

# **LA MIRADA INOCENTE**

**Jean Klein**

## PROLOGO

Parece razonable pensar que el prólogo a un texto de quien, como Jean Klein, es escasamente conocido en nuestro país, debería comenzar por recoger las habituales referencias biográficas al uso.

En una ocasión, alguien le formuló la pregunta: “¿Quién eres tú, Jean Klein?” A lo que el maestro, con la precisión y austeridad de lenguaje que le caracterizan, respondió: “*Nadie*”.

Así pues, esta respuesta nos exime de la tarea —por otra parte, dudosamente útil— de concatenar las citadas referencias, pues quien no es nadie, obviamente, carece de biografía.

En cualquier caso, habría que señalar que tal respuesta no debe ser entendida como ejercicio de modestia ni tampoco como un golpe de efecto con pretensiones pedagógicas más o menos indirectas. A la luz de su enseñanza, sólo cabe pensar que Jean Klein respondió pura y simplemente lo único que podía responder: la verdad. Si bien desde la limitada y deformadora perspectiva de lo fenoménico existe, ciertamente, un ser humano que responde por tal nombre, en el nivel de lo esencial “...*liberado de la ilusión de ser persona, sólo queda la plenitud*”.

*La mirada inocente* es una recopilación de diálogos mantenidos en diversos lugares con distintos grupos de interlocutores que formulan preguntas de diverso cariz. Para que la lectura del texto que viