamiento, ya que el pensamiento es el pasado? Hágalo. Eso requiere una enorme disciplina; no la disciplina dé la supresión, del control, de la imitación o del conformismo, sino una disciplina que sea un acto en el que se vea la verdad. La actuación de la verdad crea su propia acción, lo cual es disciplina.

¿Puede nuestra mente ver su contenido: al hablar con otra persona, en nuestros gestos, en nuestra forma de caminar, de sentarnos a comer, de comportarnos? El comportamiento indica el contenido de la conciencia, tanto si este se basa en el placer, en el dolor o en la recompensa, que son parte de la conciencia. Los psicólogos dicen que, hasta ahora, el hombre ha sido educado en el principio del premio y del castigo, del cielo y del infierno. Ahora aseguran que debe educarse solo en el principio del premio. No

lo castigues, recompénsalo... que viene a ser lo mismo. Van de lo uno a lo otro, pensando que lo están resolviendo todo. Ver lo absurdo del premio y del castigo es ver la totalidad. Cuando se ve la totalidad, entonces está actuando la inteligencia, la cual funciona cuando uno se comporta adecuadamente, pues entonces el comportamiento no depende del premio o del castigo.

La conducta manifiesta el contenido de la conciencia, aunque nos podemos ocultar tras un comportamiento refinado y perfectamente entrenado, pero tal comportamiento es meramente mecánico. De ahí surge otra cuestión. ¿Es la mente totalmente mecánica o existe una parte del cerebro que no lo es?

Vamos a examinar con más detalle lo que ya se ha dicho. A nuestro alrededor gira el mundo de la política, con sus nuevas filosofías, sus nuevos líderes, y también el mundo económico, social, religioso, etc., con nuevos dioses, nuevos gurúes, y en medio de todo está el hombre que busca sin cesar. Cuando observamos atentamente todo esto, vemos que el hombre está actuando en el campo del pensamiento. El pensamiento básicamente nunca es libre y siempre es viejo, porque es la respuesta de la memoria como conocimiento y experiencia. El pensamiento es materia, pertenece al mundo material, y aunque esté intentando evadirse de ese mundo material a otro no material, esa evasión hacia el mundo no material, por parte del pensamiento, sigue siendo un proceso material.

Tenemos todos los problemas morales, sociales y económicos del individuo y de la colectividad. El individuo es esencialmente, intrínsecamente, una parte de la colectividad, pero es diferente de esta porque puede tener una inclinación diferente, una ocupación diferente, un talante diferente, etc., pero es intrínsecamente parte de la cultura, de la sociedad. Estos son hechos relacionados con lo que sucede a nuestro alrededor. Ahora bien, los hechos relacionados con lo que sucede en nuestro interior son muy pare-

cidos. Estamos intentando encontrar una respuesta a los grandes problemas de nuestra vida a través de la actividad del pensamiento, ese pensamiento que los griegos impusieron en Occidente mediante su filosofía política, sus matemáticas, etc. El pensamiento no ha encontrado una respuesta, y nunca la encontrará. Así pues, hemos de examinar la estructura total del pensamiento y el contenido que ha creado como conciencia. Hemos de observar entonces la función del pensamiento en la relación, en nuestra vida diaria. Esa observación implica tener una percepción total, y ver si es un hecho que el observador es diferente de lo observado, pues si hay una diferencia, inevitablemente tendrá que haber conflicto, como lo hay entre dos ideologías... ideologías que son invenciones del pensamiento, condicionadas por la cultura en la que se han desarrollado.

Ahora bien, ¿puede uno observar esto en su vida diaria? En esa observación descubrirá cuál es su comportamiento, tanto si está basado en el principio de la recompensa y el castigo... como sucede con la mayoría de nuestros comportamientos, por muy refinados que parezcan. A partir de esa observación uno empieza a aprender lo que es la verdadera inteligencia, no la inteligencia conseguida a través de los libros o de la experiencia, porque esa no es inteligencia de ninguna manera. La inteligencia nada tiene que ver con el pensamiento. La inteligencia actúa cuando la mente ve la totalidad, una totalidad sin límites, no mi país, mis problemas, mis ídolos, mis meditaciones, o el afirmar que esto está bien y aquello está mal. La inteligencia ve todas las implicaciones de la vida y esa cualidad posee su propia e inmensa energía.

# La singularidad del ser humano radica en la liberación total del contenido de su propia conciencia

**¿P**UEDE vaciarse totalmente el contenido de la conciencia, el cual la constituye tal como la conocemos? ¿Les suena todo esto a chino? ¿Lo comprenden? El contenido total de la conciencia es lo que esta ha pensado, lo que ha acumulado, lo que ha recibido a través de la tradición, de la cultura, del esfuerzo, del dolor, del sufrimiento, de la decepción. Sin ese contenido, ¿qué es la conciencia? Yo solo conozco mi conciencia por su contenido. Soy hindú, budista, cristiano, católico, comunista, socialista, artista, científico, filósofo. Estoy apegado a esta casa, ella es mi esposa, usted es mi amigo, las imágenes, las conclusiones, los recuerdos que he acumulado a lo largo de cuarenta, cincuenta o cien años constituyen su contenido.

Ese contenido es mi conciencia, como el de ustedes es la suya. Y ese campo de la conciencia es tiempo, porque es el campo del pensamiento, de la medida —de comparar, evaluar, juzgar—, se encuentra dentro de ese campo. Dentro de él se hallan todos mis pensamientos, conscientes e inconscientes. Y toda actividad que se produzca dentro de ese campo estará dentro de la actividad de la conciencia con su contenido. Por tanto, el espacio en esta conciencia es muy limitado. Vamos a averiguar esto juntos, y así, lo que veamos, será de cada uno de ustedes, no mío. De esta manera ustedes estarán libres de líderes, libres de enseñan-

zas; será su mente la que lo averigüe y, por consiguiente, dispondrán de energía y se apasionarán por descubrir. Pero si ustedes siguen a alguien como si fueran un perro, entonces perderán toda la energía.

Como ya dijimos, el espacio es muy reducido dentro del campo de la conciencia con su contenido, que es tiempo. Ustedes pueden expandir ese espacio mediante la imaginación, mediante el ingenio, aumentándolo mediante diferentes procesos, pensando más, más sutilmente, más prudentemente, pero seguirá estando dentro del limitado espacio de la conciencia con su contenido. ¿Lo comprenden?

Cualquier movimiento para salir seguirá estando dentro del contenido. Por eso es por lo que cuando alguien toma drogas de cualquier tipo, LSD, marihuana, opio, etc., sigue siendo la actividad del pensamiento dentro de esa conciencia, y cuando piensa que se ha salido de ella, sigue estando dentro. Es solamente una idea, o que su experiencia profundiza más en el contenido. Así, uno puede ver que el espacio del contenido —que es el «yo», el ego, la persona, el pretendido individuo— dentro de esa conciencia siempre será limitado, por muy expandido que esté. Por eso, el hacer conscientemente un esfuerzo por conseguir algo que se encuentre más allá de este campo favorece la ilusión. ¿Lo comprenden? Así que es completamente absurdo que un gurú les diga que lo conseguirán, sin antes comprender ni vaciar todo ese contenido. Practicar con la finalidad de conseguir algo equivale a la acción del ciego que conduce a otros ciegos; y, por lo general, los gurús están tan ciegos como sus seguidores.

Así pues, el problema radica en que la mente es su contenido; el cerebro es el pasado, y el pensamiento actúa desde ese pasado, un pensamiento que nunca puede ser libre ni nuevo. Por lo tanto, hemos de preguntarnos cómo puede vaciarse ese contenido. No podrá ser mediante un método, porque cuando uno practica un método es porque alguien se lo ha proporcionado, o uno mismo se ha inven-

tado su propio método, y todo eso se vuelve mecánico; por consiguiente, sigue estando dentro del campo del tiempo y del espacio limitado.

No sé si ustedes han pensado o profundizado alguna vez en sí mismos para averiguar lo que es el espacio... no un espacio o un tiempo o una eternidad como nos lo presenta la ciencia-ficción, sino investigar, entender lo que es el espacio. Vamos a averiguarlo. ¿Puede ver la mente su propia limitación? La misma percepción de esa limitación equivaldría a su final. No se trata de cómo vaciar la mente, sino de ver el contenido que constituye la conciencia; verlo totalmente, y percibir, prestar atención a toda la actividad de esa conciencia, ver que esa misma percepción es su final, no cómo hacerle finalizar. Si vemos algo que es falso, la misma percepción de esa falsedad es la verdad. La misma percepción de mis mentiras es la verdad. La misma percepción de mi envidia es la liberación de esa envidia, es la verdad. O sea, uno puede ver con mucha claridad u observar con agudeza solo cuando no hay observador, ya que el observador es el pasado, la imagen, la conclusión, la opinión, el juicio. Entonces, ¿puede la mente ver con claridad y sin ningún esfuerzo su contenido y su limitación? Esta limitación equivale a falta de espacio y a que la conciencia con su contenido está unida al tiempo.

¿Pueden ustedes ver esto? Solo podrán ver la totalidad, tanto del contenido consciente como del inconsciente, cuando observen en silencio, cuando el observador se encuentre completamente en silencio. Es decir, si yo quiero verlo a usted, mi visión no debe estar empañada; he de tener muy buena vista para ver toda su figura, su cabello, la forma de su cara, etc. Debo verlo con todo detalle. Eso quiere decir que debe haber atención, y en esa atención hay energía. Mientras que si hago un esfuerzo por estar atento, ese esfuerzo es una pérdida de energía. Cuando trato de controlar, el resultado es una pérdida de energía, pues el control implica conformidad, comparación, supre-

sión, y todo eso es malgastar energía. Cuando hay percepción, hay atención, que es energía total, en la cual no se produce ni el más mínimo desperdicio de energía.

Ahora bien, cuando se observa con energía la totalidad del contenido, tanto el consciente como el inconsciente, entonces la mente está vacía. Esto no es una ilusión mía, no es lo que yo pienso o una conclusión a la que he llegado. Si llego a una conclusión, si pienso que eso está bien, entonces vivo en la ilusión. Y al saber que eso es una ilusión, no hablaría. Porque entonces sería como el ciego que conduce a otros ciegos. Pero ustedes mismos pueden ver que esto es pura lógica y sensatez. Es decir, si es que están escuchando, si están prestando atención, si de verdad quieren verlo. Ver si es posible que el inconsciente con su contenido manifieste completamente toda su profundidad.

Lo primero es ver el problema y, a partir de ahí, seguir adelante. Como todas las cosas de la vida, tenemos dividida la conciencia entre el consciente y el inconsciente, o como el artista y el hombre de negocios. Esta división, esta fragmentación existe, y viene inducida por nuestra cultura y por nuestra educación. Nos preguntamos que si existe esta división entre el consciente y el inconsciente, y si el inconsciente tiene sus motivos, su herencia racial, su experiencia, etc., ¿cómo puede todo eso exponerse a la luz de la inteligencia, a la luz de la percepción? ¿Se han hecho ustedes alguna vez esta pregunta? Si lo han hecho, ¿ha sido como un analizador que va a analizar el contenido y, por tanto, la división, la contradicción, el conflicto, el sufrimiento, etcétera? ¿O lo han hecho sin saber la respuesta? Porque esto es importante. Si ustedes se dicen, con sinceridad, con seriedad, que no saben realmente cómo sacar a la luz toda la estructura oculta de la conciencia, cuando ustedes lo aborden sin saber nada, entonces lo comprenderán. Pero si ya tienen alguna conclusión u opinión, a favor o en contra, de que eso puede ser o no puede ser, entonces lo estarán abordando con una mente que ya ha asumido la respuesta o la falta de respuesta.

Cuando la mente dice que no sabe algo, eso es la verdad, eso es sinceridad. Ustedes pueden saber algo después de leer lo que dice un determinado filósofo, psicólogo o psicoanalista, pero eso no es su saber, sino el saber de ellos, y ustedes interpretan eso y tratan de entenderlos a ellos, no de entender lo que es en realidad. Así, cuando uno dice que no sabe, ¿qué ocurre? ¿Han comprendido? Cuando uno dice que no sabe, el contenido no tiene ninguna importancia, porque entonces la mente es una mente renovada. ¿Comprenden? Es la mente renovada la que dice que no sabe. Cuando uno dice esto, no solo por decirlo y como distracción, sino con seriedad, con convicción, con sinceridad, ese estado de la mente que no sabe es la conciencia vacía de su contenido. El saber es el contenido. ¿Lo han captado? ¿Lo ven?

Así que la mente nunca puede decir que sabe, con lo cual siempre estará renovada, viva, activa y, por consiguiente, sin ataduras. Solo cuando está amarrada hace acopio de opiniones, conclusiones y separación. Esto es meditación. Meditación es percibir la verdad a cada segundo... no la verdad luego más adelante. Percibir lo verdadero y lo falso a cada segundo. Percibir la verdad de que el contenido es la conciencia. Ver la verdad de que yo no sé cómo hacerle frente a la situación. Eso es la verdad, no saber. Por tanto, el no saber es el estado en el que no hay contenido. Es tan increíblemente sencillo, que por eso no lo podemos admitir. Queremos algo ingenioso, complicado, artificioso, y nos molesta ver algo tan extraordinariamente simple y, por consiguiente, extraordinariamente hermoso.

¿Puede la mente, o sea, el cerebro, ver su propia limitación, que es la esclavitud del tiempo y la limitación del espacio? Mientras que uno viva dentro de ese espacio limitado y de ese proceso de esclavitud del tiempo, tendrá que haber sufrimiento, tendrá que haber desesperación psicológica, esperanza y ansiedad, y todo eso. Así que cuando la mente ha percibido la veracidad de esto, ¿qué es en-



tonces el tiempo? ¿Surge entonces una dimensión diferente que el pensamiento no puede tocar y que, por consiguiente, no puede describir? Hemos dicho que el pensamiento es medida y que, por lo tanto, es tiempo. Vivimos de la medida y toda la estructura de nuestro pensamiento está basada en la medida, que es comparación, evaluación, llegar a ser. Y el pensamiento, como es medida, intenta ir más allá de sí mismo y descubrir por sí solo si hay algo inconmensurable. Ver la falsedad de eso es la verdad. ¿Lo ven? La verdad es ver lo falso y lo falso es cuando el pensamiento busca eso que es inconmensurable, que no es del tiempo, que no pertenece a ese espacio limitado que es el contenido de la conciencia.

## Observación sin elección

**L**A observación sin elección implica ser consciente de forma objetiva tanto de lo externo como de lo interno, sin ninguna clase de elección. Darse cuenta de los colores, de esta carpa, de los árboles, de las montañas, de la naturaleza... simplemente darse cuenta. No escoger, ni decir «me gusta esto», «no me gusta aquello», o «quiero esto», «no quiero aquello». Observar sin el observador. El observador es el pasado, el cual está condicionado; por lo tanto, siempre está buscando desde ese punto de vista condicionado y, en consecuencia, lo que encuentra es mi raza y tu raza, mi Dios y tu Dios, lo que me gusta y lo que no me gusta, etcétera. Lo que queremos decir es que ser consciente implica observar todo el entorno que nos rodea: las montañas, los árboles, las ciudades, las horribles guerras, ser consciente, observarlo. Y en esa observación no hay decisión, ni voluntad, ni elección.



# La libertad se encuentra en la observación sin elección de la existencia y de la actividad diarias

**R**EALMENTE es un tema muy importante, que necesita mucha investigación e indagación, el averiguar si la mente puede ser libre o si siempre ha de estar vinculada al tiempo. ¿Es posible que la mente, que vive en este mundo, que tiene que funcionar con todos los problemas diarios —deseos contradictorios, elementos en oposición, influencias, contradicciones, torturas y efímeras alegrías—, es posible que una mente así pueda ser libre, no solo en la superficie, sino también allá en lo profundo, en la raíz misma de su existencia? Así que planteamos la pregunta de si el hombre que vive en esta sociedad tan extraordinariamente compleja, donde tiene que ganarse el sustento, quizá tenga una familia y viva envuelto en la competitividad y el consumismo, preguntamos si puede salirse, alejarse de todo eso, no para caer en la abstracción, en una idea o fórmula, o en un concepto de la libertad, sino para ser realmente libre.

La «liberación» es una abstracción, pero la libertad reside en observar «lo que es» y trascenderlo. No se sorprenda. Ante todo, si puedo sugerirlo, escuche atentamente, sin aceptar ni rechazar, tenga la sensibilidad para escuchar, sin sacar ninguna conclusión, sin reaccionar de forma defensiva, sin resistirse ni trasladar lo que estamos diciendo a su lenguaje particular. Escuche como escucha a

esos cuervos que vuelan ruidosamente tratando de encontrar un árbol para pasar la noche donde nadie los moleste... y estar tranquilos. Los escucha y no puede hacer nada más, no puede pedirles que dejen de llamarse unos a otros. Simplemente escucha. Pero si lucha contra el ruido que hacen, esa misma lucha acaba con la libertad de escuchar a los cuervos. Y si lucha, porque quiere escuchar lo que se está diciendo y ellos hacen un ruido espantoso, esa misma lucha constituye un acto que le impide escuchar y, por lo tanto, niega la libertad de escuchar.

Ahora bien, si usted quiere, escuche no simplemente la palabra o su significado, sino que trate de comprender todo el profundo sentido de esta palabra *libertad*. O sea, que juntos vamos a compartir esta cuestión, vamos a viajar juntos, a investigar juntos, a comprender juntos lo que esta libertad implica. Vamos a averiguar juntos si una mente —es decir, su mente— que ha sido generada por el tiempo, un cerebro que ha evolucionado con el tiempo, que ha acumulado miles de experiencias, que ha estado condicionado por distintas culturas, vamos a averiguar si una mente así puede ser libre, no en cualquier sentido utópico y religioso de libertad, sino viviendo realmente en este mundo contradictorio y confuso.

Vamos a preguntar si esta mente, su mente, tal como la conoce, tal como la ha observado usted, si ella podrá alguna vez, tanto en la superficie como en su interior más profundo, ser completamente libre. Porque si no contestamos nosotros mismos esta pregunta, viviremos siempre en la prisión del tiempo, un tiempo que es el pasado, que es el pensamiento, que es el sufrimiento. Y a menos que realmente veamos que esto es verdad, viviremos siempre sufriendo, en conflicto, en la prisión del pensamiento. No sé cómo contempla usted esta cuestión; no me refiero a lo que han dicho sus maestros, ni a lo que dice el *Gita*, los *Upanishads*, sus gurúes, su estructura social o sus condiciones económicas, sino a lo que usted piensa, a lo que

dice, que es mucho más importante que todos los libros juntos. Eso significa que usted mismo tiene que averiguar si esto es verdad. No repita nunca lo que han dicho los demás; lo primero que ha de hacer es averiguarlo usted mismo, comprobarlo usted mismo, verificando lo que usted piensa, lo que usted ve, no comprobar lo que han dicho otros. De ese modo se liberará de la autoridad.

Por favor, escuche. Mientras escucha, actúe; lo que quiere decir que mientras escucha, vea si esto es verdad. Tenemos que apoyarnos en el conocimiento científico, en los experimentos de otras personas, en la acumulación de conocimientos matemáticos, geográficos, científicos o biológicos de otras personas. Eso es inevitable. Si quiere ser ingeniero, deberá adquirir el conocimiento que otros han ido acumulando en matemáticas, estructuras, tensiones, etc. Pero si usted mismo quisiera averiguar lo que es la verdad —si es que existe tal cosa— no podrá aceptar el conocimiento acumulado de lo que los otros han dicho, que es lo que usted ha hecho hasta ahora.

Lo que importa es lo que usted piensa y cómo vive. Y para averiguar cómo vive, cómo actúa o lo que hace, ha de descartar usted por completo todo el conocimiento de los expertos y de los profesionales que lo han instruido sobre cómo vivir. Por favor, trate de comprender esto. La libertad no es permisividad; la mente humana necesita la libertad para poder funcionar de una manera saludable, normal y sensata. Como ya he dicho, la liberación de algo —de la ira, de los celos o de la agresividad— es una abstracción y, por tanto, no es real. Un hombre que dice que tiene que librarse de la ira o de los celos, no es libre; pero si dice que tiene que observar la ira como realidad, lo que es realmente, y así comprender toda la estructura de la ira, al observar directamente por sí mismo, encontrará la libertad mediante esa observación y no mediante el cultivo de los opuestos. Cultivar la valentía, cuando uno no es valiente, no es libertad; pero comprender la naturaleza y es-

estructura de la cobardía y permanecer con ella, sin intentar suprimirla o trascenderla, sino quedándose con ella, observándola, comprendiéndola todo lo más posible, percibiendo instantáneamente su veracidad, una mente así está libre de la cobardía y de la valentía. Es decir, la percepción directa es libertad, no el cultivo de los opuestos. El cultivar los opuestos implica tiempo.

# El pensamiento es tiempo

CUANDO la mente es consciente del desorden, gracias a esa observación florece el orden que es virtud, y cuando eso se establece de una manera real, profunda y sincera, entonces podemos examinar la cuestión de si hay algo sagrado. Para llegar a ello tenemos que investigar antes la naturaleza del tiempo y del pensamiento.

A menos que el tiempo se detenga, la mente no podrá percibir nada sagrado, nada nuevo. Es muy importante indagar si el pensamiento tiene alguna relación con el tiempo, y qué es el tiempo. Evidentemente hay un tiempo que marca el reloj: ayer, hoy, mañana. Planificar, ir de aquí para allá, proyectar hacer ciertas cosas. Para aprender una lengua, para aprender a conducir un coche, para hacer cualquier trabajo técnico, necesitamos disponer de tiempo. Todo esto es meditación.

Pero ¿qué es el tiempo, aparte del tiempo cronológico? El tiempo es actividad, movimiento, psicológicamente hablando, de acá para allá, igual que en el campo físico, desde aquí hasta aquella casa. Así pues, el movimiento entre esto y aquello es tiempo. El espacio entre esto y aquello, la cobertura de ese espacio, es tiempo; el movimiento hacia aquello, es tiempo. Por lo tanto, todo movimiento es tiempo. El ir físicamente desde aquí a París, a Nueva York, o a donde usted quiera, requiere tiempo. Y también el cambiar



psicológicamente «lo que es» en «lo que debiera ser» requiere tiempo, movimiento, al menos así lo creemos. De igual modo, el tiempo es movimiento en el espacio, creado por el pensamiento como algo que luego se convierte en otra cosa. El pensamiento es tiempo; el pensamiento es movimiento en el tiempo. ¿Significa esto algo para alguno de ustedes? ¿Estamos recorriendo este camino juntos?

Por favor, escuchen, esto requiere una enorme atención, cuidado, sentido de lo no personal, de lo no placentero, en donde el deseo no entre de ninguna manera. Esto requiere un gran cuidado, y ese cuidado trae su propio orden, que es su propia disciplina. Por lo tanto, el pensamiento es movimiento entre «lo que es» y «lo que debiera ser». El pensamiento es el tiempo para cubrir ese espacio, y mientras haya división entre esto y aquello psicológicamente, existirá el movimiento del pensamiento en el tiempo. Por consiguiente, el pensamiento es tiempo como movimiento. ¿Pero existe el tiempo como movimiento, pensamiento, cuando solo hay observación de «lo que es»? Esto es observación, no como el observador y lo observado, sino solamente observación, sin el movimiento de ir más allá de «lo que es». Es muy importante que la mente comprenda esto, porque el pensamiento puede crear las imágenes más maravillosas de lo que es santo y sagrado, como lo han hecho todas las religiones. Todas ellas se basan en el pensamiento; en el pensamiento que ha sido organizado como creencia, dogma y rituales. Por tanto, a menos que haya una total comprensión del pensamiento como tiempo y movimiento, la mente nunca podrá trascenderse a sí misma.

Como ya dijimos, hemos sido entrenados, educados, adiestrados para cambiar «lo que es» en «lo que debiera ser»: en el ideal. La palabra *ideal* procede del término *idea*, que significa ver, solamente eso. No es hacer una abstracción de lo que ve usted, sino quedarse realmente con lo que ve. Así que nos entrenan para cambiar «lo que

es» en «lo que debiera ser». Ese entrenamiento es el movimiento del pensamiento que cubre el espacio entre «lo que es» y «lo que debiera ser», y eso lleva tiempo. Todo ese movimiento del pensamiento en el espacio es tiempo necesario para cambiar «lo que es» en «lo que debiera ser».

Pero el observador es lo observado; por lo tanto, no hay nada que cambiar. Porque solo existe «lo que es». El observador no sabe qué hacer con «lo que es» y, por consiguiente, practica diferentes métodos para cambiar «lo que es», para controlarlo o para suprimirlo. Pero el observador es lo observado; «lo que es» es el observador, ya sea ira o celos; los celos son el observador, no existen celos separados del observador, ambos son uno. Así que cuando no hay movimiento para cambiar «lo que es» —movimiento como pensamiento en el tiempo—, cuando el pensamiento percibe eso no hay posibilidad de cambiar «lo que es», y entonces «lo que es» cesa por completo, porque el observador es lo observado. Examínelo con cuidado y lo verá usted mismo, es realmente muy sencillo.

Supongamos que alguien me desagrada y que creo que el desagrado es diferente del «yo». La entidad que dice «me desagrada» es el desagrado mismo, no se halla separada; y cuando el pensamiento dice «debo superar mi desagrado», entonces se produce un movimiento en el tiempo, que está creado por el pensamiento, para superar lo que es en realidad. Cuando se ha visto que el observador, la entidad, y lo que llamamos desagrado, son lo mismo, existe una completa inmovilidad, que no es «estatismo», sino una no-movilidad y, por tanto, un completo silencio. El tiempo como movimiento, el tiempo como pensamiento que trata de conseguir un resultado, deja de existir; por consiguiente, la acción es instantánea. Así, la mente ha sentado sus bases y queda libre del desorden. Sobre esa base surge el florecimiento y la belleza de la virtud. Sobre esa base se produce la relación entre usted y el otro, una relación en la que no existe actividad alguna de imágenes,

sino solamente relación, no imágenes adaptándose a otras imágenes. Solamente existe «lo que es», y no la transformación de «lo que es». La transformación de «lo que es» constituye el movimiento del pensamiento en el tiempo.

Cuando se ha llegado a este punto, la mente y también las células del cerebro se quedan en una calma total. El cerebro, que guarda los recuerdos, la experiencia, el conocimiento, puede y debe funcionar en el campo de lo conocido. Pero ahora esa mente, ese cerebro, se encuentra libre de la actividad del tiempo y del pensamiento. Entonces la mente está completamente en calma. Todo esto se desarrolla sin esfuerzo, debe producirse sin ninguna sensación de disciplina, de control, porque todo eso pertenece al desorden. Lo que estamos diciendo es completamente diferente de lo que dicen los gurúes, los «maestros», el zen, etcétera. Aquí no hay autoridad, no hay seguimiento de otro. Si usted sigue a otro, no solamente se destruye a sí mismo, sino también al otro. Así pues, en una mente religiosa no cabe autoridad alguna; tiene inteligencia y la aplica. Existe la autoridad del científico, del médico o del profesor de la autoescuela; aparte de eso, no hay autoridad, no hay gurú.

## El tiempo es el enemigo psicológico

**H**EMOS hablado ya sobre la naturaleza del tiempo, así que, por favor, no se impacienten, pues volveremos a hablar de este tema. Decíamos que el tiempo es el pasado, que el tiempo es el futuro y, también, que el futuro es ahora. El futuro es lo que ahora es usted. Si ahora soy violento y no cambio radicalmente en este momento, el futuro es ahora. ¿Ha entendido usted esto? Hemos de compartirlo juntos, porque no se trata de mi verdad o de su verdad; la verdad no es personal, no tiene caminos. Esto es un hecho, es la verdad de que todo el tiempo, el pasado, el futuro y el presente se hallan contenidos en el ahora. Es algo lógico, racional e intelectualmente irrefutable. Pero quizá no le guste a usted. La mayoría de nosotros vivimos de acuerdo con lo que nos gusta o lo que no nos gusta; no queremos afrontar las cosas, preferimos pasarlas por alto. Pero como somos personas serias —eso espero—, aunque sea brevemente, vamos a examinar juntos esto: que el tiempo, el pasado, el presente y el futuro están en el ahora.

Supongamos que uno es egocéntrico, algo que resulta verdaderamente muy limitado. Ese egocentrismo podrá identificarse con algo más grande, pero seguirá siendo egocentrismo. Si yo me identifico con mi país, con mi nación, con mi religión, con mis supersticiones, etc., esa misma identificación es la continuación del egocentrismo.

He utilizado solamente una serie de palabras distintas, pero este proceso de identificación es esencialmente egocentrismo. Por favor, entiendan que quien habla aquí no está tratando de convencerlos de nada. Todo lo contrario, duden, cuestionen, discutan, no acepten. Pero examínenlo con un cerebro agudo y crítico. El hecho es que vivimos en el desorden. No podemos negarlo; podremos ocultarlo, huir de él, pero los seres humanos vivimos en desorden, odiando, amando, con ansiedad, deseando tener seguridad, sabiendo que existe esa inseguridad porque vivimos constantemente con la amenaza de la guerra, y también con el temor de la muerte. Así pues, vivimos en desorden. ¿Resolverá el tiempo este desorden? Según dicen los arqueólogos y los biólogos, hemos vivido en este planeta como seres humanos desde hace cuarenta y cinco mil años, y a pesar de ese largo periodo de evolución, seguimos viviendo en conflicto y en desorden.

El tiempo, este prolongado periodo, no ha resuelto el problema. Así que es posible que hayamos malinterpretado el tiempo. Es decir, hemos confiado que en otros cuarenta mil años, mediante la adquisición de una gran cantidad de conocimientos, progresando mediante tales conocimientos, finalmente llegaríamos a estar sin conflictos, sin desórdenes. Por lo tanto, confiando en el tiempo, tal vez hayamos entendido mal su significado. Yo he sido aquello, o soy esto, déme tiempo para cambiar, y aunque hemos tenido cuarenta o cincuenta mil años de tiempo, seguimos siendo muy primitivos. Por consiguiente, esa forma de pensar en el tiempo puede estar equivocada. Puede que haya una nueva forma de observarlo, un nuevo enfoque de todo este problema.

Usted necesita tiempo para ir de aquí a su casa, etc., pero psicológicamente —si no le gusta psicológicamente, digamos interiormente, y si eso tampoco le agrada, digamos debajo de la piel— hemos aceptado el tiempo como un periodo después del cual surgiríamos finalmente como

seres humanos extraordinariamente racionales, sensatos y sin conflicto. Pero el tiempo no ha demostrado eso. Hemos tenido cuarenta mil años, y si transcurren otros cuarenta mil, seguiremos siendo exactamente los mismos. Es lo lógico.

Veamos, entonces, todo lo que está implicado en el tiempo. El tiempo es el pasado, el contenido total de nuestra conciencia; y si no nos gusta la palabra *conciencia*, digamos todo ese mundo de las reacciones, que es el pasado; el pasado con todos los recuerdos heredados, adquiridos, raciales y ambientales que hemos ido acumulando durante miles de años. Y ese tiempo, ese pasado, es el ahora. Usted es el pasado. ¿De acuerdo? Usted es el pasado, usted es todo el recuerdo acumulado del pasado; usted es memoria. Esa memoria necesita del tiempo para acumularse. Y el futuro, el mañana, y miles de mañanas, serán lo que es usted ahora, ¿está claro? Es evidente. Así que el futuro es ahora. ¿Podemos impedir —es importante que comprendan esto— que el tiempo viejo interfiera, y solo permitir este nuevo sentido de que todo el tiempo es ahora?

¿Comprenden? Supongamos que vivo en desorden y que me he dado cuenta, entonces me digo a mí mismo que examinaré paso a paso este asunto, que lo pensaré, que lo investigaré, todo lo cual significa tiempo, que es el mañana. Descubriré la causa; pero todo eso lleva tiempo. Por lo menos estarán de acuerdo conmigo en esto y verán el hecho, ¿no? Pero veo que esa es una forma falsa de considerar el tiempo. Así que la descarto totalmente, lo cual significa que elimino el condicionamiento del cerebro que ha aceptado el viejo modelo del tiempo, pues ver el hecho es ponerle fin.

De modo que como he abandonado la vieja forma de pensar en función del tiempo, ahora lo observo tal como es. Todo el tiempo es ahora. Si veo esto, cambio ahora completamente; lo que significa detener el condicionamiento del cerebro, que ha estado acostumbrado a la vieja

visión del tiempo; detengo ese condicionamiento porque veo el hecho y su falsedad. Y en esa misma percepción ha habido un cambio radical, que significa que en su misma percepción hay una acción instantánea. Actúo sin el tiempo, lo que significa que el proceso del pensar no se desarrolla. ¿Lo han captado?

Si investigan esto, verán que es fascinante. El pensamiento es tiempo. Porque el pensamiento es la respuesta acumulada de la memoria. Esa memoria se ha ido acumulando a través del tiempo; es el resultado del conocimiento. Para acumular conocimiento se necesita tiempo; y el conocimiento proviene de la acumulación de experiencia. La experiencia es limitada, por lo tanto, el conocimiento es limitado y la memoria es limitada, así que el pensamiento también es limitado. Ahora bien, he dicho que el pensamiento es tiempo. Y si utilizamos el tiempo, que es pensamiento, para cambiar lo que soy ahora, no servirá de nada. Pero si veo —si hay percepción, no si lo veo— si se produce una percepción del hecho de que todo el tiempo está contenido en el ahora, entonces, ¿qué pasa? ¿Comprenden? Yo soy violento, vivo en desorden, y percibo ese desorden. Veo también el hecho, la verdad de que todo el tiempo es el ahora. Mi percepción de esto tiene que ser muy aguda, muy clara, y esa claridad no es producto del tiempo.

Ahora debemos hablar de lo que es la percepción. ¿Qué es ver con claridad? No solamente vernos a nosotros mismos tal como somos, sino ver también con claridad lo que está sucediendo en el mundo. Lo que está sucediendo en el mundo, evidentemente, es la extensión de la división. Las naciones, las religiones, las sectas, los gurúes, etc., todos ellos pueden hablarnos con su estilo religioso o político sobre la paz y la unidad; lo que quieren es que todos nos incorporem a su unidad.

Así pues, a nuestro alrededor existe un inmenso desorden, y la máxima expresión de tal desorden es la guerra,

matarse unos a otros. Pero nosotros también vivimos en desorden. Y ese desorden se ha producido a través del tiempo; hemos vivido con él durante siglos, así que el tiempo, en su viejo sentido, no lo va a resolver. Entonces, ¿qué es la percepción? ¿Puede ver uno algo con total claridad si tiene prejuicios? Evidentemente, no. ¿Y si uno es personalista? Yo me siento herido en mi dignidad, así que, por favor, no me diga nada. Mis opiniones son muy firmes; he pensado mucho en eso y me aferré a lo que he pensado. Todos esos factores que son personalistas —no objetivos ni transparentes— impedirán la percepción. Es como el ponerse gafas ahumadas. O como esas cámaras fotográficas que hacen las fotografías y las recogen en el carrete, pero si el carrete está lleno, ya no se pueden hacer más fotos.

Así que lo que hacemos es retener, lo que quiere decir que no podemos ver nada más. Pero, en cambio, si uno lo observa y lo rechaza, le pone fin inmediatamente. Eso significa que debe tener un cerebro muy seguro, muy fuerte y muy activo, de modo que no haya prejuicios personales, ni apegos a nada. Cuando existe tal percepción, esa percepción no es un factor del tiempo y, por eso, cuando hay desorden, se ve instantáneamente la causa y toda su división, y así sobreviene su fin de inmediato, por lo que no volverá a aparecer al día siguiente. Cuando uno ve un peligro, una serpiente venenosa, no se pone a jugar con ella. La percepción es el final de todo. Pero no vemos el peligro porque tenemos muchos prejuicios, porque somos muy estrechos de miras y solo nos preocupa lo que nos interesa.

Por lo tanto, al desorden solo se le puede poner fin ahora, no mañana. Mientras está sentado ahí, observe su propio desorden, vea si puede observarlo, percibirlo claramente, con todas sus ramificaciones, porque cuando usted lo perciba completamente, ese será su final. Pero esa percepción no es posible si usted tiene prejuicios, si usted es personalista.



También debíamos hablar de la cuestión del miedo. Estoy seguro de que eso les interesará a ustedes. Sé que pueden considerar muy intelectual lo que hemos dicho. Sé que dirán eso, pero no es algo intelectual. El intelecto es necesario, como lo son las emociones; pero cuando lo uno predomina sobre lo otro, entonces empieza el problema.

Conque hablemos del miedo e investiguemos juntos cuál es su causa, su naturaleza, y de si se le puede poner fin de una manera total. ¿O es que hemos de seguir viviendo el resto de nuestra existencia con el miedo? Si uno se da cuenta, si es plenamente consciente, verá que tenemos muchos miedos. Miedo de la oscuridad, miedo de vivir, miedo de la opinión pública, miedo de lo que pueda decir mi vecino, miedo de mi esposa, de mi marido o de quien sea, miedo de la inseguridad, miedo de que pueda perder la seguridad económica cuando la ha conseguido. ¿Por qué no hemos acabado con estos miedos?

El problema de la guerra lo hemos afrontado a base de más guerras. Nos hemos esforzado en prepararnos para la guerra. Todos los generales se preparan para la guerra, con estrategias, submarinos, aviación, etcétera, y no han regateado esfuerzos en este sentido.

¿Por qué no se han aplicado esos mismos esfuerzos a esta tremenda sensación de miedo que el hombre ha tenido desde el principio de los tiempos? ¿Por qué, tanto ustedes como quien les habla, no han profundizado en esta cuestión tan seriamente como se hace cuando se tiene hambre o se es ambicioso? Cuando se quiere tener más dinero, se trabaja para conseguirlo. Los psicólogos, los terapeutas, han explicado las causas del miedo de diversas maneras. Si pudiéramos dejar a un lado todo cuanto ellos han dicho, porque, después de todo, quizá no sean más que palabras. Pueden sentirse tan asustados como usted, ¡y probablemente lo estén! He hablado con algunos y sé que se sienten, por un motivo o por otro, tan asustados como cualquiera. ¿Es posible poner fin al miedo? ¿Es posible poner a trabajar en esto a

los sentimientos, las emociones y el cerebro? No evadimos ni intentar racionalizarlo, sino ver por qué somos incapaces, o nos hemos permitido llegar a hacernos unos incapaces.

¿Qué es el miedo? Usted sabe cuándo está ahí, conoce su naturaleza, cómo vibra, cómo tiembla su organismo físico, cómo se obnubila su cerebro hasta quedarse casi paralizado. ¿No conoce usted ya todo esto? Es un hecho. Afecta a su sueño, a su vida diaria, le produce sospechas, ansiedad y depresión; uno está aferrado a lo que sea y confía en que eso no cambie y le ocasione miedo. Podemos enfrentarnos con la raíz del miedo o podemos andarnos por las ramas. ¿Qué es lo que quiere hacer usted? Hay miles de miedos. Al igual que un hermoso árbol, que es una de las cosas más hermosas de la naturaleza, el miedo, que es tan terrible, tiene muchas ramas, muchas hojas y muchas expresiones. ¿Quiere usted que nos ocupemos de las expresiones, de la superficie, de lo exterior? ¿O que profundicemos juntos hasta su raíz? Entonces vamos a averiguar juntos cuál es la causa del miedo. Conocemos todas sus expresiones; por tanto, si podemos encontrar su raíz, las expresiones pueden deshacerse por sí solas.

Entonces, ¿cuál es la causa, o causalidad, del miedo? Si se le formulara esta pregunta, ¿podría contestarla usted? ¿O esperaríamos a que alguien se la explicara? La explicación no es el hecho. Podemos pintar un cuadro maravilloso de una montaña, pero ese cuadro no es la montaña. La palabra *miedo* no es el miedo. Pero la palabra *miedo* puede evocar el miedo. Así pues, no estamos ocupándonos de la descripción, de la palabra, sino de la fuerza y de la profundidad del miedo; estamos intentando averiguar juntos la verdad por nosotros mismos, no que yo se lo explique y usted lo acepte; por tanto, esa será su verdad, y no la verdad del otro. No se puede vivir con la verdad de otro, solamente se puede vivir con la verdad.

¿Cuál es la causa del miedo? ¿Es el pensamiento? ¿Es el tiempo? Veámoslo. Yo estoy viviendo, uno vive, ahora.

Entonces el pensamiento dice: «Puedo morirme mañana», o «puedo perder mi trabajo», o «tengo mi dinero en el banco, pero el banco puede quebrar», «estoy muy bien con mi mujer, pero mañana puede enamorarse de otro», «he publicado un libro, y espero que sea un gran éxito», lo que significa miedo. «Quiero ser famoso» —que es la cosa más pueril del mundo—, «quiero ser muy conocido, pero resulta que otro es mucho más conocido que yo». Todo eso es pensar en que puedo perder, puedo ganar o puedo quedarme solo. Así pues, el pensamiento es uno de los factores del miedo. Estoy muy bien con mis amigos, con mi esposa y mis hijos, pero también he experimentado la sensación de una desesperada soledad. ¿No la conoce usted? La sensación de una profunda y espantosa soledad. Y estoy asustado. ¿Ha examinado usted alguna vez lo que es la soledad? ¿Por qué se produce? ¿No ha tenido esa sensación de soledad? ¿Estoy diciendo algo extraño? ¡Pues ustedes deben de ser todos unos santos!

¿Qué es, pues, esta soledad que nos produce apego, que nos hace aferrarnos a algo, aunque sea ilusorio, falso y sin sentido? Yo me aferré a mi esposa, me aferré a mi club, a mi Dios, a mis rituales, a mis amigos, porque si dejo ir todo eso, me quedaré absolutamente solo. ¿Se ha hecho alguna vez esta pregunta, de por qué los seres humanos tienen tanto miedo a la soledad? Pueden estar viviendo en grupo, pueden seguir a algún gurú y todas esas tonterías, pero quíteles esa ornamentación y serán lo que son: seres solitarios. ¿Por qué? ¿Qué es la soledad? El no tener una relación con algo, con la naturaleza, con otra persona, con un amigo, con la mujer o con el hombre con quien he vivido, con todo eso que de algún modo se ha ido, me deja profundamente vacío, solo... ¿por qué? ¿Qué es ese sentimiento de absoluta desesperación? Lo explicaré, pero la explicación no es el hecho, la palabra no es la cosa. Es necesario que esto quede muy claro. Su nombre, señor Smith, señor García, no es usted; la palabra no es usted.

Así pues, la explicación no es la realidad, no es la verdad. Por tanto, observémoslo, observémoslo sin la palabra, sin el término *soledad*. ¿Puede observar ese sentimiento sin utilizar las palabras *soledad* o *desesperación*? La soledad llega cuando pasamos todos nuestros días sumidos en el egocentrismo. La misma actividad del egocentrismo produce soledad, porque está reduciendo toda mi vida, la vasta y extraordinaria existencia de la vida, a un pequeño «yo». Cuando uno se da cuenta de que existe ese «sentimiento, «¡Dios mío, qué solo estoy!», y se enfrenta a él, y está completamente con él, y no se aparta de él, entonces se produce un cambio radical.

Ahora hemos de volver a la cuestión del miedo. Decíamos que el pensamiento es, evidentemente, una de las causas del miedo. Pienso en la muerte porque soy viejo, o joven y veo pasar un coche fúnebre, con su acompañamiento de flores, caballos, automóviles. Compruebo que el pensamiento es una de las causas del miedo. Es un hecho evidente. También el tiempo es otra causa del miedo. Tengo miedo de lo que pueda pasar. Tengo miedo de que algo que he hecho pueda utilizarse para chantajearme. Así que tanto el pensamiento como el tiempo constituyen la raíz del miedo. El tiempo y el pensamiento. No existe división entre el pensamiento y el tiempo; el pensamiento es tiempo.

El pensamiento es necesario. También el tiempo es necesario. Para ir desde aquí hasta allí es necesario el tiempo; para conducir un coche, para tomar el autobús o el tren, es necesario el pensamiento. El pensamiento y el tiempo son necesarios en esos casos. Ahora bien, yo digo que como el pensamiento y el tiempo son la raíz del miedo, ¿son necesarios psicológicamente? ¿Lo son? Mientras uno piense que el pensamiento y el tiempo son necesarios en el mundo psicológico, en el mundo del yo, de la psique, en el mundo que está debajo de la piel, entonces vivirá eternamente sumido en el miedo.

Si percibe esto —si hay una percepción, no una aceptación—, que el pensamiento y el tiempo constituyen la raíz del miedo, entonces tanto el pensamiento como el tiempo serán necesarios en el ámbito físico, pero no en el interno. Como consecuencia, el cerebro se vigila a sí mismo activamente a cada minuto, para comprobar que tanto el pensamiento como el tiempo no entren en un terreno donde no son necesarios. Esto requiere una gran atención, una gran observación, de modo que el cerebro, que ha ido acumulando miedos durante siglos, o durante un día, vea donde son necesarios y donde no lo son. Vigila como un halcón, para que el pensamiento y el tiempo no se introduzcan en todos los procesos de la vida. Esto es auténtica disciplina, esto es aprendizaje. El significado de la raíz de esa palabra es *discípulo*, alguien que aprende, que está aprendiendo todo el tiempo, que nunca dice «ya he aprendido» y se detiene.

## Mediante la observación se empieza a descubrir la falta de libertad

UNA de nuestras grandes dificultades debe de ser el saber qué es la libertad, y la necesidad de comprender este problema también debe de ser inmensa y continua, desde el momento en que existe tanta propaganda procedente de tantos especialistas. Hay muchas y muy variadas formas de compulsión interior y exterior, con todas esas caóticas y contradictorias persuasiones, influencias e impresiones. Estoy seguro de que nos habremos preguntado qué es la libertad. Y como usted y yo sabemos, el autoritarismo se extiende por doquier en este mundo, no solo en el ámbito político, social y económico, sino también en el llamado espiritual.

Hay por todas partes una influencia ambiental persuasiva. Los periódicos nos dicen lo que hemos de pensar, y existen muchos planes a cinco, diez o quince años. También están todos esos especialistas en el campo de la economía, de la ciencia o de la burocracia; están todas esas tradiciones de la actividad diaria, lo que debemos y lo que no debemos hacer; toda la influencia de los llamados libros sagrados; y está el cine, la radio y los periódicos. En el mundo todo está tratando de decirnos lo que hemos de hacer, lo que hemos de pensar y lo que no. No sé si ustedes se han dado cuenta de la creciente dificultad que representa el pensar por uno mismo. Nos hemos vuelto gran-

des expertos en citar lo que dicen, o lo que han dicho, los demás; y en medio de este desbarajuste de autoritarismo, ¿dónde se encuentra la libertad? ¿Qué entendemos por libertad? ¿Existe tal cosa? Utilizo la palabra *libertad* en su acepción más simple, en la cual se incluye la liberación, la mente que está liberada, que es libre. Quisiera, si me lo permiten, adentrarme en esto.

Ante todo, creo que debemos darnos cuenta de que nuestras mentes no son realmente libres. Todo lo que vemos, todos los pensamientos que tenemos, moldean nuestra mente; lo que usted piensa ahora, lo que haya pensado en el pasado, y lo que pueda llegar a pensar en el futuro, todo eso moldea su mente. Lo que uno piensa es lo que le han dicho los religiosos o los políticos, lo que le ha dicho en la escuela su maestro, o lo que ha leído en libros y periódicos. Todo eso influye en lo que uno piensa. Lo que come, lo que mira, lo que escucha, su esposa, su marido, sus hijos, su vecino, todo está moldeando su mente. Creo que esto es muy evidente. Incluso cuando usted cree que hay Dios, o que no lo hay, también eso refleja la influencia de la tradición. Así pues, nuestra mente es un campo en el que existen muchas influencias contradictorias, que luchan las unas contra las otras.

Escuchen, por favor; porque, como ya he dicho, a menos que experimentemos directamente todo esto por nosotros mismos, una charla como la que mantenemos carecerá de valor. A menos que ustedes experimenten lo que se está diciendo —no solo seguir la descripción sino darse cuenta, familiarizarse con el funcionamiento de nuestro propio pensamiento y así experimentarlo—, todo esto no tendrá ningún sentido. Después de todo, solo estoy describiendo lo que en realidad está sucediendo en la vida de uno, en el ambiente de uno, para que podamos darnos cuenta de todo y ver si podemos abrirnos paso a través de ella y qué implicaciones conlleva esto. Porque, evidentemente, ahora uno es un esclavo, ya sea un esclavo hindú, un esclavo ca-

tólico, un esclavo ruso o un esclavo de un tipo u otro. Todos somos esclavos de ciertas formas de pensamiento y, en medio de todo esto, ¿nos preguntamos si podemos ser libres y hacemos minuciosos análisis de la libertad y de la autoridad!

Creo que a la mayoría de nosotros nos resulta muy evidente que cuanto pensamos está condicionado. Sea cual sea nuestro pensamiento —tanto si es amplio y noble, como si es limitado y mezquino—, está condicionado y, si uno lo fomenta, no podrá existir libertad de pensamiento. El pensamiento mismo está condicionado, porque es la reacción de la memoria, y la memoria es el residuo de todas nuestras experiencias, las cuales, a su vez, son el resultado de nuestro condicionamiento. Así pues, si uno se da cuenta de que cualquier forma de pensar está condicionada, entonces veremos que el pensamiento no es el medio para superar esa limitación... lo cual no quiere decir que hayamos de sumergirnos en un profundo y especulativo silencio.

El hecho real es que toda acción, todo sentimiento, todo pensamiento, está amoldado, condicionado, influido. Por ejemplo, un buen hombre se le acerca y, con su retórica, sus gestos, su aspecto, citando esto y aquello, le influye. Queremos ser influenciados. Tenemos miedo de apartarnos de cualquier tipo de influencia, y de ver si podemos ir a lo profundo y descubrir si hay un estado de ser que no constituya el resultado de la influencia.

¿Por qué nos dejamos influir? En la política, como sabe usted, el trabajo de los políticos es el de influenciarnos; y todo libro, todo maestro, todo gurú —cuanto más poderoso y elocuente sea, más nos gusta—, nos impone su pensamiento, su modo de vida, su forma de conducta. Así que la vida es una batalla de ideas, una batalla de influencias, y su mente es el campo en el que se da esa batalla. Los políticos quieren su mente; el gurú también la quiere; el santo le dice: haz esto y no hagas aquello, y también él quiere conseguir su mente; y toda tradición, toda forma de



hábito o de costumbre, influencia, modela, guía y controla su mente. Creo que eso es muy evidente y sería absurdo negarlo. Los hechos están ahí.

Mire usted, creo que es esencial apreciar la belleza, si se me permite hacer una pequeña digresión. La belleza del cielo, del sol sobre una colina, la belleza de una sonrisa, de un rostro, de un gesto, la belleza de la luna sobre el agua, de las nubes brumosas, el canto de un pájaro; es necesario mirar eso, sentirlo, estar con ello. Creo que este es el primer requisito para el hombre que quiera buscar la verdad. La mayoría de nosotros estamos tan despreocupados del extraordinario universo que nos rodea... nunca nos fijamos en el balanceo de una hoja llevada por el viento; nunca nos hemos fijado en una brizna de hierba, ni la hemos tocado con la mano para conocer la cualidad de su ser. Esto no es simplemente algo poético, por tanto no se dejen llevar por estados emocionales y fantasiosos. Digo que es esencial tener esa sensibilidad profunda por la vida, y no quedarse atrapado en discusiones y sutilezas intelectuales, en superar exámenes, en citar novedades y dejarlas a un lado afirmando que todo eso ya estaba dicho. El intelecto no es el camino. El intelecto no resolverá nuestros problemas; el intelecto no nos dará el alimento que es impercedero. El intelecto puede razonar, discutir, analizar, llegar a conclusiones por deducción, etc., pero es limitado, porque es el resultado de nuestro condicionamiento. Pero la sensibilidad no lo es. La sensibilidad carece de condicionamientos; le saca a uno directamente del dominio de los miedos y las ansiedades. La mente que no es sensible a cuanto hay a su alrededor —a las montañas, al poste telegráfico, a la lámpara, a la voz, a la sonrisa, a todo—, es incapaz de encontrar la verdad.

Pero dejamos pasar nuestros días y nuestros años cultivando el intelecto, discutiendo, debatiendo, luchando, esforzándonos por ser algo, etc. Y, sin embargo, este mundo tan extraordinariamente maravilloso, esta tierra que es tan

rica —no la tierra de Bombay, la del Punjab, la rusa o la americana—, esta tierra es nuestra, suya y mía; y esto no es una bobada sentimental, es un hecho. Pero desgraciadamente la hemos dividido por nuestra mezquindad, por nuestra mentalidad pueblerina. Y sabemos por qué lo hemos hecho: por nuestra seguridad, por conseguir más y mejores trabajos. Este es el juego político que se practica en todo el mundo; y de este modo nos olvidamos de ser seres humanos, de vivir felizmente en esta tierra que es nuestra, y de hacer algo por ella. Y es debido a que carecemos de esa sensibilidad hacia la belleza, que no es sentimental, ni corrupta, ni sexual, sino un sentimiento de afecto; es debido a que hemos perdido tal sensibilidad —o quizá jamás la tuvimos— por lo que nos peleamos, por lo que luchamos unos con otros, a causa de las palabras y sin tener una comprensión directa de nada.

Miren lo que están haciendo ustedes en la India, dividiendo la tierra en sectores, luchando y matándose; y esto es algo que está sucediendo en todo el mundo, y ¿para qué? ¿Para tener más puestos de trabajo, mejores empleos, más poder? Y, de este modo, vamos perdiendo en la batalla esa cualidad de la mente que puede ver las cosas de una manera libre, feliz y sin envidia. No sabemos ver a alguien que es feliz, que conduce un coche de lujo, no sabemos mirarlo y ser felices con esa persona. Ni sabemos simpatizar con el que es verdaderamente muy pobre. Envidiamos al dueño del coche y nos apartamos del que nada tiene.

Así pues, no hay amor; y sin esa cualidad del amor, que realmente es la propia esencia de la belleza, ya pueden hacer lo que quieran —hacer todos los peregrinajes del mundo, ir a todos los templos, cultivar todas las virtudes que puedan imaginarse— porque nunca llegarán a ninguna parte. Por favor, créanme, jamás conseguirán esa sensibilidad para la belleza y el amor, por más que se sienten para meditar con las piernas cruzadas, y aunque controlen la respiración durante los próximos mil años. Ustedes se

ríen, pero no ven la tragedia que esto representa. No estamos en ese estado sensible de la mente que puede percibir, que puede ver de forma inmediata lo que es verdad. Ya saben, una mente sensible es una mente indefensa, es una mente vulnerable; y la mente ha de ser vulnerable para que pueda entrar la verdad... la verdad de que ustedes no tienen compasión, la verdad de que ustedes son envidiosos.

Es esencial, entonces, poseer esta sensibilidad para la belleza, pues esta es la sensibilidad del amor. Como ya dije, esta es una pequeña digresión, pero creo que está muy relacionada con lo que estamos hablando. Estábamos diciendo que una mente que está influenciada, moldeada, sometida por la autoridad, evidentemente nunca podrá ser libre; y por más que piense, por muy elevados ideales que tenga, por muy sutil y profunda que sea, seguirá estando condicionada. Creo que es muy importante comprender que la mente a través del tiempo, a través de la experiencia, a través de los muchos miles de días del pasado, ha sido modelada y condicionada, y que el pensamiento no es la salida. Lo cual no quiere decir que uno haya de ser irreflexivo, sino todo lo contrario. Cuando uno sea capaz de comprender de forma totalmente clara, profunda, extensa y sutil, entonces reconocerá plenamente qué limitado es el pensar, qué pequeño es el pensamiento; entonces se vendrá abajo el muro de ese condicionamiento. ¿No podemos ver el hecho de que todo pensamiento está condicionado? Ya sea el pensamiento del comunista, del capitalista, del hindú, del budista o de quien les está hablando, el pensamiento está condicionado. Está claro que la mente es el resultado del tiempo, el resultado de las reacciones, de ayer y de hace mil años, de hace un segundo y de hace diez años; la mente es el resultado del periodo en el que usted ha aprendido y sufrido, y de todas las influencias del pasado y del presente. Ahora bien, una mente así no puede ser libre, evidentemente; y, sin embargo, esto es lo que estamos buscando, ¿no es cierto? ¿Saben?, incluso en Rusia,

en los países totalitarios en donde se controla todo, existe esta búsqueda de la libertad. Esa búsqueda la vivimos todos al principio, cuando somos jóvenes, porque entonces somos revolucionarios, nos sentimos descontentos, queremos saber, somos curiosos, luchamos; pero pronto ese descontento se escinde en diferentes canales y lentamente muere.

Así pues, siempre hay en nuestro interior la demanda, el impulso de ser libres, y nunca lo entendemos, nunca profundizamos en él, nunca investigamos en esa profunda demanda instintiva. Aunque nos sentimos descontentos cuando somos jóvenes, insatisfechos de cómo son las cosas, de la estupidez de los valores tradicionales, a medida que nos vamos haciendo mayores caemos en los viejos modelos que ha establecido la sociedad y ya estamos perdidos. Es muy difícil mantener el descontento puro, ese descontento que dice: esto no es suficiente, tiene que haber algo más. Todos conocemos esa sensación, la sensación de lo otro, que pronto lo interpretamos como Dios, o el nirvana, y entonces nos ponemos a leer libros sobre aquello y ya estamos perdidos. Pero esa sensación de lo otro, la búsqueda, la investigación... eso, creo yo, es el principio del impulso real para ser libres de todas estas influencias tradicionales, políticas y religiosas, y para abrirse camino a través de ese muro del condicionamiento. Vamos a investigarlo.

Existen, seguramente, distintas clases de libertad. Está la libertad política; la libertad que proporciona el conocimiento, cuando usted sabe cómo hacer las cosas, cuando domina la técnica; la libertad del hombre rico, que puede dar la vuelta al mundo; la libertad que otorga la capacidad, el saber escribir, el expresarse bien, el pensar con claridad. Tenemos también la libertad que surge de la liberación de algo: de la opresión, de la envidia, de la tradición, de la ambición, etc. Y, por último, está la libertad que se gana —eso es lo que esperamos— después de haber hecho algo:

de haber sido disciplinados, de haber sido virtuosos, de haber sido esforzados... la libertad definitiva que esperamos conseguir haciendo ciertas cosas. Por lo tanto, la libertad que nos da el conocimiento, la libertad por quedar liberados de algo, y la libertad que se supone que conseguiremos tras una vida virtuosa, todas ellas son tipos de libertad que todos conocemos. Ahora bien, ¿no son esas distintas libertades simples reacciones? Cuando uno dice que quiere liberarse de la ira, eso es una simple reacción, no es liberarse de la ira. Y la libertad que usted espera conseguir al final de una vida virtuosa, mediante el esfuerzo y la disciplina, eso también es una reacción a lo que ha sido.

Por favor, presten mucha atención a esto, porque voy a decir algo un poco enrevesado, en el sentido de que ustedes no estarán acostumbrados a oírlo. Hay una sensación de libertad que no procede de nada, que carece de causa, pero que es el estado de ser libre. La libertad que conocemos siempre es la que conseguimos mediante la voluntad, ¿no es cierto? Quiero ser libre, por eso quiero aprender una técnica, quiero ser especialista, quiero estudiar. Eso me proporcionará libertad. Así que utilizamos la voluntad como un medio para conseguir libertad. No quiero ser pobre y, por consiguiente, utilizo mi capacidad, mi voluntad, todo lo que haga falta para ser rico. Soy vanidoso y utilizo mi voluntad para no serlo. Creemos, pues, que lograremos la libertad mediante el empleo de la voluntad. Pero eso no proporciona libertad, sino todo lo contrario, como les voy a explicar.

¿Qué es la voluntad? Quiero ser, no debo ser, voy a esforzarme para llegar a ser alguien, voy a aprender; todo eso son formas de utilizar la voluntad. Ahora bien, ¿qué es la voluntad y cómo está formada? Evidentemente, por medio del deseo. Nuestros múltiples deseos, con sus frustraciones, compulsiones y satisfacciones, forman, como si dijéramos, los hilos de una cuerda, de una soga. Eso es la voluntad, ¿no es cierto? Los múltiples y contradictorios

deseos se convierten en una soga muy fuerte y poderosa por la que queremos encumbrarnos al éxito, a la libertad. Ahora bien, ¿nos proporcionará el deseo la libertad, o es ese mismo deseo la negación de aquella? Por favor, presten atención, a sus propios deseos, a su propia ambición, a su propia voluntad. Y si uno carece de voluntad y simplemente se deja llevar, también eso es parte de la voluntad: la voluntad de no resistirse y de seguir la corriente. Por medio de la influencia del deseo, por medio de esa soga, esperamos alcanzar a Dios, la felicidad suprema, o lo que sea.

Así pues, pregunto si la voluntad es un factor liberador. ¿Se produce la libertad mediante el deseo? ¿O es la libertad algo completamente diferente, que nada tiene que ver con la reacción, que no puede conseguirse mediante el conocimiento, mediante el pensamiento, la experiencia, la disciplina o el conformismo continuado? Eso es lo que dicen todos los libros. Siga las directrices y, con el tiempo, será libre; haga todas estas cosas, obedezca, y finalmente logrará la libertad. Para mí todo eso es una pura necedad, porque la libertad se encuentra al principio, no al final, como van a ver. Es posible ver algo que sea verdadero, ¿no es cierto? Uno puede ver que el cielo es azul —miles de personas lo han dicho—, pero uno mismo puede ver que es así. Puede ver por sí mismo, si es sensible, el movimiento de una hoja. Desde el mismo principio existe la capacidad de percibir lo que es verdadero, de forma instintiva, no mediante cualquier forma de compulsión, de adaptación o de conformismo. Bien, les indicaré otra verdad.

Yo digo que un líder, un seguidor, un hombre virtuoso no conoce el amor. Se lo digo a ustedes. A ustedes que son líderes, que son seguidores, que se esfuerzan por ser virtuosos, les digo que no conocen el amor. No se pongan a discutir conmigo, por el momento; no me digan que se lo demuestre. Voy a razonar con ustedes, a demostrárselo; pero antes escuchen, por favor, lo que he de decir, sin ponerse a la defensiva, sin ponerse agresivos, sin aprobar o

rechazar. Digo que un líder, un seguidor o un hombre que está intentando ser virtuoso, que un individuo así, no sabe lo que es el amor. Si realmente prestaran atención a esto que les acabo de decir, sin una mente agresiva o sumisa, verían lo realmente verdadero que es. Si no ven esa verdad, es porque no quieren, o porque se encuentran tan profundamente satisfechos con ser líderes, con ser seguidores o con ser pretendidamente virtuosos, que rechazan todo lo demás. Pero si ustedes son sensibles, si investigan, si están abiertos, como cuando miran por una ventana, entonces tendrán que ver que esto es la verdad, no cabe duda de que lo verán.

Ahora les expondré las razones, porque todos ustedes son muy razonables, personas intelectuales que se pueden convencer. Pero, en realidad, nunca conocerán la verdad mediante el intelecto o la razón. Se podrán convencer por la razón, pero convencerse no es percibir lo que es verdadero. Existe una enorme diferencia entre ambas cosas. Un hombre que está convencido de algo es incapaz de ver lo que es verdadero. Un hombre que está convencido puede dejar de estarlo y volver a convencerse de otra manera. Pero un hombre que ve lo que es verdadero no está «convencido»; ve que eso es justamente la verdad.

Ahora bien, un líder que diga que conoce el camino, que conoce todo sobre la vida, que ha experimentado la realidad suprema —¡asegura que tiene las pruebas!—, con toda seguridad, lo que más le interesa es él mismo, sus visiones y cómo transmitírselas al pobre oyente. Un líder quiere dirigir a la gente hacia algo que él considera perfecto. Por lo tanto, un líder, ya sea político, social o religioso, ya sea su propia esposa o marido, una persona así carece de amor. Quizá pueda hablar del amor, quizá pueda ofrecerse para mostrar el camino del amor, quizá haga todo aquello que se supone que hace el amor, pero el sentimiento real del amor no está presente... porque es un líder. Si existe el amor, uno deja de ser un líder, porque el amor no

ejerce ninguna autoridad. Y lo mismo se aplica al seguidor. En el momento en que uno sigue a alguien está aceptando la autoridad; la autoridad que proporciona seguridad, un rincón seguro en el cielo, o un rincón seguro en este mundo. Cuando uno sigue a alguien, buscando seguridad para sí mismo, para su familia, para su raza, para su nación, ese seguimiento indica que necesita estar seguro, y una persona que busca la seguridad no conoce la cualidad del amor. Y lo mismo sucede con la persona virtuosa. El que cultiva la humildad seguro que no es virtuoso. La humildad no es algo que deba cultivarse.

Estoy tratando de explicarles que una mente que es sensible, que investiga, una mente que realmente escucha, puede percibir inmediatamente si algo es verdadero. Pero la verdad no puede «utilizarse». Si uno ve la verdad, ella opera por sí sola, sin necesidad de esfuerzo consciente por nuestra parte.

El descontento es el comienzo de la libertad, y en la medida en que uno trate de manipularlo, de aceptar la autoridad para que este desaparezca, de tener seguridad, irá perdiendo la sensación original de ese sentimiento. La mayoría de nosotros nos sentimos descontentos, ya sea con nuestro trabajo, con nuestras relaciones o con lo que estamos haciendo. Uno desea que algo suceda, cambie, avance, progrese. No sabe qué es. Pero existe una búsqueda, una investigación constante, especialmente cuando uno es joven, abierto y sensible. Más tarde, a medida que uno se va haciendo viejo, se acostumbra a sus hábitos, a su trabajo, pues su familia está segura, y su esposa ya no le abandonará. Y así, esa llama extraordinaria desaparece y uno se vuelve respetable, frívolo e irreflexivo.

Como ya he dicho, liberarse de algo no es libertad. Usted está, por ejemplo, intentando liberarse de la ira; yo no digo que no deba estar libre de la ira, sino que eso no es la libertad. Puedo liberarme de la codicia, de la mezquindad, de la envidia o de una docena de cosas más y, sin embar-



go, no ser libre. La libertad es una cualidad de la mente. Tal cualidad no se produce mediante una búsqueda y una indagación cuidadosa y respetable, mediante un análisis muy cuidadoso o una serie de ideas. Por eso es importante ver la verdad de que la libertad que pedimos una y otra vez es siempre una liberación de algo, como puede ser el librarse del sufrimiento. No es que no exista la liberación del sufrimiento, sino que esa demanda de librarse de él es solo una reacción y, por lo tanto, eso no nos libera del sufrimiento. ¿Lo he dejado claro?

Sufro por diferentes motivos, y quiero librarme de tales sufrimientos. Ese deseo de librarme del sufrimiento nace del dolor. Sufro por culpa de mi marido, de mi hijo o por otros motivos, y no me gusta el estado en que me encuentro: quiero salir de él. Ese deseo de liberación es una reacción, no es libertad. Es simplemente otro estado deseable que quiero alcanzar, en oposición al que ahora tengo. La persona que puede viajar por todo el mundo porque tiene mucho dinero no es necesariamente libre; ni tampoco lo es el hombre inteligente o eficiente, porque su ansia de ser libre no es más que una simple reacción. ¿Puedo ver que la libertad, la liberación, es algo que no puede aprenderse, adquirirse o buscarse por medio de cualquier reacción? Para eso tengo que entender la reacción, y también he de entender que la libertad no llega con cualquier esfuerzo de la voluntad. La voluntad y la libertad son contradictorias, de la misma forma que lo son el pensamiento y la libertad. El pensamiento no puede producir la libertad porque está condicionado. Tal vez en el plano económico pueda usted organizar el mundo de modo que el hombre llegue a sentirse más cómodo, que tenga más alimentos, ropa y casa, y quizá piense que eso es libertad. Esas cosas son necesarias, pero no son la libertad total. La libertad es un estado y una cualidad de la mente, y es esa cualidad la que estamos investigando. Sin ella, ya puede hacer lo que quiera, cultivar todas las virtudes del mundo, que no conseguirá esa libertad.

¿Cómo surge esa sensación de lo otro, esa cualidad de la mente? No se puede cultivar, porque en el momento en que se utilice el cerebro, se está utilizando el pensamiento, que es limitado. Tanto si es el pensamiento del Buda o de cualquier otro, todo pensamiento es limitado. Así pues, nuestra investigación ha de ser negativa; hemos de llegar a esa libertad de modo indirecto, no directamente. ¿Les estoy indicando algo, o no? Esa libertad no ha de ser buscada con dinamismo, ni ha de cultivarse mediante las privaciones, las disciplinas, los controles, las torturas, o haciendo diversos ejercicios y cosas por el estilo. Al igual que la virtud, la libertad debe llegar sin que uno lo sepa. La virtud cultivada no es virtud; la virtud que es verdadera no es consciente. Con toda seguridad, un hombre que ha cultivado la humildad, que se ha hecho humilde porque era vanidoso, presumido y arrogante, ese hombre carece de un auténtico sentido de la humildad. La humildad es un estado en el que la mente no es consciente de su propia cualidad, como la flor que despide una fragancia y no es consciente de su propio perfume. Por lo tanto, la libertad no puede conseguirse mediante ningún tipo de disciplina, ni puede entenderla una mente que sea indisciplinada. Se emplea la disciplina para conseguir un resultado, pero la libertad no es un resultado. Si lo fuera, ya no sería libre porque entonces sería un producto.

Así pues, ¿cómo puede la mente, que está llena de múltiples influencias, de compulsiones, de diversas formas de deseos contradictorios, que es producto del tiempo, cómo puede esa mente poseer la cualidad de ser libre? Sabemos que todas esas cosas de las que he estado hablando no son libertad. Todas ellas han sido producidas por la mente sometida a diversos tipos de estrés, de compulsiones e influencias. De esta manera, si lo considero de forma negativa, dándome perfecta cuenta de que todo eso no es libertad, entonces la mente ya estará disciplinada... pero no disciplinada para conseguir un resultado. Profundice-

mos brevemente en esto. La mente dice: debo disciplinar-me para conseguir un resultado. Eso está bastante claro. Pero esa disciplina no trae la libertad. Produce un resultado porque tengo un motivo, una causa que produce un resultado, pero ese resultado nunca es la libertad, es solamente una reacción. Esto está muy claro. Ahora bien, si empiezo a entender la forma como opera esa clase de disciplina, entonces, por el mismo proceso de la comprensión, de la investigación, del examen, mi mente se disciplina de verdad. No sé si ven lo que quiero decir... inmediatamente. La utilización de la voluntad para producir un resultado se llama disciplina; mientras que la comprensión de la trascendencia de la voluntad, de esa forma de disciplina y de lo que llamamos resultado, requiere una mente que se muestre extraordinariamente clara y «disciplinada»... no por la voluntad sino mediante la comprensión negativa.

Por lo tanto, de modo negativo, he llegado a comprender todo el problema de lo que no es la libertad. Lo he examinado, he buscado en mi corazón y en mi mente, en lo más recóndito de mi ser, para comprender lo que significa libertad, y veo que ninguna de esas cosas que he descrito lo es, porque todas ellas están basadas en el deseo, en la compulsión, en la voluntad, en lo que lograré al final, todas ellas son reacciones. Veo objetivamente que no son la libertad. Por consiguiente, al haber comprendido todo eso, mi mente está receptiva para averiguar o para recibir lo que es libre.

Luego mi mente posee una cualidad que no es la de una mente disciplinada que busca un resultado, ni la de una mente indisciplinada que vaga sin sentido, sino que ha comprendido, negativamente, tanto «lo que es» como «lo que debiera ser», y así percibe, entiende, esa liberación que no es de algo, esa libertad que no es un resultado.

Esto requiere mucha investigación. Si uno se limita a repetir que hay una libertad que no es la liberación de

algo, eso carece de sentido, y si dice que quiere alcanzar esa otra libertad, tampoco se encuentra en el buen camino, porque no podrá alcanzarla. El universo no puede entrar en la mente limitada; lo inconmensurable no puede venir a una mente que solo conoce la medida. Nuestra investigación, pues, irá encaminada a superar el bloqueo de la medida, lo cual no quiere decir que deba retirarme a un ashram, convertirme en un neurótico, en un devoto, y todos esos desatinos.

Aquí, si me permiten decirlo así, lo importante es la enseñanza y no quien enseña. La persona que les habla en este momento no es importante... así que ¡arrójenlo por la borda! Lo que es importante es lo que se dice. Sigamos. La mente solo conoce lo que se puede medir, sus dominios, sus fronteras, ambiciones, esperanzas, desesperación, sufrimiento, penas y alegrías. Una mente así no puede invitar a la libertad. Todo lo que puede hacer es ser consciente de sí misma y no condenar lo que ve; no condenar lo desagradable ni aferrarse a lo agradable, sino ver lo que es. La simple percepción de lo que es, es el inicio de la desaparición de las mediciones, de las fronteras y de los modelos de la mente. Simplemente ver las cosas como son. Entonces comprobará que la mente puede llegar de forma involuntaria a esa libertad, sin necesidad de conocimiento. Esta transformación de la mente es la auténtica revolución. Todas las demás revoluciones son reacciones, aunque utilicen la palabra *libertad* y prometan utopías, el cielo y todo eso. Solo hay auténtica revolución en la cualidad de la mente.



# Mutación radical de la mente

**I**NTERLOCUTOR: ¿Podríamos hablar sobre el cerebro y la mente? El pensamiento se desarrolla materialmente en las células cerebrales. Es decir, el pensamiento es un proceso material. Si se detiene el pensamiento y existe percepción sin pensamiento, ¿qué sucede con el cerebro material? Usted parece decir que el lugar apropiado para la mente está fuera del cerebro, pero ¿dónde se realiza ese proceso de percepción pura si no es en alguna parte del cerebro? ¿Cómo es posible que ocurra esa mutación en las células cerebrales si la percepción pura no tiene conexión con el cerebro?

KRISHNAMURTI: ¿Han comprendido ustedes la pregunta? En primer lugar, el interlocutor dice que quisiera establecer una diferencia entre el cerebro y la mente. Después pregunta si la percepción se produce fuera del cerebro, lo que quiere decir que el pensamiento no es el proceso de la percepción. También pregunta que si la percepción se realiza fuera del cerebro, cuál es el proceso del pensamiento y de la memoria; qué les sucede a las células cerebrales que están condicionadas por el pasado, y si se producirá una mutación en las células cerebrales si la percepción es exterior. ¿Está esto claro?

Bien, empecemos con el cerebro y la mente. El cerebro es un elemento material. Es un músculo, ¿no es cierto? Como el corazón. Las células cerebrales contienen todos los recuerdos. Por favor, no crean que soy un especialista del cerebro, tampoco he estudiado con expertos, pero he vivido mucho tiempo y he observado mucho, no solo las reacciones de los demás —lo que dicen, lo que piensan, lo que quieren decirme—, sino que he observado también cómo reacciona el cerebro. El cerebro ha evolucionado a lo largo del tiempo desde una simple célula; y tardó millones de años hasta llegar al mono, y otro millón de años hasta que el hombre pudo andar erecto, y de este modo pudo llegarse finalmente al cerebro humano. El cerebro humano está contenido dentro del cráneo, pero puede ir más allá de él. Uno está sentado aquí y piensa en su país o en su hogar; y con el pensamiento, no físicamente, se encuentra instantáneamente allí.

El cerebro tiene una capacidad extraordinaria, y tecnológicamente ha hecho las cosas más extraordinarias. Pero el cerebro también está condicionado por la limitación del lenguaje, no por el lenguaje en sí mismo, sino por la limitación del propio lenguaje. Está condicionado también por el clima en que vive, por la alimentación que uno tiene, por el ambiente social, por la sociedad en que se desarrolla, esa sociedad que ha sido creada por el cerebro. Así pues, esa sociedad no es diferente de las actividades del cerebro. Ha sido condicionado también por millones de años de conocimiento acumulado y basado en la experiencia, que es tradición. Yo soy inglés, usted es alemán, él es hindú o de color, es esto o lo otro; existen todas esas divisiones nacionalistas, que son divisiones tribales, y no hay que olvidar el condicionamiento religioso. Por lo tanto, el cerebro se halla condicionado, y al estar condicionado es limitado. El cerebro tiene una capacidad extraordinaria, ilimitada en el mundo tecnológico, con los ordenadores o computadoras y cosas por el estilo; pero es muy limitado con respecto a la psique.

Aunque desde los griegos, desde los antiguos hindúes, etcétera, se haya dicho «Conócete a ti mismo», nunca se ha estudiado la propia psique. Los psicólogos, los filósofos y los expertos estudian la psique de los demás, pero nunca estudian la propia. Estudian a los ratones, a los conejos, a las palomas, a los monos, etc., pero nunca dicen: «Voy a verme a mí mismo. Soy ambicioso, codicioso, envidioso, trato de competir con mi vecino, con mis colegas científicos». Se trata de la misma psique que ha venido existiendo desde hace miles de años, y aunque externamente seamos tecnológicamente maravillosos, interiormente somos muy primitivos.

Así pues, el cerebro es limitado y primitivo en el mundo de la psique. Ahora bien, ¿pueden superarse esas limitaciones? ¿Puede esa limitación, que es el yo, el ego, el interés egocéntrico, puede eliminarse todo eso? Si se pudiera, significaría que entonces el cerebro no estaría condicionado. ¿Entienden lo que estoy diciendo? Entonces no habría miedo. Pero la mayoría de nosotros vivimos con miedo, estamos angustiados, temerosos de lo que nos pueda suceder, temerosos de la muerte y de una docena de cosas más. ¿Podemos eliminar todo eso por completo y renovarnos? De ese modo el cerebro será libre y su relación con la mente será completamente distinta. Es decir, ver que uno no tiene ni rastro del yo. Resulta extraordinariamente difícil ver que el yo no está presente en ningún campo. El yo se esconde de muchas maneras, en cualquier rincón. El yo puede esconderse en la compasión, en irse a vivir a la India para cuidar de los pobres, porque entonces el yo se vincula a cierta idea, a una fe, a una conclusión, a una creencia. El yo posee muchas máscaras: la máscara de la meditación, la máscara de lograr lo más elevado, la máscara de estar iluminado y creer saber de lo que se está hablando. Todas esas preocupaciones por la humanidad son también otra máscara. Por tanto, uno ha de tener un cerebro extraordinario, sutil y rápido para ver dónde se es-



conden las máscaras. Se requiere una gran atención, mucha, muchísima observación. Pero usted no quiere hacer nada de eso, porque probablemente es muy perezoso o muy viejo, y dice: «¡Por amor de Dios, todo eso no vale la pena, déjeme en paz!». Pero si uno realmente quiere profundizar en ello, tendrá que vigilar como un halcón cada movimiento del pensamiento, cada movimiento de la reacción, para que el cerebro pueda librarse de su condicionamiento. El que les habla lo hace por él mismo, no por otro. Pero quizá se esté engañando a sí mismo, quizá esté tratando de fingir ser esto o aquello y usted no lo sepa. Así que, sea escéptico, dude, cuestione, no acepte lo que digan otros.

Cuando no hay condicionamiento del cerebro, este ya no se degenera. A medida que uno envejece —quizá no es su caso—, pero, por lo general, a medida que las personas se hacen mayores, sus cerebros empiezan a gastarse, pierden la memoria, se comportan de una determinada manera, ya saben ustedes lo que pasa. La degeneración no está solamente en América, la degeneración tiene lugar primeramente en el cerebro. Cuando el cerebro está completamente libre del yo y, por tanto, no está condicionado, entonces podemos preguntar: ¿qué es la mente? Los antiguos hindúes investigaron la mente y establecieron algunos principios. Pero dejando a un lado todo eso, para no depender de la opinión de nadie, por muy antigua o tradicional que pueda ser, tendremos que seguir preguntándonos: ¿qué es la mente? Nuestro cerebro se encuentra constantemente en conflicto y, por consiguiente, en desorden. Un cerebro así no puede entender lo que es la mente. La mente —no solo mi mente, sino la mente que ha creado el universo, la mente que ha creado la célula, la que es pura energía e inteligencia— solo puede relacionarse con el cerebro cuando este es libre. Pero si el cerebro está condicionado, no existe esa relación. ¡Ustedes no tienen por qué creerse todo esto! La inteligencia es la esencia de esa men-

te, no la inteligencia del pensamiento ni la inteligencia del desorden. Sino la que es puro orden, pura inteligencia y, por lo tanto, pura compasión. Esa mente se relaciona con el cerebro cuando este es libre.

Podría investigar esto mucho más, pero no lo voy a hacer. ¿Están ustedes cansados o están escuchando? ¿Están escuchándose a sí mismos, o simplemente me escuchan a mí? ¿Hacen las dos cosas a la vez? ¿Están ustedes observando sus propias reacciones, cómo funciona su cerebro? Es decir, acción y reacción, adelante y atrás, ir y venir, lo que quiere decir que no están escuchando. Solo escuchan cuando se detiene esa acción-reacción y, en consecuencia, lo que queda es solo el escuchar. Miren, el mar se halla en constante movimiento. La marea sube y baja. Esta es su acción. Pues el ser humano es como ella, hay acción y reacción; esa reacción produce otra reacción, la cual produce una nueva reacción en mí, y así adelante y atrás, una y otra vez. Cuando se produce ese movimiento de adelante y atrás, naturalmente no existe calma. Y solo en esa calma podrá escuchar usted la verdad o la falsedad, no cuando vaya adelante y atrás, adelante y atrás. Al menos véalo de una manera intelectual, lógica: que mientras exista ese movimiento constante, usted no está escuchando, ¿cómo podría estarlo? Solo se puede escuchar cuando existe un silencio absoluto. Vea lo lógico que es. ¿Es posible detener este movimiento de adelante y atrás?

Este que les habla dice que es posible cuando uno se ha estudiado a sí mismo, cuando ha penetrado dentro de sí muy profundamente, cuando se comprende a sí mismo; entonces puede decir que el movimiento se ha parado definitivamente.

El interlocutor pregunta que al estar la mente fuera, no contenida en el cerebro, ¿cómo puede la percepción —que solo se produce cuando no existe actividad del pensamiento— generar una mutación en las células cerebrales, que son un proceso material?

Mire, no lo compliquemos. En esto estriba una de nuestras dificultades: nunca enfocamos de la manera más sencilla una cosa compleja. Esta es una cuestión muy compleja, pero hemos de empezar, de la manera más sencilla, a comprender algo que es inmenso. Así que empezamos lo más sencillamente posible. Tradicionalmente, uno ha seguido toda su vida un determinado camino, ya sea religioso, económico, social, moral, etc., en una cierta dirección. Supongamos que he sido yo. Entonces usted viene y me dice: «Mire, el camino que está siguiendo no lleva a ninguna parte; le ocasionará muchos más problemas, seguirán matándose unos a otros indefinidamente, tendrá enormes dificultades económicas». Y usted me da razones lógicas, ejemplos, etc. Pero yo le digo: «No, lo siento, esta es mi forma de hacer las cosas». Y continúo por ese camino; la mayoría de la gente lo hace así, el noventa y nueve por ciento siguen por ese camino, incluidos los gurúes, los filósofos, los nuevos «iluminados». Regresa de nuevo y me dice: «Mire, ese es un camino peligroso, no vaya por ahí. Dé la vuelta y vaya en otra dirección completamente distinta». Y me convence, me muestra la lógica, la razón, la cordura de lo que me dice, así que doy la vuelta y me voy en una dirección totalmente distinta.

¿Qué ha ocurrido? Durante toda mi vida he estado caminando en una dirección; usted viene y me dice: «No vaya por ahí, es peligroso, no lleva a ninguna parte. Tendrá más problemas, más enfermedades, más complicaciones. Vaya en otra dirección, las cosas serán completamente diferentes». Y yo, con sensatez, acepto su lógica, sus palabras, y me encamino hacia otra dirección. ¿Qué le ha sucedido al cerebro? Obsérvelo sin complicaciones. Al ir en aquella dirección, y de repente cambiar a la otra, las células cerebrales se han modificado. ¿Comprende? He roto la tradición. Es tan sencillo como eso. Pero la tradición es muy fuerte, tiene echadas sus raíces en mi existencia presente, y usted me está pidiendo que haga algo

contra lo que me rebelo; por lo tanto, no escucho. O quizá escucho para averiguar si lo que usted está diciendo es verdadero o falso. Quiero saber la verdad del asunto, no lo que deseo o lo que me complace, sino saber la verdad, y, como soy serio, presto atención con todo mi ser y veo que usted tiene toda la razón. He cambiado. En ese cambio hay una modificación de las células cerebrales. Es tan sencillo como eso.

Supongamos que soy católico practicante, o devoto hindú, y usted viene y me dice: «Mire, no sea tonto, todo eso es una necedad. Es simple tradición, palabras sin apenas significado, aunque esas palabras hayan ido acumulando importancia». Usted me señala eso y yo veo que lo que dice es verdad; cambio y me libero de ese condicionamiento; por consiguiente, hay una modificación, una mutación en el cerebro. O quizá he sido educado, como hemos sido educados todos nosotros, para vivir con miedo. Y usted me dice que eso puede terminar, y yo le digo instintivamente: «Quiero verlo, vamos juntos a averiguarlo». Quiero averiguar si lo que usted dice es verdadero o falso, si realmente se le puede poner fin al miedo. Así pues, le dedico tiempo, hablo con usted, quiero ver, aprender, mi cerebro está para descubrir, no para que le digan lo que ha de hacer. En el momento en que empiezo a investigar, a trabajar, a mirar, a observar todo el proceso del miedo, o lo acepto y digo que me gusta vivir con él, o lo rechazo y me alejo de él. Cuando uno ve eso, se produce un cambio en las células del cerebro.

Si ustedes pudieran observar esto sin complicaciones, comprobarían que es así de simple. Hagámoslo un poco más complejo: cuando hay percepción —que no se deba al esfuerzo, ni a la voluntad ni a otro motivo— se produce una mutación en las células cerebrales mismas. La percepción se produce cuando hay observación sin la actividad del pensamiento, cuando la memoria —que es tiempo y que es pensamiento— está en absoluto silencio: observar algo

sin el pasado. Háganlo. Miren a quien les habla sin los recuerdos que hayan acumulado sobre él. Obsérvenlo, u observen a su padre, a su madre, a su marido, esposa, novia, etcétera —no importa a quien sea—, observen sin ningún recuerdo ni ofensa ni culpa ni nada de lo que pueda aparecer desde el pasado. Simplemente observen. Cuando uno observa de ese modo, sin ningún prejuicio, entonces se produce la liberación de aquello que ha existido.

## La negación total es la esencia de lo positivo

**P**ARA averiguar lo que es verdadero y no seguir a alguien para que se lo diga, o proclame de forma arbitraria lo que es falso y lo que es cierto, uno ha de ver lo que es intrínsecamente falso y descartarlo. En otras palabras, uno descubre lo que es verdadero, con absoluta seguridad, solo a través de la negación. Digamos, por ejemplo, que uno comprueba que no puede tener la mente en calma mientras tenga codicia. Entonces no se dirige a la calma de la mente, sino a la codicia. Investiga para ver si la codicia, o la avaricia o la envidia pueden abandonarse de una manera definitiva. Hay una limpieza constante de la mente, un proceso constante de negación.

Si quiero comprender la totalidad de esto tan extraordinario que llamamos vida, y que debe incluir a todas las religiones; si quiero ser sensible ante esto, apreciarlo, y veo que el nacionalismo, el provincianismo, o cualquier actitud limitada es lo más destructivo para tal comprensión, ¿qué sucede? Comprendo, sin ninguna duda, que debo abandonar ese nacionalismo, que debo dejar de ser hindú, musulmán o cristiano. Debo cesar en esa actitud sectaria, nacionalista, y liberarme de la autoridad de una religión organizada, del dogma y de la creencia. Por consiguiente, a través de la negación la mente comienza a percibir lo que es verdadero. Pero a la mayoría de nosotros

nos parece que es muy difícil comprender mediante la negación, porque creemos que eso no nos llevará a ninguna parte, ni nos dará nada. Decimos que eso nos producirá un estado de vacío... ¡como si nuestra mente no estuviera ya en un estado de vacío!

Para comprender la inmensidad, la cualidad eterna de la vida, está claro que hay que abordarla por la vía negativa. Si uno está comprometido con una determinada forma de obrar, con un cierto modelo de existencia, no es de extrañar que le parezca muy difícil liberarse de todo eso y plantearse un nuevo camino, un nuevo enfoque. Después de todo, la muerte es la última negación. Solamente si uno muere ahora, mientras sigue viviendo, lo cual significa la incesante ruptura de todas las pautas de costumbres, de las distintas actitudes, de las conclusiones, ideas y creencias que uno tiene, solamente entonces podrá uno descubrir lo que es la vida. Pero la mayoría de nosotros decimos: «No puedo romper la pauta, el modelo, es imposible; así que he de aprender la forma de romperlo; tengo que practicar cierto sistema, un método para romperlo». Y así nos hacemos esclavos del nuevo modelo que establecemos con la práctica. Pero no lo hemos roto, sino que simplemente hemos sustituido el viejo modelo por otro nuevo.

Ustedes asienten con la cabeza, dicen que esto es cierto, lógico y claro, pero siguen con el modelo, viejo o nuevo, ¡da igual! Me parece que el problema real estriba en la pereza de la mente. Cualquiera mente, por poco inteligente que sea, puede ver que interiormente queremos tener seguridad, un abrigo, un refugio en donde no nos molesten; y que esta necesidad de estar seguros nos crea un modelo de vida que se torna hábito. Pero romper ese modelo requiere mucha energía, pensamiento, investigación y la mente lo rechaza, porque se dice: «Si rompo mi modelo de vida, ¿qué será de mí? ¿Qué será de esta escuela si se rompe el viejo modelo? Sería el caos». ¡Como si no hubiera caos ahora mismo!

Siempre estamos viviendo en un estado de contradicción desde el cual actuamos y, por consiguiente, todavía generamos más contradicción, más aflicción. Hemos hecho del vivir un proceso de acción opuesto al ser. El hombre que es muy hábil, el que convence a los demás mediante el don de su palabrería o de su forma de vida, el que se viste con andrajos y exteriormente se convierte en santo, ese hombre interiormente puede estar actuando sumido en un estado de contradicción. Puede ser una entidad desastrosamente desgarrada, pero debido a que muestra una parafernalia externa propia de una vida santa, todos lo seguimos ciegamente. Mientras que si realmente profundizamos y comprendemos este problema de la contradicción, tanto dentro como fuera, entonces creo que nos encontraremos con una acción que no se halla alejada de la vida, sino que es parte de nuestra existencia diaria. Tal acción no surge de una idea, sino del ser. Es la comprensión de la totalidad de la vida.

No sé si ustedes habrán llegado alguna vez a preguntarse: «¿Qué voy a hacer?». Si es que se plantean esa pregunta, ¿no la contestan siempre de acuerdo con un modelo de pensamiento que ya tienen establecido? Ustedes nunca se atreven a preguntarse: «¿Qué haré?»... y ahí se detienen. Siempre dicen: «Se debe hacer esto, no se debe hacer aquello». Solo la mente inteligente, la mente despierta, la mente que ve la importancia de todo este proceso, es la que se pregunta: «¿Qué haré, qué acción emprenderé?», sin tener una respuesta prefabricada. Al llegar a ese punto mediante la negación, esa mente empieza a comprender, a ser sensible con la totalidad del problema de la existencia.





## La división entre el pensador y el pensamiento, el observador y lo observado

**L**ES ruego que atiendan, un poquito al menos, lo que sigue. Puede parecer complejo, pero no lo es si escuchan en silencio. Tenemos el observador y la cosa observada, y entre los dos hay una división; y esta división, esta pantalla intermedia, es la palabra, la imagen, la memoria, el espacio en el que tiene lugar todo conflicto; ese espacio es el ego, el «yo», que es la acumulación de palabras, de imágenes, de recuerdos de miles de días del pasado. Por consiguiente, no hay un contacto directo con «lo que es». Ustedes pueden condenar «lo que es», racionalizarlo, aceptarlo o justificarlo, pero al ser todo ello una verbalización, no hay contacto directo; por tanto, no hay comprensión y, como consecuencia, no hay solución de «lo que es».

También existe la envidia —es decir, cálculo comparativo—, y uno que está condicionado para aceptarla. Hay quien es brillante, inteligente, tiene éxito, pero otros no. Desde la infancia se nos ha educado para medir y comparar. Así nace la envidia, pero uno la observa «objetivamente» como algo externo a uno mismo, cuando realmente el observador es esa envidia. No existe una división real entre el observador y lo observado.

Por consiguiente, el observador advierte que no puede hacer nada con la envidia. Ve muy claramente que haga lo que haga respecto a ella sigue siendo envidia, porque él es

al mismo tiempo la causa y el efecto. Por tanto, ese «lo que es», que constituye nuestra vida diaria con todos sus problemas de envidia, celos, miedo, soledad y desesperación, no es diferente del observador que dice: «Yo soy todas esas cosas». El observador es envidioso, es celoso, tiene miedo, está solo y lleno de desesperación; no puede hacer nada con «lo que es», sin que eso signifique que lo acepta ni que viva ni que esté satisfecho con «lo que es». Este conflicto se produce por la división entre el observador y lo observado; pero cuando ya no existe resistencia alguna a «lo que es», entonces se produce una transformación completa, y esa transformación es meditación. Así pues, al descubrir por sí mismo toda la estructura y la naturaleza del observador, que es usted, y también de lo observado, que también es usted, la percepción de esa totalidad, de esa unidad, es meditación, y en esa meditación no existe conflicto de ninguna clase y, por lo tanto, es una completa disolución y un trascender «lo que es».

Entonces, ¿cuál es la función del pensar, o del pensamiento? Uno debe tener conocimientos: el conocimiento científico, que es la experiencia acumulada del hombre, la experiencia de usar palabras, cómo tocar el piano, etc. Hay que tener muchos conocimientos, y no podemos prescindir de los conocimientos técnicos.

También podemos ver lo que ha hecho el conocimiento. Tenemos conocimientos acumulados como experiencia de lo que sucedió ayer. Uno quiere que eso se repita y quizá no suceda, lo cual da lugar al dolor. Así que el conocimiento es necesario en una dirección, pero en otra dirección engendra el miedo y el dolor.

Cuando tuvo la experiencia de la puesta de sol de ayer, fue algo nuevo, fresco, lleno de alegría, algo increíble. Pero la luz, la disposición y la sensación de aquello se registra-

ron, se convirtieron en conocimiento y, por tanto, en lo viejo. Lo viejo dice que quiere tener una experiencia nueva, y la nueva experiencia se traduce en términos de placer.

Así que uno ve lo que hace el pensamiento, ve que este debe funcionar de forma lógica, sensata, efectiva y objetiva en el mundo tecnológico, y ve también el peligro del pensamiento. Entonces surge la complicación: ¿cuál es la entidad que mantiene el pensamiento, el pensamiento como placer, como dolor? ¿Qué es lo que mantiene esta memoria como un centro desde el cual opera? ¿Hemos observado que hay en nosotros un observador y una cosa observada? El observador es el censor, es el conocimiento acumulado como cristiano, hindú, comunista, etc. El observador es el centro, es el ego, el «yo». Ese «yo», ese ego, inventa un superego, o atmán, pero sigue siendo parte del pensamiento. Por ello, tenemos en nosotros la dualidad del observador y lo observado, el «yo» y el «ellos», nosotros, los hindúes, y ellos, los musulmanes. Esta división es la causa de todo conflicto.

El observador es quien mantiene la memoria de la que surgen todos los pensamientos; por tanto, el pensamiento nunca es nuevo, nunca es libre. Solo puede pensar en la libertad o inventarla.

¿Cómo observa uno sin el observador, que es el pasado, la imagen? Uno se ha formado, a lo largo del tiempo, una imagen de su esposa o de su marido, una imagen que se ha generado durante diez o cuarenta años, durante un día o un mes. El que crea la imagen es el observador, y lo que queremos saber es si uno puede observar a su esposa, a su esposo, o a un árbol, sin la imagen, sin el observador. Para averiguarlo, tenemos que descubrir la maquinaria creadora de imágenes. ¿Qué es lo que crea las imágenes? Si entendemos eso, jamás las crearemos, y podremos observar sin el observador.

Queremos saber si alguna vez podrá dejar de existir el creador de imágenes, la maquinaria de creación de imáge-

nes. Les explicaré cómo puede desaparecer. Previamente debemos investigar qué es la percepción, qué es darse cuenta, darse cuenta de los árboles, de nuestro vecino, de la forma del salón, darse cuenta del color de los diferentes saris, de las camisas, darse cuenta externa e internamente, darse cuenta sin elección.

Alguien me insulta, y en ese momento del insulto, si hay una percepción total, no hay registro, no deseo devolverle el golpe, no quiero insultarlo, me doy cuenta del insulto o de la lisonja de una forma pasiva y, por consiguiente, no hay formación de imagen. La próxima vez que alguien lo insulte o lo adule, esté completamente atento.

Entonces veremos que las viejas estructuras del cerebro se calman, no actúan de forma instantánea. No se produce el registro, porque uno se halla plenamente atento. Compruébelo cuando salga la próxima vez, mire un árbol, obsérvelo, vea su belleza, la fortaleza de su tronco, la forma de las ramas, las delicadas hojas, la figura que tiene, sin la imagen, esa imagen que pertenece al conocimiento previo de que usted ya ha visto ese árbol. Entonces usted lo mira sin el observador, mira a su esposa o a su marido, como si los estuviera viendo por primera vez, es decir, sin imagen. Esta forma de ver es auténtica relación, no la relación entre una imagen y otra imagen. Por eso, una mente que es capaz de observar con tanta agudeza es capaz de observar lo que es la verdad.

Mire el cielo, mire ese árbol, mire la belleza de la luz, mire las nubes con sus formas, con su delicadeza. Si usted las mira sin ninguna imagen, ha entendido su propia vida. Pero usted se mira a sí mismo como un observador, y mira su vida como algo que ha de ser observado; hay una división entre el observador y lo observado. Esta división es la esencia de todo conflicto, la esencia de toda lucha, dolor, miedo y desesperación. En donde haya una división entre

los seres humanos, división de nacionalidades, división de religión, división social, siempre que exista una división, tiene que haber conflicto. Tenemos a Pakistán por un lado y a la India por otro luchando unos contra otros. Uno es brahmán y el otro no lo es, y se produce el odio, la división. Ahora bien, esa división externa, con todos sus conflictos, es la misma que la división interna, como el observador y lo observado.

Una mente que esté en conflicto nunca podrá comprender lo que es la verdad. Una mente en conflicto es una mente torturada, una mente deformada. ¿Cómo podrá ser libre para observar la belleza de la tierra, de un niño, de una hermosa mujer o de un hombre, o la belleza de la sensibilidad extraordinaria y de todo lo que eso significa?

Ahora vamos a averiguar por nosotros mismos —no por quien les habla— si es posible poner fin a esta división entre el observador y lo observado. ¿Comprenden todo esto? Atiendan, por favor, esto es importante si realmente quieren avanzar. Uno tiene que profundizar en la cuestión de lo que es el amor, de lo que es la muerte, de lo que es la belleza de la verdad, de lo que es la meditación, y de lo que es una mente que está en completa calma. Y para comprender todo eso, uno ha de comenzar por ponerle fin al conflicto, el cual existe siempre que haya observador y observado.

El tema siguiente sería: ¿Qué es este observador, el observador que se ha separado de lo observado? Vemos que cuando estamos enojados, en el momento del enojo, no hay observador. En el momento en que se experimenta algo, no hay observador. Cuando uno mira una puesta de sol, esa puesta de sol es algo inmenso; cuando uno la mira, no hay un observador que diga que está viendo la puesta de sol. Un segundo más tarde aparece el observador. Supongamos que uno está enojado, en el momento del enojo no hay observador, no hay experimentador, solamente hay un estado de enojo. Un segundo después aparece el obser-

vador que dice que no debiera haberse enojado, o bien que tenía razón para enojarse. Esto es el inicio de la división.

¿Cómo sucede esto? ¿Por qué en el momento de la experiencia hay una ausencia total del observador, y cómo es que un segundo más tarde el observador aparece? Cuando uno mira esta flor, en el momento en que está observándola detenidamente no hay observador, solo hay una mirada. Después uno empieza a ponerle un nombre a la flor y dice que quisiera tenerla en su jardín o en su casa. Entonces uno ya ha empezado a crearse una imagen de esa flor. La imagen y el creador de imágenes son el observador, y el observador es el pasado, el «yo» como observador es el pasado, el «yo» es el conocimiento que he acumulado, el conocimiento del dolor, de la pena, de la agonía, del sufrimiento, de la desesperación, de la soledad, de los celos. El observador mira esa flor con los ojos del pasado. No sabemos cómo mirar sin el observador y, por consiguiente, causamos conflictos.

Ahora bien, nuestra pregunta es: ¿Puede uno observar no solo la flor, sino su vida, su agonía, su desesperación, su dolor, sin ponerles nombre, sin decirse: «Tengo que superar eso, tengo que suprimirlo». ¿Podemos mirarlo sin el observador? Consideremos, por ejemplo, algún rasgo particular nuestro, o consideremos lo que son la mayoría de las personas: envidiosas. Sabemos lo que es la envidia. Estamos muy familiarizados con ella. La envidia es la comparación, la medida del pensamiento, comparar lo que uno es con lo que debiera ser, o con lo que quisiera llegar a ser. Cuando uno se siente envidioso de su vecino —tiene un coche más grande, una casa mejor, etcétera—, con toda certeza siente envidia; es decir, se compara con él y le envidia más. Ahora bien, ¿podemos observar ese sentimiento sin decir si está bien o mal, sin ponerle nombre? ¿Podemos observarlo sin la imagen? Entonces lo trascendemos. En lugar de luchar con la envidia y tratar de suprimirla, debemos observarla sin ponerle nombre.

El poner un nombre a algo es el proceso del recuerdo pasado que justifica o condena. Si podemos observarlo sin nombrarlo, entonces veremos que lo trascendemos.

En el momento en que conocemos la posibilidad de trascender «lo que es», estamos llenos de energía. La persona que no sabe cómo trascender «lo que es», porque no sabe cómo ha de hacerlo, tiene miedo, quiere evadirse. Esa persona pierde energía. Si uno tiene un problema y puede resolverlo, entonces tiene energía. Una persona que tiene mil problemas y no sabe qué hacer con ellos, pierde su energía. Del mismo modo se debe observar la vida, en la que existe lo que llamamos amor.

¿Qué es el amor? No estamos discutiendo teorías sobre lo que debiera ser el amor. Estamos observando lo que llamamos amor. ¿Es placer el amor? ¿Son los celos amor? ¿Puede amar un hombre que es ambicioso? ¿Puede amar un hombre que es competitivo? Pues todos ustedes son competitivos, quieren un empleo mejor, una posición mejor, una casa mejor, una mejor imagen de sí mismos. ¿Pueden amar cuando desarrollan toda esta tiranía, cuando dominan a su marido, a su mujer, a sus hijos? Cuando buscan el poder, ¿hay posibilidad de amor?

Al eliminar lo que no es el amor, lo que queda es amor. Se ha de rechazar todo lo que no es amor, es decir, la ambición, la competición, la agresión, la violencia, de palabra, de hecho o de pensamiento. Cuando se rechaza lo que no es amor, entonces se sabe lo que es el amor. El amor es algo inmenso, algo que se siente con fuerza; el amor no es placer. Por eso uno debe comprender el placer y no intentar amar a alguien.

Ahora pasemos a examinar lo que es el observador... si les quedan fuerzas para continuar con esto. ¿Qué es el observador? No hay duda de que el observador es el pasado;



el pasado, ya sea de hace unos pocos segundos, de ayer o el pasado de hace muchos años; muchos años como una entidad condicionada que vive en una determinada cultura. El observador es el pasado. El observador es la suma total de las experiencias pasadas. El observador es el conocimiento. Cuando digo que lo conozco a usted porque nos encontramos ayer; cuando digo que soy hindú, católico, protestante, comunista, musulmán, etc., es el pasado, he sido condicionado en la cultura en la que me he educado. El observador es el pasado, eso es evidente, ¿no? El observador se encuentra dentro del campo del tiempo... lo cual lo complica un poco más. El observador es el pasado que, a través del presente, modifica el futuro. Y el futuro sigue siendo el observador. Cuando dice: «Seré eso», ha proyectado «eso» desde el conocimiento pasado, ya sea placer, dolor, sufrimiento, deleite, miedo, etc., y entonces dice: «Debo llegar a ser eso». Es decir, el pasado que pasa por el presente, que se modifica convirtiéndose en el futuro, que es una proyección del pasado. El observador es el pasado. Es decir, usted vive en el pasado, ¿no es cierto? Piénselo. Usted es el pasado y vive en el pasado. Y esa es su vida. Recuerdos pasados, deleites pasados, placeres pasados... y los fracasos, las insatisfacciones, las aflicciones, todo está en el pasado. Y a través de los ojos del observador usted empieza a juzgar el presente, que está vivo, que cambia. ¿Estamos de acuerdo?

Así pues, cuando yo me observo, me estoy observando con los ojos del pasado y, por lo tanto, condeno, juzgo, evalúo y digo que esto está bien, o está mal, o es bueno, o es malo, según la cultura, la tradición, el conocimiento, la experiencia que haya acumulado el observador. Por consiguiente, eso impide la observación de lo que está vivo, que es el «yo». ¡Y ese «yo» puede que no sea en absoluto yo! Solo conozco el «yo» como pasado. No sé si comprenden esto. Cuando el musulmán dice que es musulmán, es el pasado, condicionado por la cultura en la que ha sido educa-

do. Como lo es el católico o el comunista. Todo se basa en esto. Así que cuando hablamos de vivir, hablamos de vivir en el pasado. Y, por tanto, hay conflicto entre el pasado y el presente, porque estoy condicionado como musulmán, o lo que sea, y no puedo encontrar el presente vivo que exige que destruya mi condicionamiento. Mi condicionamiento me lo ha causado de forma deliberada mi padre, mis antepasados, al confinarme en la estrecha senda de sus creencias, de sus tradiciones, de sus males y desgracias. Eso es lo que está sucediendo todo el tiempo; no solo hay condicionamiento por el pasado, por la cultura en la que hemos vivido, sino también por cada incidente, experiencia y suceso. Vivimos en el pasado. Veo una hermosa puesta de sol, y digo: «¡Qué maravillosa es! ¡Mire la luz, las sombras, los rayos del sol, el verdor, las colinas!». Y eso se almacena, y ese recuerdo actuará mañana, diciendo: «Tengo que volver a mirar el sol, tengo que volver a encontrar aquella belleza». Y como entonces no puedo encontrarla, me esfuerzo por hallarla... y me voy a un museo. Y comienza todo el entretenimiento. ¿Comprenden?

Ahora bien, ¿puedo observarme con ojos que nunca hayan sido afectados por el tiempo? El tiempo implica analizar, aferrarse al pasado, todo ese proceso de soñar, de recordar, de recobrar el pasado y aferrarse a él... todo eso. ¿Puedo observarme sin los ojos del tiempo? Hágase esa pregunta. No diga que puede o que no puede. No lo sabe. Y cuando se mire sin los ojos del tiempo, ¿qué habrá que mirar entonces? No me conteste, por favor. ¿Comprende mi pregunta? Yo me he mirado con la cualidad, la naturaleza y la estructura del tiempo, del pasado; me he mirado a través de los ojos del pasado. No tengo otros ojos para mirar. Me he mirado como católico, o lo que sea, que es el pasado. Así que mis ojos son incapaces de mirarme, de mirar «lo que es», sin el tiempo, que es el pasado. Así que yo hago la siguiente pregunta: ¿pueden mirar los ojos sin el pasado?

Ahora, permítame que presente la cuestión de otro modo. Tengo una imagen de mí, no solamente creada por la cultura en la que he vivido, sino que también tengo una imagen particular de mí mismo, aparte de la cultural. Tenemos muchísimas imágenes. Tengo una imagen de usted, tengo una imagen de mi esposa, de mis hijos, de mi líder político, de mi sacerdote; y tengo una imagen de lo que debiera ser y no soy, y también la imagen que me ha impuesto la cultura. Tengo una gran cantidad de imágenes. ¿No las tienen ustedes?

(La audiencia responde «¡Sí!».)

¡Fantástico! Ahora bien, ¿cómo puede observarse sin la imagen? Porque si se mira con una imagen, evidentemente es una distorsión ¿No es cierto? Yo lo miro a usted con la imagen que me he formado de usted, que ha sido formada por el enfado que usted tuvo ayer conmigo, la imagen de que usted ya no es mi amigo, de que usted es desagradable, de que es esto o aquello. Ahora bien, esa imagen distorsionará la percepción cuando lo encuentre la próxima vez. Así que esa imagen es el pasado, todas mis imágenes son el pasado. Y no me atrevo a deshacerme de ninguna de estas imágenes porque no sé qué pasaría si me quedara sin ellas. Así que me aferré a una o dos imágenes. Y de este modo la mente depende de la imagen para su supervivencia.

¿Puede observar la mente sin imagen alguna, sin la imagen del árbol, de la nube, las colinas, las aguas que fluyen, la imagen de mi esposa, mis hijos, mi marido, mi tío, sin ninguna imagen en la relación? La imagen es la que causa el conflicto en la relación, ¿verdad? No puedo continuar con mi mujer porque se ha portado mal conmigo. Esa imagen se ha ido construyendo día tras día, e impide cualquier tipo de relación; quizá durmamos juntos, pero eso no tiene importancia. Y se producen las peleas. Así pues, ¿puede la mente mirar, observar, sin ninguna imagen que haya formado el tiempo? Lo que quiere decir, ¿puede la mente observar sin imagen alguna? ¿Puede observar sin el

observador, que es el pasado, el «yo»? ¿Puedo mirarlo a usted sin el «yo», como entidad condicionada?

INTERLOCUTOR: ES imposible.

KRISHNAMURTI: ¿Imposible? ¿Cómo sabe usted que es imposible? En el momento en que dice que es imposible, usted ya se ha bloqueado. Y si dice que es posible, también se está bloqueando. Pero si dice, vamos a averiguarlo, a examinarlo, a investigarlo, entonces usted verá que la mente puede observar sin los ojos del tiempo. Y cuando observa de ese modo, ¿qué es lo que se observa?

Empecé averiguando cosas sobre mí. He explorado todas las posibilidades, los análisis, todo eso, y veo que el observador es el pasado, que la mente vive en el pasado, porque el cerebro ha evolucionado con el tiempo, que es el pasado. Y en el pasado hay «seguridad». ¿De acuerdo? Mi casa, mi esposa, mi creencia, mi estatus, mi posición, mi fama, mi pequeño y criticado «yo»... en todo eso hay gran «seguridad», «protección». Y yo pregunto: ¿puede observar la mente sin nada de eso? Y si observa de ese modo, ¿queda algo por ver, excepto las colinas, las flores, los colores, la gente? ¿Hay algo en mí que pueda observarse? Por lo tanto, la mente es totalmente libre. Usted puede decir: ¿Qué significa eso de ser libre? Pues significa que una mente libre no tiene conflictos; que una mente así está completamente en silencio, en paz y no es violenta; que una mente así puede crear una nueva cultura; una nueva cultura, no una contracultura de lo viejo, sino algo completamente diferente, en donde no exista ningún tipo de conflicto. Uno ha descubierto, no como teoría, no como una afirmación verbal, sino como un hecho real dentro de uno, que la mente puede observar de una forma total, o sea, sin los ojos del pasado, y que, en consecuencia, la mente es algo completamente diferente.

¿Qué debemos hacer con el problema tan obvio de que nuestras mentes están condicionadas, de que nuestras mentes están continuamente parlotando y nunca en calma? Intentamos imponer el silencio, o a veces surge por casualidad. Para hacer algo con este problema, para comprenderlo, para verlo, es necesario el silencio de la mente, que no esté dividida, desgarrada o torturada. Si quiero ver algo con total claridad, ya sea un árbol, una nube o el rostro de una persona que esté cerca de mí, para verlo con total claridad y sin distorsión, la mente no debe estar parlotando. Eso es indudable. La mente ha de estar muy silenciosa para observar, para ver. Y ese mismo ver es hacer y aprender. Entonces, ¿qué es la meditación? ¿Es posible considerar, observar, comprender, aprender, ver con total claridad, sin distorsión alguna, escucharlo todo tal como es, sin interpretarlo o traducirlo de acuerdo con los propios prejuicios? Cuando uno escucha a los pájaros por la mañana, ¿podemos escucharlos con sumo interés, sin que haya una palabra que aparezca en la mente, escucharlos con atención total, escucharlos sin decirnos qué mañana tan bella, tan hermosa, tan maravillosa?

Todo eso significa que la mente debe estar silenciosa, pero la mente no puede estarlo cuando existe algún tipo de distorsión. Por eso uno debe comprender todos los tipos de conflicto, ya sea entre el individuo y la sociedad, entre el individuo y el vecino, con uno mismo, con la esposa, el marido, los hijos, etc. Cualquier tipo de conflicto, a cualquier nivel, es un proceso distorsionador. Cuando hay una contradicción en uno mismo, que se produce cuando uno quiere expresarse de diferentes maneras y no lo logra, entonces hay conflicto, lucha, dolor que distorsiona la cualidad, la sutileza, la rapidez de la mente.

La meditación es la comprensión de la naturaleza de la vida con su actividad dual, con su conflicto; ver su auténtica importancia y veracidad, de modo que la mente, aunque haya estado condicionada durante miles de años, viviendo

en conflicto, en lucha, en batalla, se vuelva clara, sin distorsión. La mente ve que la distorsión es inevitable cuando sigue una ideología o tiene una idea de lo que debiera ser como opuesto a lo que es, ya que de aquí nace una dualidad, un conflicto, una contradicción, y como consecuencia una mente que está torturada, trastornada.

Solo hay una cosa: «lo que es». Nada más. El estar interesado de una manera total por «lo que es», elimina toda forma de dualidad y entonces no habrá conflicto ni mente torturada. Así pues, la meditación es una mente que ve realmente «lo que es», sin interpretarlo, sin desear que no existiese ni aceptarlo.

La mente solo puede hacer esto cuando el «observador» deja de existir.

Por favor, es importante entender esto: la mayoría de nosotros tenemos miedo. Tenemos miedo, y el que desea librarse del miedo es el «observador». El «observador» es la entidad que «reconoce» un nuevo miedo y lo interpreta en función de los viejos miedos conocidos y almacenados desde el pasado, de los cuales se ha evadido. Por tanto, en la medida que haya un «observador» y una cosa observada, tiene que haber dualidad y el consiguiente conflicto, y la mente distorsionada. Este es uno de los estados más complicados, algo que es necesario que comprendamos. Mientras haya un «observador», tiene que haber un conflicto de dualidad.

¿Es posible ir más allá del «observador», ese «observador» que es la acumulación total del pasado, el «yo», el ego, el pensamiento que surge de este pasado acumulado?

Este que les habla confía en que, mientras les expone esto, estén escuchando y observando con suma atención, a fin de ver si es posible eliminar todo conflicto, de manera que la mente pueda encontrarse definitivamente en paz... no satisfecha, pues la satisfacción solo surge cuando hay insatisfacción, la cual sigue siendo parte del proceso de la dualidad. Solo cuando no hay «observador» sino solamen-

te observación y, por tanto, no existe conflicto, puede haber completa paz. De otro modo, lo que hay es violencia, agresión, brutalidad, guerras, y todas las demás características de la vida moderna.

Así pues, la meditación es la comprensión del pensamiento, y el descubrimiento, por uno mismo, de si se puede poner fin a ese pensamiento. Solo entonces, cuando la mente esté en silencio, podrá ver en realidad «lo que es» sin ninguna deformación, hipocresía o ilusión. Hay sistemas y gurúes que dicen que para poner fin al pensamiento uno debe aprender a concentrarse y a controlarse. Pero una mente disciplinada, en el sentido de que ha sido disciplinada para imitar, para someterse, para aceptar y obedecer, siempre sentirá miedo. Una mente así nunca podrá encontrarse en calma, y únicamente podrá aparentar estar en calma. Tampoco es posible conseguir esa serenidad de la mente con el uso de drogas o la repetición de palabras. De ese modo uno puede reducirla al embotamiento, pero no estará en silencio.

La meditación es el final del sufrimiento, el final del pensamiento que alimenta el temor y el sufrimiento, el temor y el sufrimiento en la vida diaria, en el matrimonio, en el trabajo. En el trabajo debemos utilizar los conocimientos técnicos, pero cuando esos conocimientos se emplean con propósitos psicológicos para hacerse más poderoso, para ocupar una posición que le dé más prestigio, honor y fama, solo producirán antagonismo y odio. Una mente así nunca comprenderá lo que es la verdad. La meditación es la comprensión de la vida, es la comprensión del sufrimiento y del miedo, y de la manera de trascenderlos. Trascenderlos no es solamente comprender de forma intelectual o racional el significado del proceso del sufrimiento y del miedo, sino ir realmente más allá de ellos. Hacer eso es observar y ver muy claramente el sufrimiento y el miedo tal como son. En ese ver con claridad, el «observador» tiene que dejar de existir.

La meditación es la vida, no la huida de la vida. Evidentemente, la meditación no es experimentar visiones o tener experiencias extrañamente místicas. Como es sabido, se puede tomar una droga psicodélica que produzca ciertas reacciones químicas y vuelva a la mente muy sensible, y en ese estado de sensibilidad puede ver las cosas con más claridad, pero todo ello seguirá dependiendo de su condicionamiento.

La meditación tampoco es la repetición de palabras. Últimamente se ha impuesto la moda de que alguien nos dé una palabra sánscrita para que la repitamos una y otra vez, esperando conseguir con ello una experiencia extraordinaria: todo lo cual no es más que una sarta de disparates. Por supuesto, si uno repite una serie de palabras su mente se embotará y, por ello, se quedará silenciosa, pero eso no es meditación en absoluto. La meditación es la comprensión constante de la vida, minuto a minuto, con una mente extraordinariamente viva, alerta, no sobrecargada por miedos, esperanzas, ideologías o aflicciones. Si hemos podido ver esto juntos hasta aquí —y confío en que algunos de nosotros lo hayamos podido hacer así, de forma real y no teórica—, entonces podremos penetrar en algo totalmente diferente.

Como ya hemos dicho, no podremos ir muy lejos si no sentamos los fundamentos de la comprensión de la vida diaria; de esa vida diaria de soledad, de aburrimiento, de excitación, de placeres sexuales, de exigencias de realización, de expresión personal; de esa vida diaria de conflicto entre amor y odio; una vida en la que uno exige ser amado, una vida de profunda soledad interna. Sin la comprensión de todo eso —sin distorsionarlo ni volverse neurótico, sino siendo hasta el máximo muy sensible y equilibrado—, sin esa comprensión, uno no podrá llegar muy lejos.

Cuando esos fundamentos han quedado bien asentados, con profundidad, la mente tiene la capacidad de que-



darse completamente en silencio y, por lo tanto, en paz, lo cual es algo que no tiene nada que ver con quedarse embozado. Entonces, en soledad, es posible averiguar si hay algo más allá de la medida de la mente, si existe algo como la realidad, como Dios, algo que el hombre ha buscado desde hace millones de años, algo que ha buscado por medio de sus dioses y templos, por medio de su sacrificio, haciéndose ermitaño y todas esas cosas absurdas por las que ha discurrido la imaginación del hombre.

Hasta ahora ha sido posible, hasta cierto punto, la comunicación verbal, la explicación verbal. Pero las palabras solo están para comunicar algo que pueda expresarse con ellas. No es posible decir con palabras lo que está más allá de ellas. El tratar de expresarlo carece por completo de sentido. Todo lo que uno puede hacer es abrir la puerta, esa puerta que se queda abierta solamente cuando hay orden. No el orden de la sociedad, que es desorden, sino el orden que se hace realidad cuando usted ve verdaderamente «lo que es», sin ninguna distorsión producida por el «observador». Cuando no existe en absoluto esa distorsión, entonces hay orden, que trae en sí mismo su propia disciplina, extraordinaria y sutil. Y dejar esa puerta abierta es todo lo que uno puede hacer. Tanto si esa realidad entra por esa puerta, como si no, uno no puede invitarla, pero si uno es muy afortunado puede suceder que, por alguna extraña circunstancia, ella venga y le conceda su bendición. No podemos buscarla. Después de todo, eso es el amor y la belleza, y no podemos buscarlos. Si lo hiciéramos, eso se convertiría sencillamente en la continuación del placer, el cual no es amor. Hay una dicha que no es placer. Cuando la mente se encuentra en ese estado de meditación, se produce una inmensa dicha. Entonces la vida diaria de contradicciones, de brutalidades y de violencia no tiene cabida. Pero uno tiene que trabajar muy duramente, todos los días, para sentar esos fundamentos. Eso es todo lo que importa, nada más. Entonces, en ese silencio que es la pro-

pia naturaleza de la mente meditativa, puede llegar el amor y la belleza.

Si uno puede observar realmente «lo que es» sin que haya un censor, se produce una transformación de «lo que es». Uno es violento... aparentemente el ser violento es la condición humana normal. Yo soy violento. En el momento de la violencia no hay observador, pero unos segundos más tarde entra en juego el observador. Dice: «No debiera ser violento», porque tiene una imagen de la no-violencia, un ideal de la no-violencia que le impide observar la violencia. Así que dice: «Seré cada día menos violento; día tras día, hasta que alcance un estado de no-violencia». Ahora bien, ¿qué entraña ese simple hecho de que soy violento y me digo que un día dejaré de serlo? Primero, está el observador y lo observado. Segundo, estoy sembrando, mientras tanto, la semilla de la violencia, antes de que llegue al estado de no-violencia. Así que está el factor del tiempo antes de que yo pueda ser completamente no violento, es decir, el espacio entre la violencia y la no-violencia. Observemos ahí «lo que es».

¿Cómo observa uno «lo que es»? ¿Lo hace con la mente condicionada, diciendo: «No debo ser violento», con la imagen que uno tiene sobre la violencia? ¿O hay una observación sin palabras, sin imágenes? Observar sin imágenes requiere una tremenda energía que se desperdicia al suprimir la violencia, al transformarla o al buscar un ideal de no-violencia. Todo eso es un derroche de energía.



# La división entre el observador y lo observado es una ilusión

**K**RISHNAMURTI: Creo que merecería la pena que tratásemos un poco la cuestión de la observación\*, la atención y la meditación. Empezaremos por investigar en nosotros mismos para averiguar lo que entendemos por observación, pues me parece que la mayoría de nosotros no nos damos cuenta, no solo de lo que hablamos, sino de nuestros sentimientos, de nuestro entorno, de los colores que nos rodean, de la gente, del tipo de coches que pasan por la carretera, de la forma de los árboles, de las nubes, del fluir de las aguas, del vuelo de los pájaros. Quizá algunos de ustedes advirtieron esta mañana, muy temprano, lo extraordinariamente claro y perfumado que estaba el aire. No nos damos cuenta realmente de las cosas que nos rodean.

Tal vez sea debido a que estamos tan preocupados por nosotros mismos —por nuestros propios problemas, ideas, placeres, búsquedas y ambiciones— que no nos damos cuenta de una forma objetiva del mundo exterior. Y, sin embargo, hablamos muchísimo de la «observación». En cierta ocasión, quien les habla viajaba en un coche con va-

\* *Awareness* se ha traducido por *observación*, aunque también tiene los matices de percepción y atención. Como verbo, *to be aware* se ha traducido por *darse cuenta*, o *ser consciente*. (N. del T.)

rias personas. Lo conducía un chófer, y yo iba a su lado. Detrás de nosotros, tres señores iban hablando muy animadamente de la observación, y me hacían preguntas sobre el tema. Desgraciadamente, en un determinado momento, el chófer, que no estaba atento, arrolló una cabra, mientras los tres caballeros, sin percatarse en absoluto de lo que acaba de suceder, ¡ seguían hablando de la observación! El chófer tampoco se preocupó lo más mínimo. Cuando les hicimos ver esta falta de observación o de atención por parte de unas personas que estaban intentando tenerla, se quedaron muy sorprendidos. Y lo mismo sucede con la mayoría de nosotros. No nos damos cuenta de las cosas del exterior ni de las del interior. ¿Podríamos, pues, dedicar algún tiempo a hablar de esto?

La mayoría de nuestras mentes son bastante torpes e insensibles, ya sea porque estamos enfermos o porque hemos tenido problemas con los que tuvimos que convivir durante días, meses o años —el problema de los hijos, del matrimonio, de ganarse el sustento, de la terrible sociedad en la que vivimos—, todo lo cual nos ha vuelto insensibles, embotados, con reacciones bastante lentas. Una mente así intenta darse cuenta, confiando en que con ello superará de algún modo las limitaciones que la sociedad, el individuo, etc., le han impuesto. Al hablar de la observación, creo que es importante comprender lo realmente sencilla que es; no debemos complicarlo diciendo que debe ser esto y no aquello, sino empezar de la manera más sencilla, porque se trata de un problema extremadamente complejo.

Conviene ir paso a paso, no de forma analítica, sino observándonos tal como somos; dándonos cuenta de lo que somos, y a partir de ahí avanzar. ¿Podríamos hacer eso, solo por el gusto de hacerlo? Creo que eso agudizaría la mente, pues somos más bien ordinarios, autoritarios, agresivos, engreídos, ansiosos por decirles a los demás lo que pensamos, y lo que ellos deberían, o no deberían, ha-

cer. Queremos dominar a los demás, asumiendo una responsabilidad que no nos pertenece. Vivimos, pues, en una especie de mundo propio engreído y proyectado en sí mismo; y viviendo de ese modo hablamos de la observación como de algo extraordinariamente misterioso.

Si pudiéramos examinar con todo detalle este problema tan interesante, nos embarcaríamos en un viaje interminable. ¿Quieren que lo hagamos? No es necesario que me den la razón, por favor. Veán ustedes mismos si es interesante o no, pues creo que si entendemos esto que es tan sencillo, seremos capaces de comprender la estructura de nuestra mente, los estados de los diferentes niveles de nuestro ser: un ser en el cual existe la contradicción, la ceguera, el autoritarismo, la crueldad. Entonces nos daremos cuenta de todo eso que está en ebullición, candente en nuestro interior. Así pues, empecemos.

Ante todo, no vamos a definir lo que es la observación, porque si lo hacemos, cada uno de nosotros le dará un significado diferente, una definición distinta. Iremos descubriendo lo que significa la observación a medida que vayamos investigando. En el momento en que uno defina lo que es la observación, se habrá bloqueado con las palabras, con la conclusión. Pero si dice: «Voy a descubrir lo que significa», entonces la mente se volverá flexible, elástica, y podrá seguir adelante. Así que vamos a investigarlo. No lo compliquemos, porque en cuanto empecemos a examinar lo que es la observación, se irá volviendo todo cada vez más complejo. Porque si empezamos por su complejidad no nos será posible ver su extraordinaria sencillez y, a través de su misma sencillez, descubrir la diversidad, el carácter contradictorio y la disimilitud que existe en la observación.

INTERLOCUTOR: Usted habló de la observación de las cosas y de los estados de la mente. ¿Significa eso que la observación siempre tiene un objeto, como puede ser el miedo?

KRISHNAMURTI: Vamos a verlo. Escuche, yo no sé nada de esto, ¿de acuerdo? Yo no sé qué es la observación. Voy a averiguar lo que significa, sin que nadie me lo diga. Ante todo, ¿me doy cuenta, soy consciente de las cosas que me rodean? De la forma del árbol, del pájaro que se está acicalando sobre el poste de telégrafos, de los baches de la carretera, del rostro que está frente a mí. Es decir, ¿lo miro? Ante todo, mirar... ¡para ver! ¿O lo que veo es la imagen que tengo de ese pájaro, del árbol, o la imagen que también tengo del rostro que veo frente a mí? ¿Está esto claro? Lo veo a usted —realmente, visualmente— y también tengo una imagen de usted: que es viejo, joven, bien parecido, sucio, de esta manera, de la otra.

Yo lo veo no solo visualmente, lo que usted realmente parece, sino que también, debido a que lo conozco, tengo una imagen de usted. Bien, esto es parte de la observación, ¿no? Me doy cuenta de su rostro, de su color, del pañuelo que lleva al cuello, de la camisa marrón... pero también tengo una imagen de usted porque lo he conocido antes, y había dicho cosas agradables o desagradables, y me he formado una imagen de usted. Eso es parte de la observación, ¿no es cierto? ¡Por supuesto!

Bien, avancemos un paso más. Yo lo veo a través de la imagen que me he formado de usted. Veo, no solamente la camisa marrón y todo lo demás, sino que también lo veo a través de mi imagen. Así que, en realidad, no lo veo en absoluto. Eso es parte de la observación, ¿no es verdad? Es darse cuenta de que la imagen que lo observa impide que la mente lo observe de forma directa. Esto es bastante sencillo, ¿no?

Ahora, el siguiente paso. Al darse cuenta de esto, esa observación dice que no lo estoy observando a usted en absoluto, sino que mi imagen es la que lo observa, lo estoy observando con mi imagen. En primer lugar me doy cuenta de que tengo una imagen, cosa de la que no me daba cuenta antes. A continuación me doy cuenta de cómo se ha pro-

ducido esa imagen. ¿Cómo se ha producido? Esa imagen se ha producido porque usted me ha herido, o me ha dicho cosas agradables; me ha adulado, me ha dicho: «¡Qué persona tan agradable es usted!», o bien ha dicho: «¡Por amor de Dios, sea más inteligente!», o cualquier otra cosa.

A través de sus palabras y de la pasión que usted ha puesto en ellas, y de mi reacción a tales palabras y a tal pasión, yo me he formado una imagen de usted, y esta imagen es el recuerdo que tengo de usted en la memoria.

I.: Pero uno se forma una imagen de alguien incluso la primera vez que lo ve.

K.: Sí, puede ser en un instante. No me gusta su cara o sí me gusta. Me gusta su perfume o no me gusta, etc. En un instante uno ya se ha formado una imagen. Así es que me doy cuenta por primera vez de que tengo una imagen de usted, y además me doy cuenta de que esta imagen se ha formado con lo que me gusta y con lo que me disgusta. Yo soy alemán y usted no me gusta porque es francés, etc. Así es que me doy cuenta de la imagen que me he formado de usted debido a mis reacciones sobre usted. ¿Les parece bien que prosigamos? ¿Se limitan a entender las palabras, o realmente se están observando ustedes? ¿Observan la imagen que tienen de mí o de otra persona? ¿Observan cómo se ha formado esa imagen? Si ustedes tienen marido o esposa, saben muy bien cómo se ha formado esa imagen. ¿Se dan ustedes cuenta de la imagen? No si les agrada o les desagrada. Porque si ustedes se dan cuenta y dicen que les gusta o que no les gusta, entonces lo que están haciendo es engrosar esa imagen. O si dicen: «Debo librarme de esa imagen», de nuevo están aumentando esa imagen. Pero si ustedes observan la imagen sin ninguna reacción... no sé si comprenden todo esto. ¿Es muy difícil?

Es un proceso muy complejo. Si no entienden esto perfectamente bien, se les escapará todo lo demás. Así es



que tienen que prestar mucha atención. Yo me doy cuenta de su camisa marrón, del pañuelo y del color que tiene. También me doy cuenta de que lo miro a través de la imagen que me he formado de usted, y de que esa imagen se ha formado escuchando sus palabras y viendo sus gestos, o bien por mis prejuicios sobre usted, o porque usted me agrada o no. Eso es parte de la observación. Y veo también, me doy cuenta, de que esta imagen me impide verlo a usted directamente, llegar a tratarlo directamente. Así que me digo: «Tengo que librarme de esta imagen». Y entonces empieza el conflicto, ¿no es cierto? Cuando quiero desembarazarme de la imagen que me he formado de usted, quedar libre de ella, porque deseo verlo y tratarlo más directamente, eso es otra forma de reacción a la imagen.

Les decía que me doy cuenta de que tengo una imagen que me impide mirar, observar exactamente «lo que es», lo que es usted exactamente, o lo que soy yo exactamente. Así es que quiero librarme de esa imagen, porque puede que sea más provechoso, más placentero, y pudiera proporcionarme alguna experiencia más intensa y más completa. Y todo eso es parte de la observación. En el momento en que quiero librarme de esa imagen, ya estoy luchando contra ella, lo cual es causa de conflicto. De manera que ahora me doy cuenta de lo que ha sucedido. Me doy cuenta de su camisa marrón y del color de su pañuelo, soy consciente de la imagen que me he formado de usted.

Me doy cuenta de que esta imagen está impidiéndome contactar directamente con usted, ver exactamente lo que usted es; o que la imagen que tengo de mí me impide verme. Quiero liberarme de esa imagen porque he oído que usted dice que el conocimiento de sí mismo es muy importante; así es que no quiero tener una imagen de mí. Y cuando quiero deshacerme de ella, entonces se produce el conflicto entre la imagen antigua y la nueva que he creado. De forma que ahora me encuentro en conflicto. Si es un conflicto que promete un cierto placer cuando concluya, quie-

ro seguir con él. Pero si es un conflicto que produce dolor, lo que quiero es librarme de él. Me doy cuenta de toda la secuencia de lo que está sucediendo.

Confío en que ustedes estén trabajando esto conmigo: tomando la imagen que tengan de alguien, observándola, dándose cuenta de ella, de la misma forma que se dan cuenta de esta carpa, de sus dimensiones, de su estructura, de sus piezas, de sus aberturas, etcétera. Del mismo modo, ustedes se darán cuenta de su propia imagen y de lo que eso conlleva. Bien, yo estoy sumido en el conflicto. Puede que me dé cuenta del conflicto tal como es, o que quiera convertirlo en algo mejor, más beneficioso; puede que mi conflicto sea muy superficial; o puede que me dé cuenta de sus capas más profundas.

La observación no es una simple inspección superficial de los conflictos que hay dentro de mí, sino que también por medio de ella quedan al descubierto los conflictos más profundos. Y si entonces siento miedo, intentaré evitarlos, procuraré no verlos, y huyo de ellos refugiándome en la bebida, en las drogas, en las mujeres, en los hombres, en las diversiones, en los entretenimientos, en los oficios religiosos, etcétera. Todo eso es parte de la observación: la huida del miedo y la importancia que doy a los refugios a donde huyo, ¿no?

Me doy cuenta de mi soledad y de mi desgracia, y no veo la salida, o si es que la veo me resulta muy difícil, por lo que prefiero la huida, refugiándome en los oficios religiosos, en las drogas, en el comunismo, o en cualquier forma de entretenimiento. Como he huido de aquello que me producía miedo y he buscado refugio en lo que me ayuda en tal huida, el refugio se vuelve tremendamente importante y, por consiguiente, me apego a él. Puede tratarse de la esposa, de la familia, de lo que sea. Ahora bien, todo eso es parte de la observación, ¿no? He empezado muy lentamente, paso a paso, observando su camisa, el color que tiene, el color de su pañuelo, profundizando cada vez

más hasta que encontré todo un entramado de huidas, de evasiones. No las he investigado, no las he analizado; pero por el hecho de percibir las, he ido penetrando cada vez más profundamente. ¿Comprenden todo esto?

L: Yo, no. Veo lo de darse cuenta, pero después hay como un salto hacia lo de las evasiones interiores. ¿Podría volver, por favor, sobre ese tema?

K.: ¿Dónde está el salto?

L: Entre la observación y nuestra evasión; por ejemplo, de nuestra soledad interior.

K.: Ah, ya; creía que lo había dejado claro. Veamos. Yo me he formado una imagen de usted, y nunca me di cuenta de ella; y al observar las cosas del exterior me he dado cuenta de la imagen. Con la mayor naturalidad paso de lo exterior a lo interior y ahí descubro que tengo una imagen de usted. Eso ya lo dijimos y quedó claro, ¿no es cierto? Pues bien, al darme cuenta de esa imagen descubro que la he formado a fin de protegerme, o que la he formado porque usted me ha dicho cosas tan crueles que siguen en mi memoria, o bien me ha dicho cosas agradables que también se me han quedado allí. Así es que existe una imagen que he creado, y me doy cuenta de que esta me impide examinar con más detalle mi relación con usted.

L: ¿Quiere usted decir que la observación que uno tiene no se limita tan solo a una persona sino que se extiende a todos los campos?

K.: Desde luego. Yo tengo imágenes de todo: de usted, de mi esposa, de mis hijos, de mi país, de Dios. [Se oye el sonido de un avión que pasa.] ¿Se da cuenta del sonido de ese avión? ¿Se da cuenta de su reacción ante él? La reacción quizá era: ojalá se aleje pronto, porque lo que quiero

es enterarme de algo, quiero que él siga hablando, y el ruido no me deja escuchar. ¿O simplemente se ha limitado a escuchar ese impresionante y atronador ruido? Cuando usted escuchaba ese estruendo sin opción de ningún tipo, lo escuchaba de una forma completamente distinta, ¿no es cierto? ¿No? Usted seguía el sonido a medida que se iba alejando cada vez más. Lo escuchaba usted y después se dio cuenta de los sonidos diferentes del río, y de aquellos niños a lo lejos, ¿no? Pero si usted pensaba que no le agradaba ese ruido porque quería escuchar lo que aquí se decía y descubrir algo, ¿qué sucedió entonces? Que usted estaba en un conflicto, ¿verdad? Usted quería escuchar y ese ruido se lo impedía, así que había un rechazo al ruido y un deseo de escuchar, de descubrir; por consiguiente, había un conflicto, y usted se perdió en ese conflicto. Ni escuchó el ruido del avión ni escuchó lo que se estaba diciendo. Bien, prosigamos.

Yo me he formado una imagen de usted, y ahora veo, me doy cuenta, soy consciente, de que esta imagen me impide observarlo con claridad, y quiero desembarazarme de esa imagen porque deseo verlo a usted con más claridad, comprenderlo directamente. Así pues, hay un conflicto entre la imagen original que tengo de usted y la nueva que tengo en la mente, que es la de mirarlo. Por tanto, hay un conflicto entre las dos. Y no sé cómo desembarazarme de esas imágenes, me canso, me aburro, y como no encuentro forma de solucionar esto, el conflicto entre la imagen antigua y la nueva, me evado... y tengo toda una serie de evasiones, de las que poco a poco me voy dando cuenta: la bebida, el tabaco, la charla continua, el dar opiniones, juicios, evaluaciones... docenas de evasiones. Me doy cuenta de estas evasiones superficiales y, al observarlas, empiezo también a descubrir sus estratos más profundos. ¿Ha ido comprendiendo los diferentes pasos?

I.: Sí, pero, al hacerlo, pierdo contacto con lo observado.

K.: Enseguida llegamos a eso. Escuche, seguramente no lo acaba de comprender. Si lo hiciera paso a paso, descubriría pronto la naturaleza del observador. Bien, ¿qué ha sucedido? La observación ha mostrado una serie de evasiones, de evasiones superficiales —y también sus estratos más profundos—, los motivos, las tradiciones, los miedos que tengo, etc. Así es que ahí estamos. Al empezar con la camisa marrón y con el pañuelo, he descubierto —la observación lo ha mostrado— esta entidad tan extraordinaria y compleja que soy yo. ¡Lo ha mostrado en toda su realidad! No en teoría, no. Es decir, esta observación ha mostrado realmente «lo que es». Hasta ahora el observador ha estado observando cómo sucedía todo esto. He observado esa camisa, el color del pañuelo, como si fuera algo que estuviera fuera de mí... lo cual es cierto, ¿no? Después he observado la imagen que me he formado de usted. Más tarde, esa observación ha mostrado la complejidad de esta imagen, y que yo sigo siendo el observador de tal imagen. (¡Aquí el único que está trabajando soy yo!) Así que de nuevo se produce la dualidad: el observador y lo observado que es la imagen; y la docena de imágenes que tengo (si las tengo). Luego están las evasiones superficiales, o profundas, de las distintas formas de conflicto que han sido producidas por esas imágenes. Y todavía sigue estando el observador que las observa.

Seguimos otra vez con la observación, con más intensidad. ¿Quién es el observador?

¿Es el observador diferente de las imágenes? ¿No es acaso el observador otra imagen? Así que una imagen, como el observador, observa las distintas imágenes que existen a su alrededor o dentro de él. ¿No? Este observador es realmente el censor, la persona que dice: «Me gusta» o «No me gusta», o bien «Me gusta esta imagen, así que voy a conservarla», o «La otra imagen no me gusta, por lo tanto voy a quitármela de encima». Pero el observador está compuesto por las diferentes imágenes que se han

creado a causa de las reacciones a aquellas mismas imágenes. ¿Comprende todo esto?

I.: Pero todas esas imágenes están en el observador.

K.: Desde luego.

I.: ¿Pero no dice usted que es una imagen que ve otra imagen?

K.: Naturalmente. Ya lo he examinado y explorado hasta llegar al punto en que dije que el observador también es la imagen, pero que se ha separado y observa. Escuche, señor, esto requiere una tremenda y verdadera observación, no la aceptación de lo que pueda decir cualquiera. Este observador ha surgido de los recuerdos de diferentes imágenes y sus reacciones. Entonces, el observador se separa de las otras imágenes y se pregunta: «¿Cómo voy a deshacerme de estas imágenes?». Así que esta imagen ¡es permanente! Y esta imagen permanente, que cree que es permanente, dice: «Quiero liberarme de todas las otras imágenes, porque ellas son realmente la causa de mis problemas; me ocasionan verdaderos conflictos». De esta manera le echa la culpa a las otras imágenes, cuando, en realidad, es la imagen-observador la causa principal de todos esos males.

I.: La imagen debe liberarse por sí misma.

K.: ¿Quién es la entidad que se va a liberar? ¡Otra imagen! Es importantísimo comprender esto.

I.: Señor, si observamos estas imágenes, vemos que están hechas de pensamientos. Si observamos la imagen de nuestro yo, el observador, vemos que está formado de la misma manera. Hasta aquí he llegado.

K.: Sí, señor. Está usted en lo cierto. Hasta ahí hemos llegado. La observación ha revelado que hay una imagen central, creada por el resto de las otras imágenes, la cual ha ganado prioridad. Es el censor, el evaluador, el juez, y este dice: «Tengo que librarme de esas otras imágenes». Así que entre él y las otras imágenes se produce un conflicto que no cesa, que está presente en todo momento y, debido a que no sabemos cómo resolverlo, buscamos nuevas evasiones: neurosis, o evasiones conscientes y deliberadas como la bebida, la iglesia o lo que sea. A medida que esta observación se va haciendo más intensa —no es que uno la haga intensa—, nos preguntamos: «¿Es el observador diferente de las otras imágenes?». Las otras imágenes son el resultado de los juicios, las opiniones, las conclusiones, las heridas, los nacionalismos... el observador es el resultado de todas las demás imágenes.

I.: Tenemos miedo de semejante complejidad.

K.: ¡Pero la vida es eso! De manera que usted tiene miedo de la vida y, por lo tanto, se evade de ella. La verdad es que no le está prestando toda su atención a esto, y por eso resulta tan difícil hablar «contra» algo. Mire, yo tengo una imagen de usted. Esa imagen se ha formado por las heridas, por el agrado y el desagrado. Eso es un hecho. Ese agrado y desagrado ha creado otra imagen en mí —¿no es cierto?—, no solo la imagen de usted, sino otra imagen, la de que no debe agradarme ni desagradarme, porque ambas cosas son absurdas. Por consiguiente, me he formado una imagen que dice que «no debo sentir agrado o desagrado», la cual es el resultado de haber creado una imagen y ver sus implicaciones; esto engendra la otra imagen.

I.: Algunas mentes no funcionan en absoluto de ese modo. La mía no lo hace.

K.: Muy bien. Pero estamos hablando de la observación, no de cómo funciona su mente o la mía. Bien, el observador es lo observado. Tenemos la imagen del observador, y a su alrededor están las otras diferentes imágenes; entre aquella y estas existe una división, una separación, un intervalo de tiempo, por lo cual él quiere conquistarlas, subyugarlas, destruirlas. Quiere librarse de ellas, y por eso hay un conflicto entre el observador y lo observado. ¿De acuerdo? Y él dice: «Mientras tenga conflictos, viviré en confusión». Y concluye: «Tengo que librarme de estos conflictos». El mismo deseo de desembarazarse de esos conflictos crea otra imagen. Presten mucha atención a todo esto, por favor. La observación ha revelado todo esto, ha revelado los diversos estados de la mente, sus diversas imágenes, las contradicciones que hay entre ellas, el conflicto, la desesperación de no ser capaz de hacer algo para solucionarlo, las evasiones, las presunciones neuróticas, etcétera. Todo eso se ha revelado gracias a una observación cautelosa y tentativa; y ahí está la observación de que el observador es lo observado. ¡Por favor, presten atención! No es que haya una entidad superior que se dé cuenta de que el observador es lo observado, sino que esta observación ha revelado al observador como lo observado. ¡No quién es el que se da cuenta de todo esto! ¿Comprenden?

Esto es la verdadera meditación.

Ahora podemos proseguir. ¿Qué sucede cuando el observador se da cuenta de que él es lo observado? No se ha dado cuenta gracias a ninguna clase de concepto, idea, opinión o imposición intelectual; se ha dado cuenta de toda esta estructura gracias a esta observación... estando atento al color de la camisa, al pañuelo, investigando cada vez con más intensidad.

L: Siento muchísimo interrumpir, pero hay una cuestión importante que no comprendo. Usted dice que la ob-



servación ve que el observador es lo observado. Ahora bien, ¿quiere decir eso que él es lo realmente observado, o la reacción a lo observado?

K.: No entiendo su pregunta, señor.

I.: Bueno, usted dice que el observador es lo observado.

K.: Yo no dije eso.

I.: De acuerdo; que la observación lo descubre. Eso sí que lo dije.

K.: Así es.

I.: Supongamos que yo tengo una imagen de usted, y entonces la observación descubre que yo soy lo observado, lo observado que es la imagen. ¿Quiere decir usted que el observador es la imagen de usted que él ve, o es él una reacción a esa imagen?

K.: Por supuesto; él es la reacción a esa imagen.

(Otra persona pregunta: «¿Podría explicar eso un poco más?».)

K.: [Dirigiéndose al primer interlocutor]: ¿Quiere explicar eso, señor?

L.: Bueno, si me pide que diga algo, lo haré.

K.: Adelante. Levántese o venga aquí... o como prefiera.

L.: El orador nos ha dicho que está visto que el observador es lo observado. Ahora bien, hemos estado hablando de cosas que son observadas. El árbol que es observado.

¿Quiere decir el orador que la observación ve que yo soy ese árbol? No. Él dice que lo que yo veo no es el árbol, que veo una imagen del árbol. Entonces, ¿quiere él decir que yo, como el observador, soy esa imagen del árbol, o lo que quiere en realidad decir es que yo como el observador soy la reacción a esa imagen del árbol? Esa era mi pregunta.

K.: Perfectamente, señor. Usted es la reacción a la imagen que ha creado de ese árbol. Si usted no tuviera imagen alguna del árbol, no habría observador.

I.: Señor, ¿se puede expresar esto de un modo un poco diferente, diciendo que las imágenes que se elaboran por el agrado y el desagrado, mediante innumerables asociaciones de todo tipo, también han elaborado un conglomerado o agregado que ha formado el observador? Ahora bien, cuando comprendemos esto interiormente, sin esforzarnos por entenderlo, sino que simplemente nos damos cuenta de ello...

K.: Eso es cierto, señor. Perfectamente cierto.

L: ... entonces usted pregunta: «¿Qué sucede?».

K.: Ahora voy a eso. Esta observación ha revelado que el observador es lo observado; por tanto, cualquier acción por parte del observador solo crea otra imagen. ¡Naturalmente! Si no se da cuenta de que el observador es lo observado, cualquier movimiento por parte del observador crea otra serie de imágenes, y de nuevo es atrapado por ellas. ¿Qué pasa entonces? Cuando el observador es lo observado, aquel no actúa en ningún momento. Vayamos despacio, señor, vayamos muy despacio, porque ahora vamos a examinar algo muy complejo. Creo que debe ser comprendido con toda claridad, porque de lo contrario no podremos seguir avanzando. El observador ha dicho siempre: «Tengo que hacer algo con estas imágenes, tengo que

librarme de ellas, tengo que suprimirlas, tengo que transformarlas, tengo que darles una nueva forma». El observador siempre se ha mostrado muy activo con respecto a lo observado. Yo observo que, por distintas razones, me desagradó mi esposa, y el observador dice: «No tiene que desagradarme, tengo que hacer algo para conseguirlo», etc. El observador siempre está activo ante lo observado.

L: ¿Quiere decir usted que estamos reaccionando todo el tiempo con todas esas imágenes, constantemente, en función del agrado o desagrado, y que le vamos añadiendo más imágenes? ¿Que siempre estamos haciendo eso?

K.: Exactamente. Y esa acción de agrado o desagrado por parte del observador se llama acción positiva.

L: Y eso es lo que usted quiere decir cuando afirma que siempre es activa.

K.: Sí, es lo que se llama acción positiva. Me gusta, por consiguiente, debo mantenerla; o no me gusta, y, por lo tanto, debo librarme de ella. Es la reacción, ya sea de forma apasionada o despreocupada. Pero cuando el observador comprende que la cosa sobre la que está actuando es él mismo... ¿Cómo dice?

I.: Que aquel caballero de allá quería que se le aclarase un poco más el tema del observador y lo observado. Ahora bien, lo que usted dijo entonces fue que esas imágenes no son las cosas reales. Uno no sabe lo que son, solo reacciona a esas imágenes continuamente. Y cuando vemos eso, entonces cesa el conflicto entre el observador y lo observado.

K.: Señor, vamos a decirlo con toda sencillez. Miro aquella camisa marrón y el pañuelo. Si digo: «No me gusta esa camisa ni el pañuelo», o «Me gusta esa camisa y el pañuelo», ya he creado una imagen, lo cual es una reacción.

I.: Y eso queda almacenado en el pasado, en la memoria.

K.: Exacto. Ahora bien, ¿puedo mirar esa camisa y el pañuelo sin agrado ni desagrado, lo que significa que no reacciono, sino que lo observo simplemente? Entonces no hay imagen. ¿Lo entiende? ¿Ha comprendido esto tan simple? El agrado y el desagrado es el resultado de mi cultura, de mi preparación, de mi costumbre, de mi inclinación, que ya posee una imagen que dice: «No me gusta esa camisa», o «me gusta esa camisa». Así que, el agrado y el desagrado y la formación anterior —la cultura, la costumbre heredada—, todo eso es lo que ha creado la imagen. Ese es mi observador central, ese es el observador que se ha formado con el desagrado, etc. Evidentemente, ese observador siempre está separado de lo que observa; y esa observación ha revelado que el observador es lo observado.

L: ¿Entiende usted por observado esa imagen que ha construido la mente?

K.: Eso es. Lo ha comprendido usted. Entonces, cuando el observador es la imagen observada, no hay conflicto entre él y la imagen. ¡Él es la imagen! No está separado de ella. Anteriormente, él estaba separado y actuaba, hacía algo, reaccionaba ante ella. Pero cuando el observador comprende que él es la imagen, no existe agrado ni desagrado. Señor, obsérvese.

I.: El observador crea todas las demás imágenes...

K.: ¡No! No voy a volver a tocar eso, señor. Ya lo hemos estudiado suficientemente. Usted ha comprendido lo que hemos dicho hasta ahora: que entre el observador y lo observado, entre la imagen que ha creado el observador de sí mismo y las imágenes que ha creado de diversas cosas, existe una separación, una división y, por consiguiente, en-

tre él y lo demás hay un conflicto de agrado, desagrado y reacción. Y siempre está intentando hacer algo para remediarlo. Ahora bien, cuando el observador se da cuenta de que él es lo observado —las imágenes—, entonces cesa el conflicto. Es decir, cuando me doy cuenta de que yo soy el miedo —no de que hay un miedo y un «yo» separado de ese miedo—, entonces yo soy ese miedo. No puedo hacer nada. Entiéndalo bien, porque, ¿qué puedo hacer? Yo soy parte de ese miedo; no estoy separado de él. Por consiguiente, puedo observar ese miedo sin intentar ningún tipo de evasión. Yo soy ese miedo, yo soy ese dolor que siento ahora en el estómago, en la pierna o donde sea. Yo soy ese miedo. Así que no me rebelo contra él, ni lo acepto ni lo evito: está ahí. De modo que cualquier acción, que sería el resultado de la reacción de agrado o desagrado, dejará de producirse. ¿Comprende? ¿Qué ha sucedido?

I.: Que no hay observador ni observado.

K.: Exactamente. Hay una observación que se hace cada vez más fina, aguda, intensa; aunque no utilizo la expresión «cada vez más» en el sentido del tiempo.

I.: Que no malgasta energía.

K.: Cierto. Se vuelve profundamente viva y no está vinculada a ninguna cuestión fundamental, a ninguna imagen. Se da cuenta con toda intensidad, y de esa intensidad surge una cualidad diferente de la atención. ¿De acuerdo?

I.: ¿Y esa intensidad carece de dirección y de propósito?

K.: Obsérvelo, no tiene que preguntármelo a mí, obsérvelo usted. En el momento en que existe una elección en esa observación, entonces hay una dirección que está marcada por el observador. Pero cuando todo el sistema,

cuando toda esta estructura ha sido comprendida, el conflicto desaparece. Y, por consiguiente, la mente —porque la mente es esa observación— se vuelve extraordinariamente sensible, ¡inteligentísima! Porque la sensibilidad acompaña a la inteligencia... no existe inteligencia sin sensibilidad, tanto física como psicológica. Así pues, la mente ahora es inteligentísima y muy sensible, porque esa inteligencia no viene generada por ningún conflicto.

En esta observación, por haber sacado todo a la luz con gran claridad, no ha habido ninguna elección —ya que la elección solo existe cuando hay confusión— y, por lo tanto, esta misma observación ha eliminado cualquier forma de conflicto. Así pues, hay claridad, y esta claridad es atención. ¡Por favor, no me den la razón! Lo que hace falta es una acción real, no que estemos simplemente de acuerdo. Cuando se tiene esta clase de atención, en la que no existe observador ni observado, tal atención es inteligencia. En esta atención no hay ninguna clase de conflicto y, por consiguiente, no existe deseo de nada. Esta atención tiene su propia actividad, su propia acción. Por lo tanto, hay una acción que no nace del observador. Cuando este actúa, su acción siempre es separativa. Mire, no podemos examinar más a fondo este asunto a menos que usted mismo lo haya observado de verdad... a menos que realmente lo observe. Entonces descubrirá que esa atención, al ser inteligencia, es belleza y amor... lo que el «observador separado» intentaba imitar. Y entonces la mente no tiene límites.



## Romper el espejo

**I**NTERLOCUTOR: Podemos aprender más unos de otros que escuchando a K. ¿Por qué no anima usted a la gente para que forme grupos de debate sobre temas determinados, y organice actividades para favorecer los diálogos y discusiones?

KRISHNAMURTI: ¿Escucha usted a K.? ¿O se está escuchando a sí mismo? K. le dice que se escuche a usted mismo, que vea lo condicionado que está. No le dice que está condicionado, sino que si se escucha a usted mismo aprenderá infinitamente más que escuchando a otras personas, K. incluido. Cuando usted escucha a K., él no le está instruyendo, le está poniendo un espejo delante para que usted se vea en él. Y cuando usted se vea con toda claridad, podrá romper el espejo y romper con la persona que lo sostiene.

Así pues, ¿nos vemos a nosotros mismos con claridad?

Si dependemos de las relaciones o del diálogo y de lo que nos ayudan, nos enseñan o nos aclaran las asociaciones y las instituciones, entonces nos hacemos dependientes de ellas. Cuando dependemos de los demás, sean quienes fueren, instituciones, grupos de encuentro, grupos reducidos, etcétera, ¿qué aprendemos? ¿Qué entendemos por aprender? Vuelvo a repetir que esta es una cuestión muy seria. El aprender, tal como lo entendemos, es acumular conocimientos. Yo he aprendido, he averiguado de mí, que soy



todo esto: el dolor, el sufrimiento, la confusión, las extraordinarias tribulaciones de la vida... que soy todo eso. Lo he aprendido. Es decir, alguien me lo ha dicho, o yo lo he aprendido. Aprender, pues, por lo que ahora sabemos, es acumular conocimiento de nosotros. Y K dice que el conocimiento es la raíz misma del desorden.

Vayamos despacio.

El conocimiento es necesario en el campo de la tecnología, en la vida diaria, pero psicológicamente es la raíz misma del desorden, porque el conocimiento es el pasado. El conocimiento siempre es limitado, porque se basa en la experiencia, en las hipótesis, en las conclusiones, es una cadena, una suma continuada de todas ellas; por consiguiente, es muy limitado. ¿Puedo observarme sin mi previo conocimiento o conclusión? ¿Comprende mi pregunta? Ayer me pasé todo el día, o unas cuantas horas, observándome, y descubrí que soy esto, aquello o lo otro. Y eso hace que me sienta deprimido, o feliz. Eso es lo que pasa. Eso es el conocimiento de ayer. Y con ese conocimiento me vuelvo a observar. Esto es lo que hacemos. Por lo tanto, el conocimiento provoca una constante repetición psicológicamente mecánica. Y si usted investiga muy detenidamente la cuestión con los científicos, verá que también ellos empiezan a descubrir que el conocimiento es un inconveniente en ciertos campos de la investigación

Así pues, usted no está aprendiendo ni descubriendo nada cuando escucha a K. Usted es el depositario de la historia pasada. Eso es un hecho. Usted es la historia de la humanidad. Y si sabe leer ese libro, no tendrá que depender de nadie, ni necesitará discusiones, relaciones, grupos organizados ni toda esa clase de cosas. No digo que no deba discutir, que no deba relacionarse, o que no deba hacer esto o aquello. Todo lo que uno le señala es que, mientras usted dependa de los demás para su propia comprensión, estará perdido. Usted ya ha tenido líderes, ¿no es cierto? Líderes religiosos, políticos, todo tipo de especia-

listas que le dijeron lo que debía hacer, cómo debía educar a sus hijos, cómo practicar el sexo, etc.

Usted ha tenido toda clase de líderes durante los últimos cien mil años o más. ¿Y adonde ha llegado finalmente? Hágase esas preguntas, por favor. Somos lo que somos porque hemos dependido de los demás, de alguien que nos ha dicho lo que debemos hacer o lo que debemos pensar; lo cual quiere decir que nos están programando todo el tiempo. Para comprendernos a nosotros mismos tenemos todas las oportunidades en las relaciones o las conversaciones, pero si usted depende de ellas, está perdido. ¿Está clara esta cuestión? No es que tenga usted que darle la razón a quien está hablando, sino que vea las consecuencias de depender de los demás, de depender de los gobiernos para poner orden en este mundo caótico, de depender de un gurú, de depender de un sacerdote, ya se trate del Papa o del cura de la parroquia.

Así pues, la cuestión realmente es esta: uno es el depositario de toda la humanidad. Uno es el resto de la humanidad, y si observa esto con mucha atención, cuidado y afecto, entonces empezará a percibir lo que es, y en ese momento se producirá un florecimiento. Pero si usted depende de algo o de alguien... entonces vivirá con el dolor, la ansiedad y el miedo.

L: Pero aunque no tengamos una identidad separada, digo yo que alguna forma de gobierno habremos de tener.

K.: Por supuesto. Alguna forma de gobierno que no se base en gobiernos separativos.

I.: ¿Quiénes serían los políticos?

K.: ¡Vaya! ¿Ve usted? Ya queremos organizarlo todo inmediatamente. Primero, señor, empecemos por nosotros mismos, no por el tipo de gobierno que deberíamos tener, por quién sería el primer ministro y quién el ministro de

Hacienda. Empecemos primero por nosotros mismos. Si todos los que nos encontramos bajo esta carpa sintiéramos esto realmente en nuestro corazón, en nuestra sangre, tendríamos gobiernos muy diferentes a los actuales en el mundo y pondríamos fin a todas las guerras.

Mire, estamos señalando solamente una cosa: nuestros cerebros se hallan condicionados. Todo lo que está condicionado es limitado. Todo lo que está condicionado está separado, y esta separación, este condicionamiento es la causa de la gran confusión y de los estragos que hay en el mundo, lo cual es un hecho. Y para detener esos estragos uno ha de empezar por sí mismo, no por organizar un nuevo gobierno. ¿Estoy condicionado? ¿Pienso en mí continuamente, desde la mañana hasta la noche? En la meditación, en los ejercicios, haciendo toda clase de cosas, soy más importante que todos los demás. Quiero que se cumplan todos mis deseos. Quiero ser alguien, que se me reconozca, así que me intereso por mí mismo. El científico puede interesarse por sus experimentos, pero también se interesa en sí mismo. También es ambicioso, quiere una posición magnífica, ser reconocido por el mundo, obtener el premio Nobel. Conozco a varios de ellos. Uno había conseguido el premio Nobel y otro no. Tendrían que ver lo trastornado, amargado y furioso que estaba este último. Oiga, igual que usted, o yo, o cualquier otro.

Así que, señoras y señores, si realmente quieren vivir en esta tranquila tierra, tienen que empezar desde muy cerca, desde ustedes mismos.

I.: Usted habla de la violencia y de la libertad. Pero habla muy poco de la ley. ¿Por qué? Ninguna sociedad civilizada puede existir sin leyes. Y, a veces, las leyes tienen que imponerse por la fuerza, lo que entraña violencia. ¿Qué hace usted cuando los terroristas toman rehenes? ¿Deja que los maten, o que asalten un edificio? ¿Cuál es el papel de la libertad en todo esto?

K.: ¿Qué es la ley? ¿No significa, básicamente, orden? Una sociedad establece ciertas leyes, cuyo propósito es mantener el orden. Pero esas mismas leyes las quebrantan los desaprensivos, los criminales que emplean excelentes abogados. Veamos, ¿en dónde empieza la ley, el orden? ¿En los tribunales, con los oficiales de policía y los servicios de inteligencia? ¿En dónde empieza el orden? Pregúnteselo, por favor. La sociedad está en desorden y eso es un hecho. Corrupta, inmoral, y casi caótica. Los gobiernos tratan de imponer el orden en todo eso. Nosotros, usted, todos vivimos en desorden, confusos, indecisos, buscando nuestra propia seguridad, y no solo la nuestra sino también la seguridad de nuestra familia, etc. Cada uno está creando desorden, en su aislamiento. ¿Dónde está la ley? ¿Con el oficial de policía? ¿Con los abogados? He conocido a algunos de ellos. Protegerán al criminal, es su trabajo. Un criminal puede pagarles sumas enormes.

¿Dónde está la ley, el orden, en todo esto? Por tanto, ¿no deberíamos, primero, plantearnos el desorden? Es un hecho que vivimos en desorden, que la sociedad está en desorden y los gobiernos también. Si usted ha llegado a hablar con algún político, primer ministro, personalidades de alto rango en el gobierno, verá que todos ellos van tras el poder y la posición, por mucho que se adhieran e identifiquen con determinados conceptos e ideologías. Cada uno de nosotros trabaja separadamente para sí mismo, aunque ante una gran crisis, guerra, etc., podemos llegar a unirnos. Pero en el momento en que se haya superado la crisis, volveremos a nuestros viejos modelos.

Así pues, simplemente sugiero lo siguiente: si la ley significa orden total, ¿no debería empezar usted por averiguar si puede vivir en orden total, sin ninguna confusión? Hágase esa pregunta. Para que no haya contradicción entre lo que se diga y lo que se haga, entre pensar de una manera y actuar de otra. Mientras vivamos en desorden, la sociedad y los gobiernos seguirán en desorden.



## PARTE II

# Palabras y significados

Como se indicaba en la introducción, Krishnamurti ha recalcado su necesidad de usar «viejas palabras» con nuevos significados, a fin de expresar lo que tiene que decir. La lista que figura a continuación, que no es definitiva ni oficial, se ha realizado con objeto de poner una serie de ejemplos en los que su utilización de las palabras se aparta de forma significativa de las definiciones del diccionario. Está precedida por una serie de afirmaciones suyas, en las que aboga por la necesidad de liberarse de los efectos condicionantes del lenguaje.



# Palabras

**D**ESGRACIADAMENTE somos esclavos de las palabras, y tratamos de alcanzar algo que se encuentra más allá de ellas. Erradicar, pulverizar las palabras y liberarse de ellas proporciona una percepción, vitalidad y vigor extraordinarios.

No es este un tema que pueda relegarse fácilmente, porque la palabra —el símbolo, la idea— ejerce un dominio extraordinario sobre la mente. Estamos hablando de producir una mutación en la mente, y para que eso sea posible tiene que haber una suspensión de la palabra (...); ahora bien, si se suprime la palabra, ¿qué es lo que le queda a usted? La palabra representa el pasado, ¿no es cierto? Los innumerables cuadros e imágenes, todos los estratos de la experiencia se basan en la palabra, en la idea, en la memoria. (...) Tomemos una palabra como *Dios*. La palabra *Dios* no es Dios; y uno se encontrará con esa inmensidad, con ese algo inconmensurable, sea lo que fuere, solo cuando no esté la palabra, cuando no esté el símbolo, cuando no haya creencia ni idea.



Fíjese, usamos una palabra como *doloroso* y la misma palabra le impide a uno profundizar en el problema. Piense que ante la palabra *suizo* se estremece el ciudadano suizo, como le sucede al cristiano ante la palabra *Cristo*, o al inglés ante la palabra *Inglaterra*. Somos esclavos de las palabras, de los símbolos y de las ideas.

Para comprender cada experiencia, cada estado de la mente, «lo que es», el hecho real, la realidad, uno no ha de ser esclavo de las palabras. Al enunciarla, la palabra hace surgir distintos recuerdos, y esos recuerdos se ponen en contacto con el hecho, lo controlan, lo conforman, le dan una dirección al hecho, a «lo que es».

Cada palabra, cada pensamiento, moldea a la mente; y al no comprender cada pensamiento, la mente se hace esclava de las palabras y comienza el sufrimiento.

Ha de ponerse fin a todo tipo de imagen, de palabra, de símbolo, para que pueda florecer la meditación (...), pero el hábito de la palabra, el contenido emocional de la palabra, las implicaciones ocultas de la palabra, impiden la liberación de la palabra. Sin esta liberación uno es esclavo de las palabras, de las conclusiones y de las ideas.

¿Puede uno escuchar sin que interfiera la palabra? Alguien me dice: «Te quiero», y ¿qué sucede entonces? Las palabras no significan nada en absoluto; pero puede haber una sensación de relación que no se haya producido por la

reacción del pensamiento a la palabra, puede haber una comunicación directa. Por tanto, la mente que es consciente de que la palabra no es la cosa, de que la palabra, que es pensamiento, interfiere, escucha libremente, sin prejuicio... como sucede cuando alguien dice: «Te quiero».

Las palabras son un medio de comunicación, pero si determinadas palabras nos producen una reacción psicológica o neurológica, entonces se hace muy difícil comunicarse.

Cuando, por ejemplo, uno piensa de sí mismo que es celoso, inmediatamente se bloquea para seguir investigando, detiene la investigación de todo el problema de los celos. De igual modo, hay muchas personas que dicen que están trabajando por la fraternidad, si bien todo cuanto hacen va en contra de esa fraternidad; pero no ven este hecho, porque la palabra *fraternidad* significa algo para ellos, y ya están convencidos de eso. No siguen investigando, y por eso nunca llegan a descubrir lo que son los hechos, los cuales nada tienen que ver con la respuesta emocional o neurológica que evoca esa palabra.

Para conocer o experimentar la inmortalidad, o para la experimentación de tal estado, no puede haber ideación. No se puede pensar en la inmortalidad (...) hay mucho en juego en esto. La mente ha de estar totalmente silenciosa, sin actividad de ningún tipo, sin función alguna. Es decir, debe cesar por completo la ideación. Y eso es algo extremadamente difícil. Por eso nos aferramos a palabras como *alma, inmortalidad, continuidad, Dios...* todas las cuales poseen efectos neurológicos que son las sensaciones. Y la

mente se nutre de esas sensaciones; privada de ellas, se sentirá perdida: Por eso se adhiere con gran fuerza a las experiencias pasadas, que ahora ya se han convertido en sensaciones.

¿Es posible que la mente llegue a estar tan silenciosa —no parcial, sino totalmente— como para tener una experiencia directa de lo que es impensable, de lo que no puede decirse con palabras?

La palabra *Dios* despierta todo tipo de reacciones neurológicas y psicológicas, y nos sentimos satisfechos.

Tomemos la palabra *amor*. ¡Qué influencia neurológica tan extraordinaria ejerce esa palabra en nosotros!

La palabra tiene una importancia extraordinaria para la mayoría de nosotros. La palabra *Dios*, la palabra *comunista*, la palabra *negro* poseen un contenido emocional y neurológico inmenso. Del mismo modo, también tiene peso la palabra *celos*. Ahora bien, cuando se deja de lado la palabra, sigue permaneciendo la sensación. Ese es el hecho, no la palabra. Y para observar la sensación sin la palabra se requiere estar libre de toda condenación y justificación.

En algún momento en que usted se sienta celoso, enfadado o, de modo más especial, cuando esté disfrutando de algo, vea si le es posible establecer una distinción entre la palabra y la sensación, vea si lo más importante es la palabra o la sensación. Entonces descubrirá que al observar el hecho sin la palabra, hay una acción que no es un proceso intelectual; el hecho en sí mismo actúa y, por consiguiente, no existe contradicción ni conflicto.

# Significados

## *Condicionamiento*

**I**NTERLOCUTOR: Usted ha hablado mucho sobre el condicionamiento, y ha dicho que uno debe liberarse de esa atadura, porque si no siempre estaremos dentro de la prisión. Una afirmación de esa índole resulta atrevida e inaceptable. La mayoría de nosotros estamos tremendamente condicionados, y al escuchar esa afirmación nos sorprendemos mucho y rechazamos la expresión por parecemos desmesurada; pero yo lo escucho seriamente —porque después de todo, usted ha entregado, más o menos, su vida a estas cosas, y no como si fuera un entretenimiento, sino con extraordinaria seriedad— y, por consiguiente, quisiera discutir el tema con usted para ver hasta qué punto puede dejar de estar condicionado el ser humano. ¿Es eso posible? Y si lo es, ¿qué significa? ¿Es posible que yo, que he vivido en un mundo de hábitos, de tradiciones y de aceptación de conceptos ortodoxos en tantos temas, es posible que pueda arrojar de mí este condicionamiento tan profundamente arraigado? ¿Qué entiende usted exactamente por condicionamiento, y qué quiere decir con liberarse del condicionamiento?

KRISHNAMURTI: Empecemos por examinar la primera cuestión. Estamos condicionados —física, nerviosa y

mentalmente— por el clima en que vivimos y por el alimento que ingerimos, por la cultura a la que pertenecemos, por todo nuestro entorno económico, social y religioso, por nuestra experiencia, por la educación y por las presiones e influencias familiares. Todos estos son los factores que nos condicionan. Todas nuestras respuestas, conscientes e inconscientes, a los retos de nuestro entorno—intelectuales, emocionales, internos y externos—, todas ellas son la acción del condicionamiento. El lenguaje es un condicionamiento; todo pensamiento es la acción, la respuesta del condicionamiento.

Al saber que estamos condicionados, nos inventamos un poder divino en el que confiamos piadosamente para que nos haga salir de ese estado mecánico. Damos por cierta su existencia dentro o fuera de nosotros: como atmán, alma, el Reino de los Cielos, ¡y quién sabe cuántas cosas más! Nos aferramos desesperadamente a esas creencias, sin ver que ellas mismas son parte del factor condicionante al que se supone que van a destruir o redimir. Al ser incapaces de liberarnos del condicionamiento por nosotros mismos en este mundo, y no ver siquiera que el condicionamiento es el problema, creemos que la libertad se encuentra en el cielo, en el moksa, o en el nirvana. En el mito cristiano del pecado original, y en toda la doctrina oriental del samsara, se puede ver que este factor del condicionamiento se ha percibido, aunque de forma bastante oscura. Si se hubiera visto claramente, por supuesto que estas doctrinas y mitos no hubieran surgido. Hoy en día los psicólogos también intentan hacer frente a este problema y, al hacerlo, nos condicionan todavía más. Así pues, nos hemos visto condicionados por los sacerdotes, por el orden social y por la familia que forma parte de ese orden. Todo eso es el pasado que constituye los estratos de la mente, tanto los manifiestos como los ocultos. Es interesante advertir, de paso, que el llamado individuo no existe en absoluto, ya que su mente recurre a esa reserva común

del condicionamiento que comparte con todos los demás, por lo tanto, la división entre individuo y comunidad es falsa: solo existe el condicionamiento. Este condicionamiento actúa en todas las relaciones: con las cosas, con las personas o con las ideas.

I.: Entonces, ¿qué puedo hacer para liberarme de todo eso? Vivir en este estado mecánico no es vivir en absoluto; y, sin embargo, toda acción, toda voluntad, todos los juicios están condicionados. Aparentemente no hay nada que yo pueda hacer con el condicionamiento que no esté condicionado. Estoy atado de pies y manos.

K.: El verdadero factor del condicionamiento en el pasado, en el presente y en el futuro es el «yo», que piensa en función del tiempo; el «yo» que no repara en esfuerzos, y que ahora se esfuerza en su exigencia de libertad. Así que la raíz de todo condicionamiento es el pensamiento, que es el «yo». El «yo» es la esencia misma del pasado, el «yo» es tiempo, el «yo» es sufrimiento... el «yo» intenta por todos los medios liberarse de sí mismo, el «yo» se esfuerza, se desvive por lograr el éxito, por negar los hechos, por llegar a ser algo. Esta lucha por llegar a ser algo es tiempo en el que hay confusión y ansia por conseguir lo máximo y lo mejor. El «yo» busca seguridad y, al no encontrarla, traslada su búsqueda al cielo; ese mismo «yo», que se identifica con algo más grande en donde espera quedar absorbido —ya sea en la nación, en el ideal o en algún dios—, constituye el factor del condicionamiento.

I.: Me lo ha quitado todo. ¿Qué soy yo sin ese «yo»?

K.: Si no hay «yo», usted no está condicionado, lo cual significa que usted no es nada.

I.: ¿Puede acabarse el «yo» sin el esfuerzo del «yo»?

K.: El esfuerzo por llegar a ser algo es la respuesta, la acción del condicionamiento.

I.: ¿Cómo puede detenerse la acción del «yo»?

K.: Solo puede detenerse si uno ve la totalidad, todo lo relacionado con la cuestión. Si uno lo ve en la acción, que es verlo en la relación, ese ver es el final del «yo». Este ver no solo es una acción que no está condicionada, sino que también actúa sobre el condicionamiento.

I.: ¿Quiere usted decir que el cerebro —que es el resultado de una dilatada evolución, con sus infinitos condicionamientos— puede liberarse a sí mismo?

K.: El cerebro es el resultado del tiempo; está condicionado para protegerse físicamente, pero cuando trata de protegerse psicológicamente entonces aparece el «yo», y con él todo nuestro sufrimiento. Este esfuerzo por protegerse psicológicamente es la afirmación del «yo». El cerebro puede aprender, puede adquirir conocimientos técnicos, pero cuando adquiere conocimiento psicológico entonces ese conocimiento se impone en la relación como el «yo» con sus experiencias, con su voluntad y su violencia. Esto es lo que produce la división, el conflicto y el sufrimiento en la relación.

I.: ¿Puede serenarse el cerebro y actuar solamente cuando tiene que trabajar en cuestiones técnicas... actuar solo cuando se exija el conocimiento como, por ejemplo, para aprender una lengua, conducir un coche o edificar una casa?

K.: El peligro que hay es el de establecer una división entre lo psicológico y lo tecnológico. Esto se convierte en una contradicción, en un condicionamiento, en una teoría.

La cuestión real es si el cerebro, todo él, puede serenarse, estar en silencio y responder de modo eficaz solo cuando se le requiere en el plano tecnológico o en la vida. No estamos interesados por lo psicológico o lo tecnológico; únicamente nos preguntamos: ¿puede la mente, en su totalidad, serenarse por completo y funcionar solo cuando tiene que hacerlo? Nosotros decimos que sí puede, y esto es la comprensión de lo que es la meditación.

I.: Quisiera continuar, si es posible, donde lo dejamos ayer. Tal vez recuerde que hice dos preguntas: pregunté qué es el condicionamiento y qué es la liberación del condicionamiento, y usted dijo que empezáramos por la primera pregunta. No tuvimos tiempo para continuar con la segunda, así que hoy quisiera preguntar cuál es el estado de la mente que está libre de todos sus condicionamientos. Después de hablar ayer con usted, me quedó muy claro lo profunda y fuertemente que estoy condicionado, y vi —al menos creo haberlo visto— una apertura, un resquicio en esta estructura del condicionamiento. Hablé con un amigo del tema, y al poner algunos ejemplos objetivos de condicionamiento, vi muy claramente lo profunda y nocivamente que están afectadas por él nuestras acciones. Como dijo usted al final, la meditación es el vaciamiento de la mente de todo condicionamiento, de modo que ya no hay distorsión ni ilusión. ¿Cómo puede liberarse uno de todas las distorsiones e ilusiones? ¿Qué es la ilusión?

K.: Es muy fácil engañarse uno mismo, muy fácil vencerse de cualquier cosa. La sensación de que uno debe ser algo es el principio del engaño y, por supuesto, esta actitud idealista lleva a distintas formas de hipocresía. ¿Qué crea la ilusión? Bueno, uno de los factores es la constante comparación entre lo que es y lo que debiera ser, o lo que



podiera ser, la evaluación de lo bueno y lo malo, el pensamiento que intenta mejorarse a sí mismo, el recuerdo del placer, el intento de conseguir más placer, etc. Es el deseo de tener más, la insatisfacción, lo que hace que uno acepte o tenga fe en algo, y esto tiene que conducir inevitablemente a todo tipo de engaño y de ilusión. Son el deseo y el miedo, la esperanza y la desesperación los que establecen la meta y la conclusión que ha de experimentarse. Por tanto, esta experiencia carece de realidad. Todas las llamadas experiencias religiosas siguen esta pauta. El deseo mismo de iluminación por fuerza ha de generar también la aceptación de la autoridad, y esto es precisamente lo opuesto a la iluminación. El deseo, la insatisfacción, el miedo, el placer, querer más, querer cambiar, todo lo cual es evaluación... ese es el camino de la ilusión.

L: ¿De verdad, no tiene usted ninguna ilusión de nada?

K.: Yo no estoy todo el tiempo evaluándome a mí o a los demás. Esta liberación de emitir evaluaciones se produce cuando usted está viviendo realmente lo que es: sin desear cambiarlo, ni juzgarlo en términos de bueno o malo. El vivir con algo no es aceptarlo: eso está ahí, tanto si usted lo acepta como si no. Vivir con algo tampoco quiere decir que se identifique con ello.

L: ¿Podemos volver a la pregunta de qué es esa libertad que uno necesita realmente? Este deseo de libertad se expresa en todos, algunas veces de forma necia, pero creo que se puede decir que en el corazón humano se encuentra siempre este anhelo profundo de libertad que nunca se ve realizado; hay una lucha incesante por ser libre. Sé que no lo soy, que estoy atrapado en muchos deseos. ¿Cómo puedo ser libre? ¿Qué significa verdaderamente ser libre?

K.: Tal vez esto pueda ayudarle a comprenderlo: la libertad es la negación total. Negar todo lo que considera-

mos que es positivo, negar totalmente la moralidad social, negar toda aceptación interna de autoridad, negar todo cuanto uno ha dicho o inferido de la realidad, negar toda tradición, toda enseñanza, todo conocimiento excepto el técnico, negar toda experiencia, negar todos los impulsos que provienen de los placeres recordados u olvidados, negar toda sensación de satisfacción, negar todos los compromisos para actuar de una determinada forma, negar todas las ideas, todos los principios, todas las teorías. Una negación así es la acción más positiva que pueda haber y, por lo tanto, es libertad.

L: Si me voy desprendiendo de eso, poco a poco, no concluiré nunca, y eso mismo constituirá mi dependencia. ¿Podré acabar con todo de golpe, podré negar toda la decepción humana, todos los valores, aspiraciones y normas de forma inmediata? ¿Es posible? ¿No se requiere una enorme capacidad, de la que yo carezco, una enorme comprensión para ver todo eso en un instante y dejarlo expuesto a la luz, a esa inteligencia de la que usted ha hablado? Me pregunto, señor, si sabe usted todo lo que eso conlleva. Pedirme a mí, un hombre corriente con una educación corriente, que me lance a algo que parece una increíble cualidad de la nada. (...) ¿Podré hacerlo? ¡Ni siquiera sé lo que significa lanzarse a eso! Es como si se me pidiera que me convirtiera de golpe en el ser humano más hermoso, más encantador e inocente. Mire, ahora me siento verdaderamente asustado, no del modo en que lo estaba antes; ahora me enfrento a algo que sé que es verdad y, no obstante, me siento atado por mi absoluta incapacidad. Veo la belleza que esto encierra, ser completamente nada, pero (...).

K.: Mire, solo cuando hay vacío en uno, no el vacío de una mente superficial, sino el vacío que se produce con la negación total de cuanto uno ha sido, debiera ser y será... solo en ese vacío hay creación; solo en ese vacío puede te-

ner lugar algo nuevo. Miedo es el pensamiento de lo desconocido, por eso está realmente asustado de abandonar lo conocido, los apegos, las satisfacciones, los recuerdos placenteros, la continuidad y la seguridad que nos proporciona el bienestar. El pensamiento está comparando esto con lo que él considera que es el vacío. Esta imaginación del vacío es miedo y, por tanto, el miedo es pensamiento. Volvamos a su pregunta: ¿puede la mente negar todo lo que ha conocido, el contenido total de su yo consciente e inconsciente, todo lo cual constituye la esencia misma de usted? ¿Puede negarse usted completamente? Porque si no, no hay libertad. La libertad no es liberarse de algo, porque eso es solo una reacción; la libertad llega con la negación total.

I.: ¿Pero donde está el bien, la utilidad, de conseguir semejante libertad? Usted me está pidiendo que muera, ¿no es cierto?

K.: ¡Por supuesto! No sé cómo utiliza usted la palabra *bien* cuando pregunta cuál es el bien de esta libertad. ¿*Bien*, en función de qué? ¿De lo conocido? La libertad es el bien absoluto, y su acción es la belleza de la vida de cada día. Solo en esta libertad hay vida, y sin ella, ¿cómo puede haber amor? Todo existe y tiene su ser en esta libertad. Está en todas partes y en ninguna. No tiene fronteras. ¿Puede morir usted ahora a todo lo que conoce, y no esperar a mañana para morir? Esta libertad es eternidad y éxtasis y amor.

### *Conocimiento*

El conocimiento es el residuo de la experiencia, el conocimiento acumulado de la raza, de la sociedad, de la ciencia. Toda la acumulación del esfuerzo humano como experiencia, científica o personal, es conocimiento.

El conocimiento psicológico, el conocimiento de que quiero esto, de que he experimentado esto, de que creo en esto, de que esta es mi opinión, todos los residuos psicológicos de las experiencias de uno, y de las experiencias de la humanidad almacenadas en el cerebro, forman el pensamiento, y el pensamiento siempre es limitado, y cualquier acción nacida de él tiene que ser inevitablemente limitada y por lo tanto no armoniosa sino contradictoria, divisiva, conflictiva, etc.

Esto es lo que entendemos por conocimiento psicológico. Es decir, he acumulado, psicológicamente, una gran cantidad de información sobre mi esposa o mi novia. He acumulado este conocimiento sobre ella de forma correcta o incorrecta, dependiendo de mi sensibilidad, de mi ambición, codicia, envidia y todo eso, dependiendo de mi actividad centrada en mí mismo. De modo que ese conocimiento impide la observación real de la persona, que es un ser vivo. Nunca quiero enfrentarme a ese ser vivo, porque tengo miedo. Es mucho más seguro tener una imagen de esa persona que ver al ser vivo.

Sabemos que tenemos miedo, que estamos solos, que sufrimos mucho; sabemos que estamos deprimidos, ansiosos, inseguros, preocupados, tratando todo el tiempo de alcanzar, de llegar a ser, de conseguir algo... todo eso constituye la actividad del conocimiento. Preguntamos si se le puede poner fin a ese conocimiento psicológico, que siempre quiere imponerse y distorsionar al conocimiento tecnológico.

Cargamos con un gran fardo de conocimientos, de heurísticas, de insultos, de diversas reacciones psicológicas y emotivas, distintas formas de experiencia. Nuestro cerebro se ve sobrecargado con todo eso, no solo con el conocimiento académico, sino también con todo el mundo psicológico que incluye los conocimientos, lo conocido. ¿Puede haber libertad mientras el pensamiento se encuentre trabajando en ese campo? (...) Cuando el cerebro esté completamente libre de todo ese conocimiento psicológico acumulado, entonces allí estará la mente.

### *Apego*

¿Qué es el apego? ¿Por qué nos sentimos apegados a una cosa o a una persona, a las propiedades, al dinero, a la esposa, al marido, a alguna conclusión descabellada, a algún concepto ideológico? ¿Por qué estamos tan apegados? Investiguemos esto juntos. Y también las consecuencias del apego.

Si yo me siento apegado a ustedes, si quien les habla está apegado a ustedes como audiencia, piensen en cuál puede ser su estado mental. Teme que quizá no venga el público. Se pone nervioso y casi apoplejico. Está apegado a aprovecharse de la gente, a tener una reputación. Así que las consecuencias del apego, si lo observan con mucha atención, tanto si es a la esposa, al marido, a un chico, a una chica, a una idea, a un cuadro, a un recuerdo, a una experiencia, las consecuencias son que alimenta el miedo a perderlo. Y como consecuencia de ese miedo hay celos. Somos muy celosos. Celosos de los poderosos... ¿comprenden? Todos los celos. Y de ellos nace el odio. Por supuesto, los celos son odio. Y cuando uno está apegado, siempre hay sospechas, sigilo. ¿No se han dado cuenta de todo esto? Es algo muy corriente por todo el mundo. Pero uno, si se siente apegado a algo, a alguna idea, a alguna persona, ¿puede poner-

le fin ahora mismo? Eso es morir. O sea, ¿puede vivir uno con la muerte durante todo el día? ¡Ah! Piensen en ello, investiguenlo. Verán su grandeza, su inmensidad. No se trata de suicidarse, no estamos hablando de esos desatinos, sino de vivir con eso, de poner fin a toda sensación de apego, a toda sensación de miedo. Lo cual significa poseer un cerebro que actúa, pero que nunca tiene una dirección, un propósito, etcétera. Que actúa. Eso es vivir con la muerte en cada segundo, sin acumular nunca, sin almacenar nunca, sin darle nunca continuidad a nada. Señores, ustedes no lo saben; si lo supieran, verían lo que eso significa. Eso es realmente la libertad. Y de esa libertad surge el amor. El amor no es apego. El amor no es placer, ni deseo, ni satisfacción.

Estoy apegado a usted, usted es bien parecida, me complace, me ofrece sexo, compañía o lo que sea, y yo me siento muy apegado a usted. Ese apego es el pasado (...) me siento apegado a usted por ese placer, y ese apego es recuerdo, porque la próxima vez que usted no esté ahí, diré: «¡Ojalá estuvieras aquí!». Así pues, el apego es recuerdo (...); no hay apego cuando se vive el presente.

### *Placer*

¿Qué es el placer? ¿Cómo se produce? Usted ve una puesta de sol, y el contemplarla le produce gran deleite. Experimenta eso (...) y esa experiencia le deja un recuerdo de placer y mañana querrá que se repita ese placer. (...) Esa repetición ocurre, como usted puede observar, cuando el pensamiento piensa en algo y le da vitalidad y continuidad. Sucede lo mismo con el sexo y con cualquier otra forma de placer físico o psicológico. El pensamiento crea la imagen de ese placer y continúa pensando en él.

La siguiente cuestión sería: ¿cómo se puede dejar de pensar en eso? (...) El gozo no es placer. No se puede pensar en el gozo, o más bien, puede pensar en él, pero entonces lo reducirá a placer, porque lo que se denomina gozo, éxtasis, no es un producto del pensamiento. ¿No se ha dado usted cuenta de que cuando hay una gran manifestación de gozo no puede pensar en ello al día siguiente, y que si piensa ya lo ha convertido en placer? (...) ¿Es posible que un suceso, tanto si es doloroso como placentero, concluya sin dejar marca en el cerebro? Esa marca en el cerebro es recuerdo, y cuando el recuerdo responde, su respuesta es pensamiento. (...) Se desarrollaba aquella hermosa puesta de sol; mientras la veía, se producía un gran deleite. Usted la observaba: sus colores, la luz reflejada en el agua, los distintos tonos de luz en las nubes. ¿Puede observarla sin palabras? En el momento en que utilice la palabra, esa palabra tiene asociaciones, y esas asociaciones son parte de la memoria. Cuando usted dice lo extraordinaria que es, ya se ha apartado de la mirada, de la observación, de ver la puesta de sol. ¿Puede observar la puesta de sol sin la palabra? Es decir, observarla totalmente, con una atención total, sin compararla con la puesta de sol que vio en California o en alguna otra parte del mundo, o diciéndole a sus amigos qué hermosa es, sino viéndola simplemente, sin palabras. O sea, observar con total atención.

Entonces, si mira así, descubrirá que la propia percepción impide que se forme un recuerdo de esa puesta de sol. Lo que no quiere decir que no experimente gozo y deleite con ello.

El placer no es solamente el placer inmediato, el deseo inmediato, sino también la exigencia de continuidad de ese placer psicológico que he tenido. En todo eso se encuentra incluido el pensamiento. En todo eso está el proce-

so de reconocimiento, la palabra, la exigencia de continuidad (...); existe el placer inmediato de comer una fruta y un segundo más tarde quiero más. El «más» de cualquier cosa no es el momento mismo.

Pensar en la experiencia de ayer, ya sea el haber mirado atentamente un hermoso árbol, el cielo sobre las colinas, o su disfrute sexual, es placer.

El placer es la actividad del pensamiento una vez que la realidad ha desaparecido, lo cual es completamente distinto de lo que es el gozo. Usted goza. Si a usted le gusta comer, goza con la comida, pero enseguida surge el pensamiento de que mañana he de comer lo mismo. Entonces empieza el hábito, y el pensamiento dice que debe romper ese hábito, y de ese modo se inicia el conflicto. Por el contrario, si a usted le gusta la comida, paladéela, disfrútela, y termine en ese momento con ella. ¿Comprende? No diga que debiera repetirla mañana o esta noche. Del mismo modo observe a su esposa, a su marido, a todo, sin registrarlo ni, por tanto, darle continuidad; eso proporcionará al cerebro una enorme libertad; ha establecido orden en donde debe haberlo, y usted habrá alejado todo desorden de su relación, porque entonces no habrá imagen entre usted y el otro.

### *Imagen*

Quien les habla entiende por imagen un símbolo, un concepto, una conclusión, un ideal. Todo son imágenes, es decir, lo que yo debiera ser, no soy esto pero quisiera ser



aquello. Eso es una imagen proyectada por la mente en el tiempo, es decir, en el futuro y, por consiguiente, es irreal. Lo que es real es aquello que de hecho está teniendo lugar ahora en su mente. ¿Podemos seguir desde aquí?

Nos preguntamos por qué crea la mente una imagen. ¿Será porque en la imagen hay seguridad? Si tengo esposa, me formo una imagen de ella... la propia palabra *esposa* ya es una imagen. Me formo esa imagen porque aunque la esposa es una entidad viva, cambiante, vitalmente humana, y comprenderla requiere mucha más atención y mayor energía, si me formo una imagen de ella resultará mucho más fácil vivir con eso.

Ante todo, ¿tiene usted una imagen de sí mismo, de que es un gran hombre o de que no lo es, de que usted es esto o lo otro? Cuando usted vive con imágenes está viviendo con ilusiones, no con la realidad (...); ¿por qué la mente, su mente, crea imágenes? ¿Es debido a que en las imágenes hay seguridad, aunque esas imágenes sean falsas?

(...) La imagen es la proyección del pensamiento (...) y el pensamiento es la respuesta de la memoria almacenada en el cerebro como conocimiento. El conocimiento procede de la experiencia (...); usted tiene experiencia, recuerda esa experiencia como conocimiento, y ese conocimiento recordado proyecta pensamientos (...), pero el conocimiento siempre es limitado, no hay un conocimiento completo de nada. Así que el pensamiento siempre es limitado.

La mente debe descubrir cómo vaciar su contenido, es decir, no tener imágenes y, por consiguiente, no tener observador. La imagen significa el pasado, o la imagen que se está desarrollando ahora, o la que proyectaré en el futuro. Así pues, ninguna imagen, o sea, ninguna fórmula, ni

idea ni principio, pues todo ello implica imagen. ¿Hay alguna posibilidad de que no se forme la imagen? Usted me hiere o me complace y, por consiguiente, yo tengo una imagen de usted. ¿Es posible que no haya formación de imagen cuando usted me hiere o me complace? ¿Es posible estar totalmente atento cuando, por ejemplo, usted me insulta, de modo que eso no deje marca?

Solo cuando no tengo imagen de usted ni usted de mí, sea lo que fuere lo que diga usted no dejará marca alguna; lo cual no quiere decir que esté aislado, o que carezca de afecto, sino que se ha puesto fin a ese registro de heridas, de insultos y de todas esas actividades del pensamiento. Para eso hay que estar, en el momento del insulto, completamente atento, con todos sus sentidos.

Cuando en su interior, psicológicamente, no tenga el menor rastro de una imagen, nadie podrá herirle.

Lo que queremos decir con mirar un árbol con inocencia es mirarlo sin la imagen. Del mismo modo ha de observar usted la violencia, sin la imagen que la misma palabra implica.

La mayoría de nosotros tenemos, unos con otros, relaciones mecánicas. Por mecánica quiero decir la imagen que el pensamiento crea de usted y de mí.

Entendemos por relación correcta un estado de la mente y del corazón en el que ha desaparecido todo el mecanismo que crea las imágenes; de modo que hay una armonía completa no solo dentro de uno sino también con el otro.

El que usted no tenga imagen de sí mismo no quiere decir que esté confuso, que se haya vuelto inseguro o indeciso. Al contrario, cuando usted tiene una imagen de sí mismo, esa imagen crea incertidumbre.

El venerar a otro es venerarse a sí mismo. La imagen, el símbolo, es la proyección de uno mismo.

La imagen es la proyección de la experiencia pasada. La experiencia pasada ha producido esta imagen, y de acuerdo con ella actúo, lo cual es el futuro.

Cuando usted comprende el deseo, tal comprensión incluye no solo el objeto exterior, sino también la proyección psicológica de una imagen.

Cualquier forma de imagen que usted tenga de otro, o de sí mismo, impide la belleza de la relación.

### *Pensar*

¿Qué es pensar? ¿Podemos pensar sin memoria? No. No podemos. Entonces, ¿qué es la memoria? Adelante,

apliquemos toda nuestra inteligencia en este asunto. ¿Qué es la memoria? ¿Una larga asociación de ideas, un montón de recuerdos? Entonces, ¿qué es la memoria? Recuerdo la casa en la que viví. Recuerdo mi infancia. ¿Qué es eso? El pasado. ¿De acuerdo? El pasado es memoria. No sabemos lo qué sucederá mañana, pero podemos proyectar lo que pudiera suceder o no suceder. Esa es la acción de la memoria en el tiempo.

Entonces, ¿qué es la memoria? ¿Cómo surge la memoria? Es muy sencillo. La memoria no puede existir sin conocimiento. Si ayer tuve un accidente de automóvil, ese accidente se recuerda. Pero antes de ese recuerdo se produjo el accidente. La experiencia del accidente se convierte en conocimiento, y entonces surge el recuerdo de ese accidente. Si no hubiera tenido el accidente, no habría habido recuerdo de él. Además, también podemos imaginar los accidentes de otras personas.

Así es que el conocimiento está basado en la experiencia. Pero la experiencia siempre es limitada. Puedo tener más experiencia, más variedad de experiencias, no solo físicas o sexuales, sino también las llamadas experiencias internas de algún dios ilusorio, etc. Así que tenemos experiencia, conocimiento, memoria y pensamiento. ¿De acuerdo? Pero la experiencia es siempre limitada y yo no puedo experimentar la inmensidad del orden del universo. No puedo experimentarlo, pero sí imaginarlo.

La experiencia es limitada y, en consecuencia, el conocimiento también lo es, tanto en el futuro como ahora mismo, ya que el conocimiento siempre se está incrementando, cada vez más. El conocimiento científico se basa en eso. Desde antes de Galileo no ha dejado de irse acumulando cada vez más. Así pues, el conocimiento siempre es limitado, ya sea ahora o en el futuro. Así que la memoria es limitada y lo mismo ocurre con el pensamiento. Ahí radica la dificultad. El pensamiento es limitado. El pensamiento ha inventado dioses, salvadores, rituales, a Lenin y

a Marx y a Stalin. Así que el pensamiento, sea el que fuere, noble o innoble, religioso o no religioso, virtuoso o no virtuoso, moral o inmoral, sigue siendo limitado. Cualquier cosa que haga el pensamiento es limitada. ¿Estamos de acuerdo en esto?

### *Heridas*

¿Qué es una herida? No conteste verbalmente, investigue en su interior, obsérvese usted. Psicológicamente usted se siente herido, sus padres lo hirieron cuando usted era niño, sus amigos lo hirieron en su infancia. En la escuela también lo herían al decirle: «Debes ser tan listo como tu hermano». O pudo ser su tío, o su director, o cualquier otro. Luego en la universidad tenía que examinarse y, si suspendía, se sentía herido. Y si no consigue un trabajo, se siente herido. En el mundo todo se confabula para herirlo. Nuestra educación, que está tan corrompida, lo hiere. De manera que se siente herido. ¿Se da usted cuenta realmente de que está herido? ¿Ve usted que, como consecuencia de sentirse herido, quiere herir a los demás? De ahí surge la ira, la resistencia, y usted se va replegando y cada vez se va aislando más en su interior. Y cuanto más se aísla y se repliega en su interior, más herido se siente. Así que levanta una muralla a su alrededor y finge, pero está siempre dentro de esa muralla. Estos son todos los síntomas.

Así pues, se siente herido. Si verdaderamente se da cuenta de que está herido, no solo en el plano consciente, sino más profundamente, ¿qué hará? Bien, ¿cómo se produce esa herida? Es a causa de la imagen que usted tiene de sí mismo. Si yo tuviera una imagen de mí, siempre sentado sobre un estrado y hablándole a un auditorio —gracias a Dios, no la tengo—, y ese público no estuviera de acuerdo conmigo, o no viniera a escucharme, mi imagen

se sentiría herida. El hecho es que mientras tenga una imagen de mí, esa imagen va a sentirse herida. Eso está claro, ¿no es verdad? Bien, ¿es posible vivir sin una sola imagen? Esto equivale a no tener ninguna conclusión, ningún prejuicio: todo eso son imágenes. En el momento en que usted me insulta, que es cuando me dice algo contrario a la imagen que tengo de mí, usted me hiere. Ahora bien, si en el momento en que usted dice algo que es doloroso o hiriente, me doy cuenta y presto una atención total a lo que usted dice, entonces no se produce registro alguno. Solo cuando no hay atención se produce ese registro de la herida o del halago. Por tanto, ¿puede usted prestar una atención total cuando alguien le dice que es tonto? Si lo hace así, no habrá herida, y las heridas pasadas desaparecerán con esa atención. La atención es como una llama que quema las heridas del pasado y las del presente. ¿Lo ha comprendido?

### *Atención*

INTERLOCUTOR. Usted ha dicho que cuando uno concede plena atención a un problema, el problema alcanza su plenitud y luego termina consumiéndose. ¿Puede explicarlo un poco más?

KRISHNAMURTI. Pongamos, por ejemplo, el problema del conflicto. ¿Puede observar usted su conflicto y concederle total atención? Le ruego que lo escuche unos minutos. Escúchelo. Usted tiene un problema que es el conflicto. ¿Puede observarlo? No solo escuchar el problema, su sonido, su contenido, las sutilezas del problema, sino observarlo sin tratar de resolverlo, sin tratar de darle una dirección, sin ningún motivo. Cuando usted tiene un motivo le da una dirección y, por consiguiente, está distorsionan-

do el problema. ¿Puede ser consciente del conflicto de forma sensible? No actuar sobre él, porque usted es parte de ese conflicto; usted es el conflicto. Así pues, si actúa sobre él, creará más conflicto. Así es que, observe ese conflicto, tanto el pequeño conflicto como la totalidad de los conflictos humanos, lo personal y lo general, obsérvelo. Escuche su relato, no lo cuente usted, deje que sea él quien se lo cuente a usted. Como si fuera un niño querido al que tiene sentado en su regazo y le está contando un cuento. No lo interrumpa. No sea brusco con él, acepte que le cuente todo lo que sea.

Del mismo modo, permita que ese conflicto le cuente a usted todo sobre él; usted solo debe tener oídos para escucharlo, no solo los oídos externos, sino que también debe escuchar internamente la naturaleza del conflicto. ¿Puede escuchar de esa manera, dedicándole toda su atención, sin esfuerzo alguno? Cuando está con un niño escuchando su relato, usted no hace esfuerzo alguno ni dice: «Debo controlarme, debo ser más paciente». Usted lo escucha, porque quiere a ese niño. Escuche de ese mismo modo, y entonces verá cómo el problema va madurando, creciendo y muestra todo su contenido. Y cuando ha mostrado todo su contenido, se desvanece, se acaba. ¿Comprende? Es decir, es el desarrollo y el desvanecimiento de un problema, lo cual no implica tiempo. Solo una mente impaciente hace intervenir al tiempo y dice: «Debo resolver esto». Con una mente que está escuchando de forma muy atenta y sensible, alerta a todos sus movimientos, por pequeños y sutiles que sean, cuando usted escucha al problema, cuando le concede toda su atención —y no podrá concederle toda su atención si tiene un motivo, si tiene una dirección, si dice: «Debo hacer esto», pues entonces nada sucederá—, cuando le presta una atención total, el problema se mostrará en su plenitud y se disolverá. Como una flor, que es un capullo por la mañana y por la tarde se ha marchitado.

## *Vulnerabilidad*

Cuando la razón carezca de capacidad para protegerlo a usted mediante explicaciones, evasiones y conclusiones lógicas, entonces habrá total vulnerabilidad, una desnudez absoluta de todo su ser y brillará la llama del amor.

Como esto es una conversación, un diálogo entre ustedes y quien les habla, debiéramos ser vulnerables, es decir, desprendernos de toda defensa, de toda resistencia, y estar dispuestos a manifestarnos enteramente, no solo al problema, sino a lo que implica el problema, concediéndole toda nuestra atención.

¿Ve usted la necesidad de ser abiertos y vulnerables? Si no ve que esto es algo verdadero, volverá a levantar murallas de forma encubierta en torno a usted.

La esencia de la sensibilidad es ser vulnerable (...); ser interiormente vulnerable significa no tener ningún tipo de resistencia, no tener imágenes ni fórmulas.

## *Percepción*

¿Qué significa percepción? ¿Puedo tener percepción si me siento apegado a mi posición, a mi esposa, a mi propiedad? (...) Decíamos que solo puede darse una percepción total cuando en mi vida diaria no exista confusión (...); si tengo miedo, mi percepción será muy parcial (...),



pero si investigo, si observo, si me adentro en el miedo, si lo comprendo profundamente, si penetro en él, tendré percepción. (...) La percepción solo puede producirse cuando no existe división entre el observador y lo observado.

Todas las impresiones sensoriales, las impresiones que se registran consciente e inconscientemente, las distintas imágenes, las conclusiones y prejuicios, todo eso está implicado en la percepción (...) y cuando me encuentro con usted, conecto la atención y emergen las imágenes. A eso le llamamos percepción (...), pero el orden es la percepción de las cosas tal como son: la percepción de lo que es usted, no mi conclusión de lo que es. Digo que percepción es ver las cosas como son, y no puedo verlas si llego a una conclusión. Por consiguiente, en la conclusión hay desorden.

Hay una clase de energía totalmente distinta cuando existe una percepción pura, la cual no está relacionada ni con el pensamiento ni con el tiempo.

¿Existe una percepción de la violencia que acabe instantáneamente con la violencia? (...) La percepción es acción, y cuando usted ve una serpiente actúa instantáneamente. No dice: «Bueno, haré algo la semana que viene», sino que existe una respuesta inmediata porque hay un peligro.

Lo importante es que observe su mente sin juzgarla; que simplemente la mire, la observe, que sea consciente

del hecho de que su mente es una esclava y nada más. Porque esa misma percepción libera energía, y es esa energía la que va a destruir la esclavitud de la mente (...); hemos de ocuparnos solamente de lo que es. Y es esa percepción de «lo que es» la que enciende ese fuego creativo (...); la urgencia que hay tras la auténtica pregunta, la misma insistencia en ella, produce percepción. La mente perceptiva está viva, llena de actividad y de energía: solamente una mente así puede entender lo que es la verdad.

Si el pensamiento no se detiene, la mente nunca estará en silencio, y solo cuando la mente está en completo silencio existe la posibilidad de la percepción. Es lo lógico: si mi mente está parlotando, comparando, juzgando, diciendo que esto está bien y aquello está mal, no le estoy escuchando a usted.

La percepción implica una completa atención: con nervios, oídos, cerebro, corazón, todo de características excepcionales. (...) Es el yo el que establece la fragmentación. En ausencia del yo, hay percepción. La percepción es acción, y eso es belleza.

Solamente puede haber percepción cuando no hay vestigios del pensamiento; cuando no existe interferencia de la actividad del pensamiento hay percepción, que es la comprensión instantánea y directa de un problema. ¿Se origina la percepción en la mente? Sí, cuando el cerebro está en silencio.

### *Percepción directa (insight) \**

¿Qué es la percepción directa? Es decir, el percibir algo de forma instantánea, que sea verdadero, lógico, sensato y racional. Esa percepción debe actuar instantáneamente (...), tener una percepción instantánea, por ejemplo, de las heridas, del daño que uno ha recibido desde la infancia. (...) La herida es la imagen que usted ha creado de sí mismo. (...) Ahora bien, al tener una percepción directa de todo eso sin que haya análisis, al verlo de forma instantánea, por la comprensión misma de esa percepción directa, que exige toda su energía y atención, la herida queda disuelta.

¿Qué es, pues, la percepción directa? Decimos que la percepción directa se da solo cuando el conocimiento ha llegado a su fin y lo que hay es pura observación sin dirección alguna (...) y que esa percepción no es el resultado de un examen continuado, de un análisis continuado, de un examinarse día tras día, sino que es el cese súbito de todo conocimiento y el ver algo directamente. Esa percepción inmediata produce un cambio fundamental en las células mismas del cerebro que son responsables de la memoria.

Cuando tiene una percepción directa del apego, usted examina las palabras, examina sus reacciones de afirma-

\* «Insight». Ya hemos ofrecido otra nota a pie de página sobre la traducción de esta palabra. Etimológicamente quiere decir «*visión interior*» y está relacionada con las expresiones *comprensión*, *percepción*, *observación*, *intuición*, *penetración*, *visión*, etc., matizadas por los adjetivos *inmediata*, *instantánea*, *directa*, *total*, *interna*, etc. El neologismo *introvisión* podría recoger la etimología del término y constituiría una aportación a la lengua española.

ción y negación, usted ve, observa, cómo ha formado la mente todo este proceso del apego. Y solo puede observarlo cuando no quiere desecharlo, solo puede observarlo cuando ve que el observador es eso que usted está viendo. El observador ha creado el apego y, después, se aparta de él y trata de cambiarlo, de controlarlo, de darle forma, de negarlo, alterarlo, superarlo, etcétera. Pues bien, cuando usted tiene una percepción de esa clase, de ahí surge la inteligencia.

Esta continuada percepción directa sin una fórmula, sin una conclusión que le ponga fin, es una acción creativa. Resulta sorprendentemente bello e interesante comprobar cómo el pensamiento se encuentra ausente cuando usted tiene una percepción directa. El pensamiento no puede tener esa percepción. Solo usted puede tenerla cuando la mente deja de actuar de forma mecánica en la estructura del pensamiento. (...) Tener una percepción directa y no extraer jamás una conclusión de ella, de modo que usted se mueva constantemente de percepción en percepción, de acción en acción, eso es espontaneidad. (...) Una mente que es libre tiene una percepción directa a cada momento; una mente que es libre no tiene conclusiones y, por consiguiente, no es mecánica. (...) Hay seguridad en la percepción directa, no en la conclusión.

La percepción directa no es un recuerdo, no es un resultado calculado o investigado; no constituye un proceso de registrar y actuar desde ese recuerdo, y tampoco es la actividad del pensamiento, que es tiempo. De ahí que la percepción directa sea la acción de una mente que no se encuentra apresada por el tiempo.

## *Pasión*

Cuando usted se enamora de alguien se encuentra en un estado de gran emoción, que es el efecto de esa causa en particular, pero de lo que yo estoy hablando es de la pasión sin causa. Es sentirse apasionado por todo, no solo por algo, si bien la mayoría de nosotros nos apasionamos por una persona o por una cosa en particular. Creo que hemos de ver esta distinción muy claramente. En el estado de pasión sin causa hay un apasionamiento libre de todo apego; pero cuando la pasión tiene una causa hay apego, y ese apego es el principio del sufrimiento. (...) Cuando hay una pasión por algo, por una persona, por una idea, por algún tipo de satisfacción, entonces, a causa de esa pasión, hay conflicto, contradicción, esfuerzo. (...) Por favor, quisiera sugerirles simplemente que escuchen: que no se esfuerzen en alcanzar este estado de apasionamiento, esta pasión sin causa. Si podemos escuchar atentamente, con esa sensación de facilidad que se produce cuando no se fuerza la atención con la disciplina, sino que nace simplemente de la necesidad de comprender, creo que entonces descubriremos por nosotros mismos lo que es esta pasión (...); creo que el fin del sufrimiento está relacionado con la intensidad de la pasión. Solo puede haber pasión cuando existe un abandono total de uno mismo.

Nunca se es apasionado a menos que exista una ausencia completa de lo que llamamos pensamiento (...); esa pasión nada tiene que ver con el entusiasmo. Llega solamente cuando hay un completo cese del «yo», cuando se ha dejado atrás todo sentimiento de «mi casa», «mi propiedad», «mi país», «mi esposa», «mis hijos». Puede que usted diga entonces que no vale la pena tenerla. Quizá no para usted. Solo vale la pena si en realidad quiere descubrir lo que es el dolor, lo que es la verdad, lo que es Dios, el significado de todos esos asuntos confusos y violentos

de la existencia. Si eso es lo que le preocupa, entonces debe profundizar en ello con pasión; lo que quiere decir que no puede estar atado a su familia. Usted puede tener una casa, también puede tener una familia, pero si usted se encuentra psicológicamente atado a ellas, entonces no podrá ir más allá.

Cuando no hay derroche de energía hay pasión.

La mayoría de nosotros empleamos la palabra *pasión* refiriéndonos a una sola cosa: el sexo; sufrimos apasionadamente e intentamos solucionar ese sufrimiento. Pero yo utilizo el término *pasión* en el sentido de un estado de la mente, de un estado del ser, un estado de nuestra esencia interna —si existe tal cosa— que tiene sensaciones muy intensas, que es muy sensible, tanto a la suciedad, a la miseria, a la pobreza, a las riquezas desmesuradas y a la corrupción, como a la belleza de un árbol, de un pájaro, de un arroyo, de un estanque en cuya superficie se refleja el cielo del atardecer. Es necesario sentir todo eso de una manera intensa y profunda. Porque sin esa pasión, la vida se vuelve vacía, superficial, sin mucho significado. Si no podemos ver la belleza de un árbol y amar ese árbol, si no podemos cuidarlo con todo afecto, no estamos vivos. (...) Hablamos de pasión sin motivo. (...) Para comprender lo que es verdadero, hay que tener pasión.

El permanecer con el sufrimiento, el no evadirse de él, trae la pasión. La pasión significa el completo abandono del «yo», del ego, y, por consiguiente, una gran austeridad,

la austeridad de una gran belleza. (...) Sin esa cualidad interior de la pasión, que es el resultado de una gran comprensión del dolor, no veo cómo puede existir la belleza.

Una mente apasionada indaga, investiga, observa, pregunta, cuestiona, no se limita simplemente a buscar —para liberarse de su descontento— algo con lo que pueda realizarse y después echarse a dormir. (...) La pasión por descubrir, por indagar, por investigar, por comprender, solo puede llegar cuando está ausente el «yo».

La percepción de la verdad requiere pasión, intensidad, una energía explosiva, y no una mente que se sienta abatida por el miedo, por la disciplina y por todos los horrores de la virtud cultivada, pues esas son las actividades fragmentarias de la mente condicionada. Cuando uno ve esto, entonces todo su ser está en ello. Solo una mente que es apasionada, que conoce la pasión de la libertad, solo una mente así puede hallar lo que es inconmensurable.

Uno tiene que encontrar esa pasión que no es deseo ni tiene motivo. ¿Existe una pasión así? Esa pasión existe cuando se pone fin al sufrimiento.

### *Acción*

Entonces nos damos cuenta de que todo pensamiento es inadecuado para resolver nuestros problemas... y comprendemos que esto no es solo una conclusión lógica, que no es un simple aforismo, sino una verdad, una ley que

dice que el pensamiento es inadecuado porque es fragmentario y como tal ha creado y dividido el mundo. Vemos todo eso, y también nos damos cuenta de que usted es el mundo y el mundo es usted... en lo fundamental, en lo básico, porque allá donde vaya habrá sufrimiento, lágrimas, desgracias, confusión, hambre, privación: es lo que tiene en común la humanidad.

Así pues, usted es el mundo y el mundo es usted. Y cuando se da cuenta de que el pensamiento, el pensamiento de la humanidad, resulta inadecuado para resolver los problemas humanos de la vida, de la existencia, de la relación, del miedo, de todo eso ¿entonces qué sucede? (...) ¿Cómo se da cuenta de esa verdad? ¿Es una aceptación intelectual, una teoría que alguien ha propuesto y que usted la acepta como tal? ¿Hace usted una abstracción, un ideal de esa afirmación de que usted es el mundo y de que el mundo es usted, y de que el pensamiento es inadecuado, o realmente lo vive? (...) Decimos: «Viva con ello, obsérvelo, sosténgalo como si fuera una joya, no le diga qué debe hacer, contemple esa joya que tiene; ella es quien le dirá lo que debe hacer».

Pero nos sentimos muy ansiosos por decirle nosotros lo que debe hacer. ¿Comprende? Usted lee una novela, una obra de misterio, y en ella está escrito todo, no tiene por qué decirle usted lo que va a suceder. Del mismo modo usted posee la joya más extraordinaria: comprender que usted es el mundo y que el mundo es usted, y que el pensamiento es totalmente inadecuado para resolver los problemas humanos de la relación. Vea eso, viva con eso cada minuto del día, y entonces descubrirá lo que es la acción correcta.

### *Aprender*

¿Cuándo aprende usted? Aprender es diferente de saber, ¿no es cierto? Acumular conocimientos es diferente



de aprender. En el momento en que he aprendido, eso se convierte en conocimiento. Después de que he aprendido, le añado más. A este proceso de ir añadiendo lo llamamos aprender, pero no es más que la acumulación de conocimiento. No estoy en contra de tal acumulación, pero estamos tratando de descubrir lo que es el acto de aprender. La mente solo está aprendiendo cuando se encuentra en un estado de no saber. Cuando no sé, aprendo.

El conocimiento no es aprender. El aprender está siempre en el presente activo. El conocimiento siempre está en el pasado, y vivimos en el pasado, nos satisfacemos con el pasado (...), pero si usted está aprendiendo, quiere decir «aprendiendo todo el tiempo», que es un presente activo, aprendiendo en cada momento. Aprender al observar y escuchar, aprender al ver y hacer. Entonces comprobará que el aprender es un movimiento constante sin el pasado.

Vamos a averiguar ahora si existe una forma diferente de aprender, que no consista en la acumulación de conocimientos. Permítanme decirlo de otro modo. Primero está la experiencia, y de la experiencia surge el conocimiento, del conocimiento la memoria, y la respuesta de la memoria es el pensamiento. Luego actúa el pensamiento y de esa acción usted aprende más, y así se repite el ciclo. Esta es la secuencia de nuestra vida. Nosotros decimos que esa forma de aprender nunca resolverá nuestros problemas porque es una repetición. Es evidente que no los hemos resuelto. (...) Ahora bien, ¿existe otra forma de aprender? Aprender, no en el contexto del conocimiento, sino de una forma distinta: una percepción-acción no acumulativa.

Cuando uno aprende, la mente siempre está atenta y nunca acumula; por consiguiente, no hay acumulación con la cual uno juzgue, evalúe, condene y compare (...); observar, mirar, ver, escuchar, todo es parte del aprender (...), para aprender sobre uno, hay que poner fin a todo conocimiento previo sobre uno.

### *Meditación*

¿Qué es la meditación? Como no sabemos lo que es, no tenemos ni idea de cómo empezar. Así pues, hemos de abordarla con una mente abierta, ¿no es así? Debemos abordarla con una mente libre que reconozca que no sabe, y no con una mente atiborrada que ande buscando cómo tiene que meditar. Si realmente quieren comprender esto, no aferrarse a lo que digo, sino experimentar de verdad lo que vamos investigando, entonces descubrirán ustedes mismos el significado de la meditación.

Hasta ahora hemos abordado el problema con una actitud de averiguar cómo meditar, qué sistemas seguir, cómo respirar, qué clase de ejercicios de yoga hacer, etcétera, porque creemos saber lo que es la meditación, y que el «cómo» nos llevará a algo. Pero ¿sabemos realmente qué es la meditación? Yo no, y creo que ustedes tampoco. Por consiguiente, hemos de enfocar juntos la cuestión con una mente que reconozca que no sabe... aunque hayamos leído cientos de libros y practicado muchas disciplinas de yoga. En realidad, ustedes no saben. Solamente esperan, solamente desean, solamente quieren —mediante un modelo determinado de acción, de disciplina— llegar a un determinado estado. Y ese estado puede ser totalmente ilusorio; puede ser únicamente su propio deseo. Y seguramente es así; es su propia proyección, como reacción a una existencia diaria llena de sufrimientos.

Por lo tanto, lo primero y esencial no es cómo meditar, sino descubrir lo que es la meditación. La mente ha de llegar a ella sin saber... y eso es extremadamente difícil. Estamos muy acostumbrados a pensar que es esencial un método determinado para meditar, ya sea la repetición de palabras, la oración, adoptar una determinada postura, fijar la mente en una frase o en una imagen concreta, respirar de forma regular, hacer que el cuerpo esté muy tranquilo, o lograr un control completo de la mente. Todo esto nos resulta muy familiar y creemos que nos llevará a algo que pensamos que se encuentra más allá de la mente, más allá del transitorio proceso del pensamiento. Creemos que ya sabemos lo que queremos, y tratamos de comparar los distintos métodos para encontrar el mejor.

El problema de «cómo» meditar es completamente falso. ¿Puedo descubrir lo que es la meditación? Esa es la verdadera cuestión. Meditar, saber qué es la meditación es algo extraordinario, así que vamos a averiguarlo.

Ciertamente, la meditación no es la búsqueda de ningún sistema, ¿no les parece? ¿Podrá la mente eliminar por completo la tradición de una disciplina, de un método, que existe no solamente aquí sino también en la India? Eso es esencial, porque yo no sé qué es la meditación. Sé lo que es concentrarse, cómo controlarse, cómo disciplinarse, qué hacer; pero no sé qué hay después. Tan solo me han dicho que si hago eso, lo conseguiré, y como soy codicioso, practico esos ejercicios. Entonces, ¿puedo descubrir lo que es la meditación y eliminar la exigencia de un método?

El mismo hecho de profundizar en todo esto es meditación. Estoy meditando desde el momento en que investigo lo que es la meditación, en lugar de cómo he de meditar. En el momento en que empiezo a averiguar por mí mismo lo que es la meditación, mi mente, que no sabe, debe rechazar todo lo que conoce: lo cual quiere decir que tengo que abandonar mi deseo de lograr un determinado estado, porque el deseo de conseguirlo es la raíz, la base

de mi búsqueda de un método. He conocido momentos de paz, de silencio y una sensación de «lo otro», y deseo conseguirlo nuevamente, convertirlo en un estado permanente: así que busco el «cómo». Creo que ya conozco lo que es ese otro estado y que un método me conducirá a él. Pero si ya sé qué es lo otro, entonces eso no es lo verdadero, simplemente es la proyección de mi propio deseo.

Mi mente, cuando está realmente investigando lo que es la meditación, comprende el deseo de tener éxito, de obtener un resultado y, de esa manera, se libera de él. Por consiguiente, rechaza de plano toda autoridad, porque no conocemos lo que es la meditación, y nadie puede decírnoslo. Mi mente se encuentra en un estado de «no saber», no hay métodos, no hay plegarias, no hay repetición de palabras ni concentración, pues ve que la concentración es tan solo otra forma de conseguir el éxito. La concentración de la mente en una idea concreta, confiando en que por ese medio se entrena para ganar por exclusión, implica, también, un estado de «saber». Así pues, si no sé, todas esas cosas deben desaparecer. Ya no pienso más en tener éxito, en triunfar; ya no tengo ese espíritu acumulativo que me ayudará a alcanzar la otra orilla.

Así pues, cuando he hecho eso, ¿no he descubierto lo que es la meditación? Ya no hay conflicto, ya no hay esfuerzo, ya no hay un espíritu de acumulación... en todas las ocasiones, no solo en un momento dado. La meditación es el proceso de desnudamiento completo de la mente, la limpieza de todo espíritu de acumulación y éxito, ese espíritu que constituye la misma naturaleza del ego, del «yo». La práctica de diversos métodos solo refuerza ese «yo». Uno puede encubrirlo, puede embellecerlo, pero sigue siendo el «yo». Así pues, la meditación es la forma de dejar al descubierto todas las actividades del ego.

Si usted lo examina con toda seriedad, descubrirá que nunca hay un momento cuando la meditación se convierte en un hábito, porque el hábito implica acumulación, y en

donde hay acumulación está el proceso del ego que pide más, que reclama una mayor acumulación. Una meditación así se halla dentro del campo de lo conocido, y carece de toda importancia, excepto como medio de hipnotizarse a sí mismo.

La mente solo puede decir que no sabe —de manera real, no meramente verbal— cuando ha desaparecido, mediante la percepción, mediante el conocimiento de sí mismo, todo espíritu de acumulación. La meditación es morir a nuestras acumulaciones, no conseguir un estado de silencio o de calma. En tanto que la mente sea capaz de acumular, siempre habrá un deseo de conseguir más, y el «más» exige un sistema, un método, el establecimiento de una autoridad, todo lo cual constituye la actividad propia del ego. Cuando la mente ha visto con claridad esta falacia, permanece en un constante estado de «no saber». Entonces esa mente puede recibir aquello que no es mensurable y que solamente se genera momento a momento.

## PARTE III

# La acción en la inacción

Como se indicaba en la introducción, se puede decir que Krishnamurti ofreció un modo singular de respuesta a la pregunta «¿Qué es la acción?». Seguidamente se muestran tres ejemplos de formas de inacción de la que surge la acción. Les precede un pasaje sobre «el observar», que resalta la necesidad que todos tenemos de la percepción en las investigaciones y en los procesos psicológicos internos, pues tal percepción es necesaria para evitar una egocéntrica y «desequilibrada» introspección. Le siguen unos cuantos pensamientos finales, con el título «Temas frecuentemente tratados».



# Observar

**C**UANDO nos estamos observando, no nos aislamos, no nos limitamos, ni nos convertimos en seres egocéntricos: porque nosotros somos el mundo, y el mundo es nosotros. Esto es un hecho. Cuando, como seres humanos, examinamos el contenido total de nuestra conciencia, de nosotros mismos, estamos investigando realmente en el ser humano como una totalidad: ya estemos viviendo en Asia, en Europa o en América.

Así pues, no se trata de una actividad egocéntrica. Esto tiene que quedar muy claro. Cuando nos estamos observando, no nos estamos volviendo egoístas, haciéndonos cada vez más neuróticos y desequilibrados. Por el contrario, cuando nos observamos, estamos examinando todo el problema humano, el problema humano del sufrimiento, del conflicto y de los horrores que el hombre se ha infligido a sí mismo y a los demás.

Es muy importante comprender este hecho: que nosotros somos el mundo y que el mundo es nosotros. Podemos tener peculiaridades superficiales, tendencias superficiales que sean diferentes, pero básicamente todos los seres humanos de este desgraciado mundo padecemos confusión, desorden, violencia, desesperación y angustia.

Todos nos encontramos en la misma situación.



Por consiguiente, cuando nos observamos, estamos observando a los seres humanos. Confío en que esto quede claro y que no convirtamos esta observación en un asunto neurótico, desequilibrado y egoísta, como podría hacer la mayoría de la gente.

## Permanecer con «lo que es»

QUISIERA ver lo que en realidad sucede cuando se produce una gran crisis y la mente se da cuenta de que cualquier tipo de evasión es una proyección en el futuro, y permanece con el hecho de la crisis, sin actividad de ningún tipo. El «hecho» de la crisis es inalterable. ¿Puede permanecer la mente con ese hecho inalterable y no evadirse de él?

Pongamos un sencillo ejemplo. Me siento iracundo, furioso, porque he entregado mi vida a algo y me encuentro con que he sido traicionado y eso me pone furioso. Esa furia es toda energía. No he influido sobre esa energía. Es una concentración de toda mi energía la que se expresa en la ira y en la furia. ¿Puedo permanecer con esa ira? No interpretarla, no atacarla, no racionalizarla, simplemente permanecer con ella, ¿es posible? (...) Mire, lo que quiero es averiguar lo siguiente. Supongamos que se muere mi hijo. No solamente me encuentro desesperado, sino que estoy profundamente trastornado, con una intensa sensación de pérdida, que llamo dolor. Mi respuesta instintiva es evadirme, buscar una explicación, hacer algo. Pero me doy cuenta de que es en vano, y no hago nada. No lo llamo desesperación, dolor o ira, sino que veo que el hecho es lo único; nada más. Todo lo demás no es el hecho.

¿Qué sucede entonces? Eso es lo que quiero averiguar. Si permanezco con eso que había llamado desesperación

sin ponerle nombre, sin reconocerla, si permanezco con ella de manera plena sin ninguna actividad del pensamiento, ¿qué ocurre? (...) ¿Puedo contemplar el hecho sin ninguna sensación de esperanza o de desesperación, contemplar toda esa estructura verbal y decir simplemente: «Soy lo que soy»? Creó que entonces se produce algún tipo de acción explosiva... si puedo permanecer «ahí» (...) cuando mi hijo ha muerto, lo cual es un hecho inalterable, irrevocable; y cuando permanezco con eso, que es también un hecho inalterable e irrevocable, ambos hechos se encuentran. ¿Qué sucede entonces?

Ante todo hemos de permanecer con el hecho, y dejarle que nos lo cuente todo. Digamos que me siento apegado a mi herida psicológica. Me gusta esa herida, me aferré a ella, constituye para mí un punto de apoyo en el que puedo basar mi dolor. ¿Puedo observar esa herida que recibí de niño y dejar que se desarrolle enteramente, que florezca, sin que usted le empuje en ese desarrollo o yo se lo impida, la ame, la controle o me aferré a ella? Deje que se desarrolle, y vea lo que sucede. (...) ¿Puede uno permanecer con una ilusión, dejarla que florezca, no preguntarse: «¿Qué es una ilusión, qué no es una ilusión, cómo me libraré de ella, no es bueno tener un poco de ilusión?». Decir simplemente: «Sí, veo que estoy viviendo una ilusión creada psicológicamente por el pensamiento y que es totalmente irreal».

Mire, este es el hecho: me siento confundido. El darse cuenta de esa confusión, y el permanecer con ella, sin deformarla, sin tratar de superarla, es permanecer en silencio con ella (...) no esforzarse en que desaparezca. Conviva con ella en silencio, deje que le hable, usted es parte de

ella, ábrase, sea sensible. Ella alcanzará su madurez, florecerá, y de ahí surgirá la claridad.

¿Puede la mente permanecer con el hecho? Pero ¿qué es el hecho? Por favor, escuche atentamente. En el hecho de sufrir, ¿es la palabra la que ha creado ese sentimiento, o es un sufrimiento real? ¿Es la mente la que se enfrenta con el sufrimiento, o se enfrenta con lo que llama sufrimiento por culpa de una palabra llamada sufrimiento? La palabra no es la cosa. ¿Es el sufrimiento una palabra o una realidad? Por eso es esencial que descubra si la mente se halla atrapada por las palabras. Las palabras pueden ser una evasión.

Así pues, debo descubrir si la mente es capaz de liberarse de la palabra y, por tanto, es capaz de observar «lo que es» sin la palabra; porque las palabras desempeñan un papel extraordinariamente importante en nuestra vida —cristiano, alemán, hombre negro, hombre blanco—, y uno se forma una imagen inmediatamente. (...) Entonces, si no es la palabra la que estimula el sentimiento, ¿puede la mente permanecer con el hecho de ese sentimiento y no evadirse? Cuando uno lo hace así acumula una enorme energía... que antes se disipaba. Y cuando uno tiene esa energía, entonces, ¿qué es el sufrimiento? ¿Existe realmente el sufrimiento? (...) Cuando la mente permanece completamente con el hecho y no con la palabra, con el hecho de ese sentimiento de gran sufrimiento sin ningún tipo de evasión, de ahí surge la pasión. (...) ¿Puede la mente observar la herida sin pensar en ningún momento: «Quiero devolverles el golpe, quiero construir un muro a mi alrededor, para que no vuelvan a herirme nunca más»..., sino que se queda con el hecho y no con la palabra? Entonces usted verá que tiene una gran energía para superarlo. Esa herida ya no existe en absoluto. Hágalo, por favor.

El hombre que permanece con «lo que es» y nunca se aparta de ello no recibe heridas.

Lo que es importante es no evadirse, no esforzarse, simplemente permanecer con «lo que es».

Intente permanecer con el sentimiento de odio, de envidia, de celos, con el veneno de la ambición. Porque, después de todo, eso es lo que usted tiene en la vida diaria, aunque quiera vivir con amor, o con la palabra *amor*. Cuando usted sienta odio, la necesidad de herir a alguien con un gesto o con una palabra violenta, vea si puede permanecer con ese sentimiento. ¿Puede? (...) Comprobará que resulta sorprendentemente difícil. Su mente no dejará que quede solo el sentimiento. Llegará envuelto en sus recuerdos, en sus asociaciones, en sus deberes y obligaciones, en su palabrería interminable. Tome una concha marina. ¿Puede observarla, maravillarse ante su delicada belleza, sin decir que es hermosa ni preguntarse por el animal que la produjo? ¿Puede observar sin que actúe la mente? ¿Puede vivir con la pasión que hay detrás de la palabra, y no con la pasión que la palabra desarrolla? Si le es posible, entonces descubrirá algo extraordinario, un movimiento más allá de la medida del tiempo, una frescura que desconoce los sofocantes calores.

Si usted permanece con un hecho cualquiera, especialmente con el hecho del sufrimiento, y no permite que el pensamiento le dé vueltas y trate de explicarlo, sino que usted se identifica plenamente con él, entonces habrá

una energía enorme, y de esa energía surgirá la llama de la pasión.

Quédese con el sufrimiento sin la palabra, sin el deseo de superarlo, de modo que usted lo observa sin observador, sin que haya división entre usted y eso que llama sufrimiento. Porque en el momento en que surja división entre usted como observador, como pensador, y lo observado, que es el sufrimiento, no solo habrá conflicto, sino deseo de superarlo, de huir de él.

Usted ha realizado algo, lo cual es un hecho, y se siente culpable, lo cual también es un hecho, y permanece con eso. Se queda con eso como si fuera una joya, una joya bastante incómoda, pero que sigue siendo una joya (...); cuando usted se queda con eso, empieza a desarrollarse, a florecer, y después se manifiesta plenamente, con todas sus implicaciones de culpa, con su sutileza y su escondrijo. Es como una flor resplandeciente.

Por lo general, en nuestras relaciones nos sentimos apegados a una persona. ¿Podemos permanecer con el hecho de que estamos apegados, y simplemente observarlo? Así permitimos que toda la naturaleza del apego se revele por sí misma (...) y dejamos que lo que uno observa cuente su propia historia, en vez de que sea uno quien le cuente lo que debiera ser.

Permanecer, estar con el miedo significa no evadirse, no buscar su causa, no racionalizarlo o trascenderlo. Permanecer con algo significa eso. Como estar contemplando la luna, mirándola simplemente.

Cuando uno empieza a darse cuenta sin elección de su interés personal, a permanecer con él, a estudiarlo, a aprender de él, a observar todas sus complejidades, solo entonces puede uno averiguar por sí mismo cuándo es necesario y cuándo es completamente innecesario (...) y también observar, permanecer con lo que a uno le molesta, con las cosas que le complacen, con las cosas abstractas, con todas las imaginaciones, con todo cuanto ha generado el cerebro, incluyendo a Dios.

¿Es posible observar y permanecer con todo el proceso del miedo? Por permanecer con él quiero decir observarlo sin la actividad del pensamiento que interfiera en mi observación.

Cuando uno es codicioso o cuando tiene envidia, ¿es esa envidia diferente de uno? ¿O es uno la envidia? Por supuesto que lo es. Pero cuando existe una división entre la envidia y uno, entonces lo que uno quiere es hacer algo con ella, controlarla, dominarla, o ceder ante ella, o lo que sea. Y cuando hay una división entre uno y esa cualidad, tiene que haber conflicto.

Pero la realidad es que uno es la envidia. Eso es un hecho, no está separado de ella. Uno no está separado de su cara, de su nombre, de su cuenta bancaria, de sus valores,

de su experiencia ni de su conocimiento. Así pues, cuando uno se da cuenta de esta verdad, de que no está separado de lo que siente, de lo que desea, busca o teme, entonces no hay conflicto. Por lo tanto, uno permanece con eso, no se evade, uno es eso, y por consiguiente, hay una enorme energía para observarlo (...); uno permanece con eso, como si estuviera sosteniendo en su mano una joya preciosa; la observa, la estudia, la considera; y ahí surge una sensación de liberación, de libertad.

Hay un final para el sufrimiento si uno permanece totalmente con él, si lo abraza como lo haría con un niño queridísimo, si lo aloja en su propio corazón, en su cerebro, si permanece con él. Pero veremos que esto es extraordinariamente difícil, porque estamos tan condicionados que la reacción instintiva es evadirse. Pero si podemos permanecer con el sufrimiento, veremos que tiene un final total y absoluto. Lo cual no quiere decir que usted se vuelva insensible a él.





# Las preguntas fundamentales no tienen respuesta

**E**STAMOS acostumbrados a pensar en función del tiempo, para llegar a ser algo. Al encontrarnos confundidos, sufriendo, sin amor, llenos de la amargura de la frustración en la continua lucha por llegar a ser algo, decimos: «Debo tener tiempo para librarme de todo esto», pero nunca nos preguntamos: «¿Puedo librarme, no con el tiempo, sino inmediatamente?». Siempre es necesario hacerse preguntas fundamentales, pero sin buscar nunca respuestas, porque para esas preguntas no existen respuestas. En sí misma la pregunta, con su profundidad y claridad, constituye su propia respuesta. (...) Lo conocido está constituido por las cosas que usted ha aprendido y que le han enseñado, por su deseo de llegar a ser primer ministro, o rico, o lo que sea. ¿Puede la mente, que es el resultado de lo conocido, hacer algo más que moverse siempre en el terreno de lo conocido? ¿Puede este movimiento en el terreno de lo conocido finalizar, sin ningún motivo? Porque si hay un motivo, eso también es lo conocido.

Mientras lo conocido se mueva en su propio terreno, es seguro que a la mente le será imposible conocer lo desconocido. Entonces, ¿puede el movimiento de lo conocido finalizar? He ahí el problema. Si usted realmente se formula esa simple pregunta sin esforzarse por encontrar una respuesta, sin querer «llegar a algún sitio», y si usted lo hace en serio, porque es una pregunta fundamental para

usted, entonces comprobará que el movimiento de lo conocido finaliza. Eso es todo. Con la cesación de la mente como lo conocido, con su liberación del movimiento de lo conocido, aparece lo incognoscible, lo inconmensurable, y en ello hay éxtasis, hay dicha.

Hay que hacerse preguntas y no buscar respuestas, porque las respuestas están invariablemente de acuerdo con su condicionamiento, y para romper ese condicionamiento hay que preguntar sin buscar respuestas.

Creo que es muy importante plantearse preguntas fundamentales e insistir en ellas, sin esforzarse por buscar una respuesta. Porque cuanto más se insista en hacerse esas preguntas, en requerirlas, en investigarlas, más despierta y aguda se volverá la mente. (...) Todo intento de mejorarse a sí mismo es el resultado del condicionamiento. ¿Puede la mente quedar completamente libre de tal condicionamiento? Si uno se hace realmente esa pregunta a sí mismo con atención, sin buscar una respuesta, entonces descubrirá lo correcto; lo cual no es que sea posible o imposible, sino que sucede algo completamente diferente.

Al darnos cuenta de que la mente es mecánica, la reacción es: ¿cómo voy a pararla? Haciéndose esta pregunta, la mente sigue siendo mecánica. Es decir, yo quiero un resultado, existe un medio, quiero utilizarlo. ¿Qué ha sucedido? El «cómo» es la respuesta de la mente mecánica, la respuesta de lo viejo. (...) Hay dos estados distintos de la mente: uno busca el «cómo», y el otro investiga y no persigue resultados. Solo la mente que investiga nos servirá de algo. (...) ¿Está investigando realmente la mente para

averiguar si puede ponerse fin a la mente mecánica? ¿Es posible? ¿Se ha planteado esa pregunta? Si lo ha hecho, ¿cuál es el motivo, la intención o el propósito? Eso es muy importante. Si uno se ha formulado esta pregunta tratando de conseguir un resultado del que uno es consciente, entonces habrá vuelto nuevamente al proceso mecánico. Si uno se hace la pregunta realmente sin la intención de averiguar lo que pueda suceder, si lo que hace es investigar, verá que la mente no está buscando un resultado, está a la espera de una respuesta. La mente no está especulando sobre la respuesta, no está deseándola, no está ambicionándola. Está simplemente a la espera.

Observe esto. Yo le hago una pregunta. ¿Cuál es su reacción? Su reacción inmediata es pensar, encontrar, buscar, conseguir un argumento inteligente para responder (...); es decir, usted no contesta, sino que reacciona y ofrece razonamientos. En otras palabras: busca una respuesta. Si quiere averiguar la contestación a una pregunta, a menos que espere, la reacción será mecánica. Es decir, la mente que aguarda a que llegue una respuesta no es mecánica, porque la respuesta es algo que usted desconoce, mientras que la respuesta que «conoce» es mecánica. Pero si usted se plantea la cuestión y «espera» a la respuesta, verá que su mente se encuentra en un estado completamente diferente. ¡La espera es más importante que la respuesta!

Entonces la mente ya no es mecánica, está en un proceso completamente distinto. Algo completamente diferente se produce, sin que haya sido invitado.

Solo la mente que ha acumulado conocimiento y se halla aferrada a él tiene sufrimientos, no ocurre lo mismo con la mente sensible, con la mente que indaga, tampoco con la mente que duda y pregunta. Una mente así se hace una pregunta porque hacerlo, sin buscar respuesta, es algo

maravilloso; porque, entonces, la pregunta se aclara, empieza a abrir las puertas y ventanas de la mente. Y así, mediante la duda, la observación y la escucha, se vuelve la mente extraordinariamente sensible.

Para las preguntas fundamentales no hay una respuesta absoluta como «sí» o «no». Lo importante es hacer una pregunta fundamental, no descubrir la respuesta; y si somos capaces de observar esa pregunta sin buscar una respuesta, entonces esa misma observación de lo fundamental proporcionará comprensión.

No existe respuesta a ningún problema; solo hay comprensión del problema.

Hay un preguntar que simplemente es preguntar, no esforzarse por hallar una respuesta. Ese mismo preguntarse abre la puerta, a través de la cual podremos averiguar, mirar, observar y escuchar.

Si hacemos una pregunta sin desear una respuesta, encontraremos la respuesta. Pero si hacemos la pregunta confiando en encontrar la respuesta, esa respuesta estará de acuerdo con nuestro condicionamiento.

¿Es posible vivir en este mundo con todas sus complicaciones, sin que haya el más mínimo conflicto? Usted ha colocado esta pregunta en su cabeza; deje que se quede ahí y vea qué sucede.

# La belleza del no saber

COMO tememos la muerte, vamos al médico, probamos nuevos remedios, nuevas medicinas y, de ese modo, tal vez podamos vivir otros veinte o treinta años más. Pero, inevitablemente, la muerte está a la vuelta de la esquina. Y para afrontar ese hecho —afrontarlo, no pensar en él— se requiere una mente que haya muerto al pasado, una mente que se encuentre de verdad en un estado de no saber. (...) En cuanto pensemos en ella con esperanza o con desesperación, volveremos a encontrarnos dentro del dominio del tiempo y del miedo. Pasar por esa extrañísima experiencia del morir, no en el último momento de la muerte física, cuando uno se queda inconsciente, o la mente está apagada, debilitada por la enfermedad, las drogas o un accidente, sino morir a todo el tiempo pasado, con plena consciencia, con plena vitalidad y percepción, eso, sin duda alguna, crea una mente que se encuentra en un estado de no saber y, por consiguiente, de meditación.

Si a usted le hacen una pregunta y desconoce la respuesta, por carecer de referentes en la memoria, y si es capaz de contestar sinceramente que no lo sabe, entonces ese estado de no saber constituye el primer paso de la indaga-

ción real en lo desconocido. (...) Así que si veo la veracidad de eso y realmente rechazo todas las respuestas, lo que solo es posible cuando existe esa infinita humildad del no saber, entonces ¿cuál es el estado de la mente? ¿Cuál es el estado de la mente que dice: «No sé si hay Dios, o si existe el amor»? Es decir, cuando no hay respuesta de la memoria. (...) Ese estado en el que la mente dice que no sabe no es negación. La mente ha detenido por completo la búsqueda; ha cesado en todas sus actividades, pues ha visto que toda actividad que surja de lo conocido en busca de lo que llama desconocido no es más que una proyección desde lo conocido. Así pues, el estado de la mente que es capaz de decir que no sabe, es el único estado en el que se puede descubrir algo. (...) ¿Podrá experimentar algo, que no sea para acumularlo, el hombre que dice que sabe, y cuya mente está repleta de informaciones y de conocimientos enciclopédicos? Lo encontrará extremadamente arduo. Cuando la mente rechace por completo todo el conocimiento que ha adquirido, cuando para ella ya no existan Budas, ni Cristos, ni maestros, ni instructores, ni religiones, ni citas; cuando se encuentre completamente sola, incontaminada —lo que significa que la actividad mental de lo conocido se ha acabado—, solamente entonces existirá la posibilidad de un cambio fundamental, de una tremenda revolución.

Solo la mente que es capaz de permanecer en un estado de no saber —no como una afirmación meramente verbal, sino como un hecho real— se encuentra libre para descubrir la realidad. Pero encontrarse en tal estado es difícil, porque nos avergonzamos de no saber. El conocimiento nos proporciona fortaleza, importancia, un centro en torno al cual el ego puede estar activo. La mente que no apela al conocimiento, que no vive de la memoria, que se

ha vaciado totalmente del pasado, que muere a toda forma de acumulación momento a momento, solo una mente así puede permanecer en un estado de no saber. (...) El hombre que se comprende a sí mismo no busca nada, su mente es ilimitada, sin deseos, y en esa mente puede realizarse lo inconmensurable.

¿Qué es el amor? No lo sabemos. ¿Es ese estado de no saber... amor?

La mente que vive en un estado de no saber es una mente libre. (...) Una mente que vive en lo conocido está siempre aprisionada. ¿Puede decir la mente «no sé»? Lo que significa que el ayer ha terminado. La prisión es el «conocimiento de la continuidad».

No estoy en contra de la acumulación de conocimientos, pero estamos tratando de averiguar qué es el acto del aprender. La mente solo aprende cuando se encuentra en un estado de no saber. Cuando no sé, estoy aprendiendo.

¿Puede la mente liberarse de lo conocido, del pasado, de toda tradición, de todo conocimiento? Cuando eso sucede, ¿no se encuentra la mente en un estado de no saber? Cuando se ha liberado de lo conocido, ¿no es capaz de comprender o de experimentar lo desconocido, que es la muerte?



¿Puede librarse la mente de ese vivo deseo de sentirse segura? Ciertamente podrá hacerlo, pero solo cuando esté completamente insegura; pero no insegura como oposición a la seguridad, sino cuando se encuentre en un estado de no saber y de no buscar. Después de todo, uno no podrá encontrar nada nuevo mientras su mente se encuentre cargada con lo viejo, con todas las creencias, miedos y compulsiones ocultas que motivan esa búsqueda de seguridad.

## Temas frecuentemente tratados

**E**L miedo a la muerte solo cesará cuando lo desconocido entre en su corazón. La vida es lo desconocido, como la muerte es lo desconocido, y como la verdad es lo desconocido.

Para llegar a lo más profundo de lo interno, también ha de comprenderse lo externo. Cuanto mejor comprenda lo externo —no simplemente la distancia de aquí a la Luna, el conocimiento tecnológico, sino las actividades de la sociedad, de las naciones, de las guerras, del odio existente—, mejor podrá profundizar en lo interno, y esa profundidad no tiene límite.

Cuando me comprendo, le comprendo a usted, y de esa comprensión surge el amor.

Cuando la mente ve lo que es falso, lo rechaza por completo... aun sin saber lo que es verdadero. Si usted ya sabe lo que es verdadero, entonces está haciendo un sim-

pie intercambio entre lo que considera que es falso por lo que imagina que es verdadero. No existe renunciación si usted sabe lo que va a conseguir a cambio. Solo hay renunciación cuando usted deja algo sin saber lo que va a suceder.

Cuando toda la mente, incluyendo el cerebro, se vacía de lo conocido, entonces usted utilizará lo conocido cuando sea necesario, pero actuando siempre desde lo desconocido, desde esa mente que está libre de lo conocido.

Solo cuando no sé lo que es Dios, hay Dios.

La bondad es la desaparición de aquello que no es bueno.

Hay una gran inseguridad al tratar de llegar a ser algo, mientras que si no se trata de llegar a ser nada, que es permanecer completamente con ese vacío, eso es ser nada, y en eso hay, por lo tanto, una completa seguridad.

Estar libre del mañana es vivir solo en un presente activo.

Estar dispuesto a no dejar que nada suceda en la mente: eso es la suprema inteligencia.

La liberación de lo conocido solo puede tener lugar cuando se ha observado todo el fenómeno de trabajar en el campo de lo conocido.

¿Qué sucede cuando no hay soledad, cuando hay una completa autosuficiencia, cuando no hay dependencia? ¿Entienden? ¿Qué sucede cuando no hay dependencia? Yo la amo, pero quizá usted no me ame. Yo la amo... es suficiente. No necesito que me responda que me ama, eso no me preocupa. Al igual que una flor que está ahí para que usted la mire, la huela, para que vea su belleza. La flor no pide que la amemos, simplemente está ahí. Por consiguiente, se relaciona con todo. En ese estado de autosuficiencia —no en el mal sentido, sino con la gran profundidad y belleza de la suficiencia— no hay soledad, no hay ambición, eso es realmente amor. Por tanto, el amor está relacionado con la naturaleza. Si usted la quiere, ella está ahí. Si no la quiere, no importa. En eso estriba su belleza.

Si amo a mi esposa, he de amar también a todo el mundo. Cuando uno ama realmente, entonces el placer, el sexo y todo lo demás tienen una cualidad diferente.

Uno solo puede conocerse a sí mismo cuando se despreocupa, cuando deja de calcular, de proteger, de intentar constantemente dirigir, transformar, someter, controlar; cuando se ve a sí mismo sin expectativas, o sea, cuando la mente no tiene ninguna concepción previa sobre sí misma, cuando la mente está abierta, cuando no está preparada para encontrarse con lo desconocido.



# Apéndice

**D**ESPUÉS de la muerte de Krishnamurti siguen funcionando en la India, Estados Unidos e Inglaterra las escuelas que continúan con el enfoque educativo que él promovió.

La Escuela de Brockwood Park, en Inglaterra, es mixta e internacional, con régimen de internado, y ofrece formación de grado medio y superior para jóvenes de catorce a veinticuatro años.

El Centro Krishnamurti ofrece alojamiento para huéspedes adultos que deseen estudiar las obras de Krishnamurti en un ambiente tranquilo, ya sea en estancias de un día, de fines de semana o de semanas completas.

La Krishnamurti Foundation Trust conserva los archivos de Krishnamurti y distribuye libros, casetes y vídeos.

Se puede obtener más información en sus direcciones:

Brockwood Park School  
Brockwood Park  
Bramdean, Hampshire S024 OLQ  
Reino Unido  
Teléfono: (44) 1962 771 774  
Fax: (44) 1962 771 875  
E-mail: [admin@brockwood.org.uk](mailto:admin@brockwood.org.uk)

Krishnamurti Study Centre  
Brockwood Park  
Bramdean, Hampshire S024 OLQ  
Reino Unido  
Teléfono: (44) 1962 771 748  
E-mail: [kcentre@brockwood.org.uk](mailto:kcentre@brockwood.org.uk)

Krishnamurti Foundation Trust  
Brockwood Park  
Bramdean, Hampshire S024 OLQ  
Reino Unido  
Tel.: (44) 1962 771 525  
Fax: (44) 1962 771 159  
E-mail: [kft@brockwood.org.uk](mailto:kft@brockwood.org.uk)

También se puede obtener información en las fundaciones con sede en los Estados Unidos de América:

Krishnamurti Foundation of America  
P.O. Box 1560  
Ojai, CA 93024  
U.S.A.  
Telf.: 1(805)646 2726  
e-mail: [kfa@kfa.org](mailto:kfa@kfa.org)  
web: [www.kfa.org](http://www.kfa.org)

De esta fundación depende la escuela:

Oak Grove School  
220 W. Lomita Ave.  
Ojai, CA 93024-1560  
U.S.A.  
Tel.: 1 (805) 646 8236  
e-mail: [office@oakgroveschool.com](mailto:office@oakgroveschool.com)

Y en la India:

Krishnamurti Foundation India  
Vasanta Vihar,  
64/65 Greenways Road  
Chennai 600 028  
India  
Telf.: 91(44)493 7803  
e-mail: [kfihq@md2.vsnl.net.in](mailto:kfihq@md2.vsnl.net.in)  
web: [www.kfionline.org](http://www.kfionline.org)

De esta fundación dependen otras siete escuelas situadas en:

Bangalore, Chennai, Dunda, Mumbai, Pune, Rishi Valley y Varanasi.

La Fundación Krishnamurti Latinoamericana, en su responsabilidad de difundir las enseñanzas de Krishnamurti, tiene la satisfacción de ofrecerle, juntamente con Editorial EDAF, este libro que, como toda obra de Krishnamurti, es un espejo o herramienta en la labor del conocimiento propio y en la búsqueda de la verdad.

Con el fin de evitar confusiones —debido a la aparición de otras «entidades» que utilizan el nombre de Krishnamurti, tanto si dicen haber sido o no creadas por él, así como la publicación de textos sin garantía alguna que aparecen en diferentes fuentes literarias— deseamos informar que solamente el material que viene respaldado por las Fundaciones KFT (Inglaterra), KFA (EE.UU.), KFI (India), FKL (España y América Latina) tiene la garantía y la validez original de lo expresado personalmente por Jiddu Krishnamurti.

Todas las personas interesadas pueden visitar nuestra página Web, [www.fundacionkrishnamurti.org](http://www.fundacionkrishnamurti.org), donde encontrarán información detallada, así como la lista de libros



y material de Krishnamurti actualmente disponibles. Si desean información adicional de alguna publicación que no consigan en su librería habitual o referente a la editorial que lo publica, no duden en contactar con nosotros, que gustosamente les atenderemos.

Fundación Krishnamurti Latinoamericana  
Apartado 5351  
08080 Barcelona  
España

# Fuentes bibliográficas

CON algunas excepciones, indicadas más adelante, los lectores que deseen consultar los textos completos de donde proceden los extractos que figuran en este libro, podrán encontrarlos en la *Krishnamurti Text Collection, 1933-1985*. Este CD-ROM, solo en inglés, que contiene un material equivalente a unos doscientos libros, constituye una fuente inapreciable para el estudio de Krishnamurti. Para los extractos fechados hasta 1967, también se pueden hallar los textos completos en los volúmenes de las *Obras completas de J. Krishnamurti, 1991*, Krishnamurti Foundation of America (a las que se hará referencia, en adelante, como *Obras completas*). Están disponibles en español los seis primeros volúmenes.

## Frontispicio

- «No acepte (...) usted mismo.» De la charla en Saanen el 28 de julio de 1978.
- «Usted ha de (...) a pesar de mí.» De una charla en Eerde en junio de 1927.
- «Si usted (...) cualquier maestro.» De la charla en Auckland el 31 de marzo de 1934.

## Introducción

- «Si usted verdaderamente (...) cualquier maestro.» De la charla en Auckland el 31 de marzo de 1934.

- «Que yo sea el Maestro (...) en la vida diaria.» De la charla en Bombay el 12 de marzo de 1961.
- «El que les habla (...) dude, desconfíe.» De la charla en Saanen el 25 de julio de 1983.
- «Las palabras solo tienen valor (...) cómodo a usted.» De la charla en Ommen el 2 de agosto de 1930.
- «Como la mayoría (...) carecen de valor.» De la charla en Ommen el 31 de julio de 1930.
- «Lo importante es que usted mismo (...) sobre Dios.» De la charla en Bombay el 25 de marzo de 1956.

### Parte I: La esencia de la enseñanza

#### *Escuchar*

- «Espero que tengan (...) cómo escuche uno.» De la charla del 14 de febrero de 1954, en Bombay, en *Obras completas*.
- «¿Puede uno escuchar (...) para descubrir.» De la charla del 6 de enero de 1971, en Madras, en *Krishnamurti in India, 1970-71*, © Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. 1971-72.
- «Creo que existe (...) pensando, resistiendo.» De la charla del 6 de marzo de 1955, en Bombay, en *Obras completas*.
- «No sé si ustedes (...) de las pautas del cerebro.» De la cinta de la charla del 17 de julio de 1980, en Saanen, © 1980 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

#### *La verdad es una tierra sin caminos*

- «Para mí no hay caminos (...) en la vida diaria.» De la charla del 2 de enero de 1934, en Adyar.
- «La verdad es algo (...) tan extraordinaria es la verdad.» De la charla del 25 de diciembre de 1952, en Rajghat, en *Obras completas*.
- «El hecho es que (...) vivir es la verdad.» Del capítulo 17 de *This Matter of Culture*, © Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Traducido y publicado en español con el título *El propósito de la educación*.

*Al margen de la opinión personal,  
¿existe algo como la verdad?*

De la cinta de la reunión de preguntas y respuestas del 8 de mayo de 1980, en Ojai, © 1980 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*Solamente existe la observación sin límites*

De la cinta de la conversación con Mary Zimbalist y Ray McCoy, el 14 de octubre de 1984, en Brockwood Park, © 1984 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*El hombre adicto al conocimiento no puede hallar la verdad*

De la charla del 16 de noviembre de 1947, en Madras, en *Obras completas*.

*No hay técnicas*

Del diálogo del 29 de julio de 1976, en Saanen, © 1976-1977 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*Debemos encontrar la verdad  
a través del espejo de la relación*

Del capítulo 7.º, parte 2.ª, de *The Wholeness of Life*, © 1978 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Traducido al español con el título *La totalidad de la vida*.

*Los seres humanos se han creado imágenes  
como muros de seguridad*

De la charla del 8 de noviembre de 1980, en *Sri Lanka Talks 1980*, © 1980-1981 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*La carga de estas imágenes domina el pensamiento,  
las relaciones y la vida diaria*

Del diálogo del 6 de agosto de 1972, en Saanen, © 1972 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*Liberación de ser un esclavo del pasado*

Del diálogo del 8 de agosto de 1965, en *Obras completas*.

*El pensamiento siempre es limitado*

Del capítulo 55 de *Commentaries on Living. First Series*, © 1956 Krishnamurti Writings Inc. Traducido al español con el título *Comentarios sobre el vivir, primera serie*.

*El contenido de nuestra conciencia  
lo integra toda nuestra existencia*

De la cinta de la charla del 8 de septiembre de 1973, en Brockwood Park, © 1973 Krishnamurti Foundation Trust Ltd.

*La percepción que uno tiene de la vida está determinada  
por los conceptos ya establecidos en su mente*

De la cinta de la charla del 14 de julio de 1974, en Saanen, © 1974 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*La singularidad del ser humano radica  
en la liberación total del contenido de su propia conciencia*

De la cinta de la charla del 17 de septiembre de 1972, en Brockwood Park, © 1972 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*Observación sin elección*

De la charla del 24 de julio de 1977, en el capítulo 9, parte 2, de *The Wholeness of Life*, © 1978 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Traducido al español con el título *La totalidad de la vida*.

*La libertad se encuentra en la observación sin elección de la  
existencia y de la actividad diarias*

De la charla del 10 de febrero de 1971, en *Krishnamurti in India 1970-71*, © 1971 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*El pensamiento es tiempo*

De la cinta de la charla del 9 de septiembre de 1973, en Brockwood Park, © 1973 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*El tiempo es el enemigo psicológico*

De la cinta de la charla del 15 de julio de 1984, en Saanen, © 1984 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*Mediante la observación se empieza a descubrir  
la falta de libertad*

De la charla del 21 de septiembre de 1958, en Poona, en *Obras completas*.

*Mutación radical de la mente*

De la cinta de la reunión de preguntas y respuestas del 25 de julio de 1983, en Saanen, © 1983 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*La negación total es la esencia de lo positivo*

De la charla del 31 de enero de 1960, en Rajghat, en *Obras completas*

*La división entre el pensador y el pensamiento,  
el observador y lo observado*

«Le ruego que atienda (...) más allá de "lo que es"». De la charla del 17 de noviembre de 1968 en el Claremont College, en *1968 Talks with American Students*, © 1968 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Traducida al español con el título *Conversaciones con estudiantes*.

«Entonces ¿cuál es la función (...) observar lo que es la verdad.» De la charla del 30 de enero de 1971, en Bangalore, en *Krishnamurti in India, 1970-1971*, © 1971 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

«Mire el cielo (...) y no intentar amar a alguien.» De la charla del 31 de enero de 1971, en Bangalore, en *Krishnamurti in India, 1970-71*, © 1971 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

«Ahora pasemos a examinar (...)» la mente es algo completamente diferente.» De la charla del 22 de julio de 1971, en Saanen, en *The Awakening of Intelligence*, © 1973 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Traducida al español con el título *El despertar de la inteligencia*, en tres volúmenes separados con los siguientes títulos: *La raíz del conflicto*, *La persecución del placer y La conciencia fragmentada*.

«¿Cómo procederemos (...) puede llegar el amor y belleza.» De la charla del 25 de julio de 1968 en Saanen, en *Talks and Dialogues, 1968*, © 1969 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Publicado en español con el título *La libertad interior*.

«Si usted puede observar (...) un derroche de energía.» De la charla del 10 de enero de 1971 en Madras, en *Krishnamurti in India, 1970-71*, © 1971 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

*La división entre el observador y lo observado es una ilusión*

De la charla del 7 de agosto de 1967, en *Talks and Dialogues, Saanen, 1967*, © 1968 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. Publicado en español con el título *Temor, placer y dolor*.

*Romper el espejo*

De la charla del 1 de septiembre de 1983, en Brockwood Park, © 1983 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.

## Parte II: Palabras y significados

### Palabras

«Desgraciadamente (...) vigor extraordinarios.» De la charla del 2 de mayo de 1961, en Londres, en *Obras completas*.

«No es este (...) ni idea.» Extractos de la charla del 14 de julio de 1963, en Saanen, en *Obras completas*.

«Fíjese (...) y de las ideas.» De la charla del 25 de julio de 1961, en Saanen, en *Obras completas*.

«Para comprender (...) "lo que es".» De la charla del 29 de enero de 1964, en Madras, en *Obras completas*.

«Cada palabra (...) comienza el sufrimiento.» De *Krishnamurti's Notebook*, p.191. En español, *Diario I*, p. 214.

«Ha de ponerse fin (...) y de las ideas.» Extractos del *Krishnamurti's Notebook*, p. 203 y 208. En español, *Diario I*, p. 227 y 232.

«¿Puede uno escuchar (...) «Te quiero.» De *Beyond Violence*, p. 171. En español, *Más allá de la violencia*, p. 169.

«Las palabras son (...) comunicarse.» De la charla del 9 de agosto de 1952, en Ojai, en *Obras completas*.

«Cuando, por ejemplo, (...) que evoca esa palabra.» De *This Matter of Culture*, p. 199. En español *El propósito de la educación*, p. 239.

«Para conocer (...) decirse con palabras.» Extractos de la charla del 7 de agosto de 1949, en Ojai, en *Obras completas*.

«La palabra Dios (...) satisfechos.» De la charla del 27 de enero de 1952, en Madras, en *Obras completas*.

«Tomemos la palabra (...) en nosotros.» De la charla del 30 de enero de 1955, en Benarés, en *Obras completas*.

«La palabra tiene (...) ni conflicto.» De la charla del 10 de septiembre de 1961, en París, en *Obras completas*.

## Significados

### *Condicionamiento*

De *The Urgency of Change*, pp. 142-50.

Publicado en español: *Urge un cambio psicológico*, pp. 157-165.

### *Conocimiento*

«El conocimiento es (...) conocimiento.» De la cinta del diálogo del 12 de septiembre de 1972, en Brockwood Park.

«El conocimiento psicológico (...) conflictiva, etc.» De la cinta de la charla del 21 de abril de 1979 en Ojai.

«Esto es lo que (...) al ser vivo.» De la cinta del encuentro de preguntas y respuestas del 6 de mayo de 1980, en Ojai.

«Sabemos que (...) conocimiento tecnológico.» De la cinta de la charla del 8 de febrero de 1981, en Bombay.

«Cargamos (...) estará la mente.» Extractos de la cinta de la charla del 11 de enero de 1981, en Madras.

### *Apego*

«¿Qué es el apego? (...) ni deseo, ni realización.» De la cinta de la charla del 19 de mayo de 1985, en Ojai.

«Estoy apegado (...) se vive el presente.» Extractos de la cinta del diálogo del 1 de agosto de 1974, en Saanen.

### *Placer*

«¿Qué es el placer (...) pensando en él.» Extractos de la cinta de la charla del 17 de septiembre de 1968 en la Universidad de Puerto Rico.

«La siguiente cuestión sería (...) deleite con ello.» Extractos de la charla del 25 de noviembre de 1970 en Sidney.

«El placer no es (...) el momento mismo.» Del diálogo del 7 de agosto de 1966 en Saanen, en *Obras completas*.



- «Pensar en (...) es placer.» De la cinta de la charla del 17 de noviembre de 1968, en el Claremont College.
- «El placer es la actividad (...) entre usted y el otro.» De la cinta de la charla del 29 de agosto de 1976 en Brockwood Park.

### *Imagen*

- «Quien les habla (...) siempre es limitado.» Extractos de la cinta de la charla el 8 de noviembre de 1980, en Colombo.
- «La mente debe (...) no deje marca.» De la segunda conversación con el profesor J. Needleman, en *The Awakening of Intelligence, Part I*, p. 49. En español, *La raíz del conflicto (El despertar de la inteligencia)* (1), p. 54.
- «Solo cuando no tengo (...) todos sus sentidos.» De la cinta de la charla del 20 de julio de 1976, en Saanen.
- «Cuando (...) herirle.» De la cinta del encuentro sobre preguntas y respuestas, del 7 de enero de 1981, en Madras.
- «Lo que queremos decir (...) la misma palabra implica.» De la charla del 22 de febrero de 1967, en Bombay, en *Obras completas*.
- «La mayoría de nosotros (...) de usted de mí.» De la cinta de la charla del 20 de julio de 1972 en Saanen.
- «Entendemos por relación (...) con el otro.» De la cinta de la charla del 11 de marzo de 1973, en San Francisco.
- «El que usted no tenga imagen (...) crea incertidumbre.» De la cinta de la charla del 24 de diciembre de 1977, en Madras.
- «El venerar a otro (...) de uno mismo.» De *Commentaries on Living. Second Series*, p. 40. En español, *Comentarios sobre el vivir, 2.ª serie*, p. 9.
- «La imagen es (...) el futuro.» De la cinta de la charla del 12 de julio de 1979, en Saanen.
- «Cuando usted comprende (...) una imagen.» De la cinta de la charla del 26 de julio de 1983, en Saanen.
- «Cualquier forma (...) de la relación.» De la sexta conversación con el doctor Bohm y el doctor Shainberg, en *The Wholeness of Life*. En español, *La totalidad de la vida*.

### *Pensar*

- De la charla del 10 de julio de 1985, en Saanen, en *The Last Talks at Saanen, 1985*, p. 52. En español, *Ultimas pláticas en Saanen*, p. 37.

*Heridas*

De la cinta de la charla del 31 de agosto de 1976, en Brockwood Park.

*Atención*

De la cinta de la charla del 7 de mayo de 1981, en Ojai.

*Vulnerabilidad*

«Cuando la razón (...) llama del amor.» De la charla del 10 de agosto de 1937, en Ommen, en *Obras completas*.

«Como esto es (...) atención». De la grabación del diálogo del 2 de agosto de 1967, en Saanen.

«¿Ve usted (...) en torno a usted.» De *Commentaries on Living, Second Series*, p. 90. En español, *Comentarios sobre el vivir, 2.ª serie*, p. 56.

«La esencia de (...) ni fórmulas.» Extractos del diálogo del 8 de agosto de 1965, en Saanen, en *Obras completas*.

*Percepción*

«¿Qué significa percepción (...) lo observado.» Extractos de *The Wholeness of Life*, pp. 237-38. En español, *La totalidad de la vida*, pp. 242-3-4.

«Todas las impresiones sensoriales (...) hay desorden.» Extractos de *Tradition and Revolution*, pp. 114-16. En español *Tradición y Revolución*, pp. 146-7-8-9.

«Hay una clase (...) ni con tiempo.» De la cinta de la charla del 16 de julio de 1981, en Saanen.

«¿Existe una percepción (...) hay un peligro.» Extractos de *Krishnamurti in India, 1970-71*, p. 65.

«Lo importante es (...) lo que es la verdad.» Extractos de la charla de Bombay, el 23 de diciembre de 1959, en *Obras completas*.

«Si el pensamiento no se detiene (...) escuchando a usted». De *Krishnamurti in India, 1970-71*, p. 52.

«La percepción implica (...) eso es belleza.» Extractos de *Tradition and Revolution*, pp. 47, 49. En español, *Tradición y Revolución*, pp. 105, 110.

«Solamente puede haber percepción (...) el cerebro está en silencio.» De la cinta de la segunda conversación con el Dr. Bohm en Brockwood Park el 20 de junio de 1983.

*Percepción directa*

- «¿Qué es la percepción (...) la herida queda disuelta.» Extractos de la cinta de la charla del 30 de agosto de 1979, en Brockwood Park.
- «¿Qué es, pues, la percepción (...) responsables de la memoria.» Extractos de la cinta de la charla del 31 de agosto de 1980, en Brockwood Park.
- «Cuando tiene (...) surge la inteligencia.» De la cinta de la charla del 16 de julio de 1974, en Saanen.
- «Esta continuada percepción (...) no en la conclusión.» Extractos de la cinta de la charla del 18 de julio de 1972, en Saanen.
- «La percepción directa no es (...) apresada por el tiempo.» De la cinta de la charla del 18 de septiembre de 1979, en Brockwood Park.

*Pasión*

- «Cuando usted se enamora (...) no podrá ir más allá.» Extractos de la charla del 5 de agosto de 1962, en Saanen, en *Obras completas*.
- «Cuando no hay (...) pasión.» De la cinta de la charla del 4 de septiembre de 1973, en Brockwood Park.
- «La mayoría de nosotros (...) hay que tener pasión.» Extractos de la charla del 26 de enero de 1964, en Madras, en *Obras completas*.
- «El permanecer con el sufrimiento (...) puede existir la belleza.» Extractos de la conversación del 22 de febrero de 1974, con el doctor A.W. Anderson.
- «Una mente apasionada (...) ausente el yo.» De la charla del 16 de noviembre de 1958, en Madras, en *Obras completas*.
- «La percepción (...) es incommensurable.» De la charla del 26 de noviembre de 1958, en Bombay, en *Obras completas*.
- «Uno tiene (...) sufrimiento.» De la charla del 24 de julio de 1985, en *Last Talks at Saanen, 1985*. Publicada en español, *Últimas pláticas en Saanen*.

*Acción*

De la cinta de la charla del 13 de abril de 1976, en Ojai.

*Aprender*

- «¿Cuando aprende (...) aprendo.» De la charla del 26 de abril de 1965, en Londres, en *Obras completas*.

- «El conocimiento (...) sin el pasado.» Extractos de la charla del 30 de noviembre de 1967, en Nueva Delhi, en *Obras completas*.
- «Vamos a averiguar (...) percepción-acción no acumulativa.» Extractos de la charla del 14 de julio de 1981, en Saanen.
- «Cuando uno (...) sobre uno.» Extractos de la charla del 28 de octubre de 1964, en Nueva Delhi, en *Obras completas*.

### *Meditación*

De la charla del 26 de junio de 1955, en Londres, en *Obras completas*.

## **Parte III: La acción en la inacción**

### *Observar*

De la cinta de la charla del 13 de julio de 1976, en Saanen.

### *Permanecer con «lo que es»*

- «Quisiera ver (...) ¿qué sucede entonces?» Extractos de *Exploration into Insight*, pp. 136, 137, 138. En español, *Más allá del pensamiento*, pp. 170-1-2-3.
- «Ante todo hemos (...) totalmente irreal.» Extractos del seminario del 17 de septiembre de 1978, en Brockwood Park.
- «Mire, este es (...) surgirá la claridad.» Extractos de la cinta del diálogo del 4 de agosto de 1968, en Saanen.
- «¿Puede la mente permanecer (...) Hágalo, por favor.» Extractos de la cinta del diálogo del 1 de agosto de 1974, en Saanen.
- «El hombre que (...) no recibe heridas.» De *Tradition and Revolution*, p. 29. En español, *Tradición y revolución*, p. 67.
- «Lo que es importante (...) "lo que es".» De la cinta de la charla del 29 de agosto de 1985, en Brockwood Park.
- «Intente permanecer (...) sofocantes calores.» Extractos de *Commentaries on Living. Third Series*, p. 196. En español, *Comentarios sobre el vivir, 3.ª serie*, p. 150.
- «Si usted permanece (...) la llama de la pasión.» De la cinta de la charla del 13 de diciembre de 1970, en Nueva Delhi.
- «Quédese con (...) huir de él.» De la cinta de la charla del 17 de marzo de 1973, en San Francisco.
- «Usted ha realizado (...) una flor resplandeciente.» Extractos de la cinta de la reunión de preguntas y respuestas del 23 de julio de 1985, en Saanen.

- «Por lo general, en nuestras relaciones (...) lo que debiera ser.» Extractos de la cinta del seminario del 17 de septiembre de 1978, en Brockwood Park.
- «Permanecer, estar (...) mirándola simplemente.» De la cinta de la reunión de preguntas y respuestas, del 19 de mayo de 1983, en Ojai.
- «Cuando uno empieza (...) incluyendo a Dios.» Extracto de la cinta de la charla del 17 de julio de 1985, en Saanen.
- «¿Es posible (...) mi observación?» De la cinta del seminario del 5 de noviembre de 1981, en Nueva Delhi.
- «Cuando uno es (...) de libertad.» Extractos de la cinta de la charla del 10 de abril de 1983, en Nueva York.
- «Hay un final (...) insensible a él.» De la cinta de la charla del 7 de febrero de 1981, en Bombay.

*Las preguntas fundamentales no tienen respuesta*

- «Estamos acostumbrados a (...) éxtasis, hay dicha.» Extractos de la charla del 13 de marzo de 1955, en Bombay, en *Obras completas*.
- «Hay que hacerse preguntas (...) sin buscar respuestas.» De la charla del 3 de enero de 1962, en Varanasi (Benarés), en *Obras completas*.
- «Creo que es (...) algo completamente diferente.» Extractos de la charla del 7 de julio de 1955, en Ojai, en *Obras completas*.
- «Al darnos cuenta (...) sin que haya sido invitado.» Extractos de la charla del 2 de febrero de 1952, en Madras, en *Obras completas*.
- «Solo la mente (...) extraordinariamente sensible.» De la charla del 3 de diciembre de 1961, en Madras, en *Obras completas*.
- «Para las preguntas fundamentales (...) proporcionará comprensión.» De la charla del 6 de julio de 1955, en Ojai, en las *Obras completas*.
- «No existe (...) del problema.» De la charla del 17 de diciembre de 1958, en Bombay, en las *Obras completas*.
- «Hay un preguntar (...) observar y escuchar.» De la charla del 13 de diciembre de 1961, en Madras, en las *Obras completas*.
- «Si hacemos una pregunta (...) nuestro condicionamiento.» De la charla del 14 de enero de 1962, en Varanasi, en las *Obras completas*.

«¿Es posible (...) vea qué sucede.» De la cinta de la charla del 24 de agosto de 1985, en Brockwood Park.

*La belleza del no saber*

«Como tememos la muerte (...) por consiguiente, de meditación.»

Extractos de la charla del 29 de mayo de 1960, en Ojai, en las *Obras completas*

«Si a usted le hacen una pregunta (...) una tremenda revolución.»

Extractos de la charla del 21 de julio de 1955, en Ojai, en las *Obras completas*.

«Solo la mente (...) puede realizarse lo inconmensurable.»

Extractos de la charla del 22 de mayo de 1956, en Estocolmo, en las *Obras completas*.

«¿Qué es el amor? (...) saber... amor?» De la cinta del diálogo del 7 de diciembre de 1985 en Rishi Valley.

«La mente que vive (...) "conocimiento de la continuidad".» Extractos de *Tradition and Revolution* p. 97. En español, *Tradición y revolución*, pp. 207, 208.

«No estoy en contra (...) estoy aprendiendo.» De la charla del 26 de abril de 1965, en Londres, en las *Obras completas*.

«¿Puede la mente liberarse (...) que es la muerte?» De la charla del 12 de diciembre de 1954, en Madras, en las *Obras completas*.

«¿Puede librarse la mente (...) búsqueda de la seguridad.» De la charla del 15 de mayo de 1956, en Estocolmo, en las *Obras completas*.

*Sobre temas frecuentemente tratados*

«El miedo a la muerte (...) es lo desconocido.» De la charla del 3 de octubre de 1948, en Poona, en las *Obras completas*.

«Para llegar a lo más profundo (...) no tiene límite.» De la cinta de la charla del 16 de marzo de 1969, en Londres.

«Cuando me comprendo (...) surge el amor.» De la charla del 14 de septiembre de 1948, en Poona, en las *Obras completas*.

«Cuando la mente (...) lo que va a suceder.» De la charla del 17 de septiembre de 1961, en París, en las *Obras completas*.

«Cuando toda la mente (...) libre de lo conocido.» De la cinta de la charla del 5 de agosto de 1970, en Saanen.

«Solo cuando (...) hay Dios.» De la charla del 4 de marzo de 1953, en Bombay, en las *Obras completas*.

- «La bondad (...) es bueno.» De la cinta de la charla del 23 de junio de 1982, en Brockwood Park.
- «Hay una gran (...) completa seguridad.» De la cinta de la charla del 17 de julio de 1975, en Saanen.
- «Estar libre del (...) presente activo.» De la cinta de la charla del 8 de octubre de 1968, en Nueva York.
- «Estar dispuesto a (...) suprema inteligencia.» De la cinta de la conversación de 1965 con David Bohm, en Londres.
- «La liberación de (...) campo de lo conocido.» De la cinta de la charla del 2 de enero de 1979, en Madras.
- «¿Qué sucede cuando (...) su belleza.» De la cinta de la charla del 3 de agosto de 1973, en Saanen.
- «Si amo a mi esposa (...) cualidad diferente.» De la cinta de la charla del 23 de marzo de 1969, en Londres.
- «Uno solo puede (...) encontrarse con lo desconocido.» De la charla del 4 de agosto de 1938 en Ommen, en las *Obras completas*.

El legado que Jiddu Krishnamurti dejó en sus *enseñanzas* forma parte de la responsabilidad de las Fundaciones creadas como iguales por él, con el propósito de preservar la integridad de lo que él expresó durante muchos años y en diferentes lugares del mundo.

Las siguientes Fundaciones creadas por J. Krishnamurti son las únicas instituciones responsables de la preservación y difusión de sus enseñanzas:

Krishnamurti Foundation Trust

KFT - ([www.kfoundation.org](http://www.kfoundation.org) - email: [kft@brockwood.org.uk](mailto:kft@brockwood.org.uk))

Krishnamurti Foundation of America

KFA - ([www.kfa.org](http://www.kfa.org) - email: [kfa@kfa.org](mailto:kfa@kfa.org))

Krishnamurti Foundation India

KFI - ([www.kfionline.org](http://www.kfionline.org) - email: [kfihq@md2.vsnl.net.in](mailto:kfihq@md2.vsnl.net.in))

Fundación Krishnamurti Latinoamericana

FKL - ([www.fundacionkrishnamurti.org](http://www.fundacionkrishnamurti.org)) email: [fkf@fundacionkrishnamurti.org](mailto:fkf@fundacionkrishnamurti.org))

Estas Fundaciones se responsabilizan y garantizan la autenticidad e integridad de los contenidos de todas las publicaciones realizadas por ellas: libros, vídeos, casetes, DVD, etc. Para cualquier duda o consulta, rogamos contactar con cualquiera de estas Fundaciones.



# KRISHNAMURTI

## SER HUMANO

"Si usted verdaderamente contemplase el mundo tal como es, y lo abordara de una manera directa y sin temor, vería que es algo infinitamente más grande que cualquier filosofía, más grande que cualquier libro, más grande que cualquier enseñanza, más grande que cualquier maestro."

"Las simples conclusiones de una mente consciente no son el descubrimiento o la comprensión de la verdad. La mente consciente nunca puede encontrar lo que es verdad. Todo lo que puede hacer es escoger, juzgar, sopesar y comparar. Pero la comparación, el juicio o la identificación no es el descubrimiento de la verdad."

"La verdad es algo que ha de ser comprendido, que ha de ser descubierto en cada acción, en cada pensamiento, en cada sentimiento... Descubrir si es verdad lo que usted piensa —porque sus pensamientos pueden ser falsos o estar condicionados—, descubrir que su pensamiento está condicionado, es la verdad. Descubrir que su pensamiento es limitado, es la verdad. Ese mismo descubrimiento libera a su mente de la limitación."

EXTRACTOS DEL TEXTO

ISBN 84-414-1258-8

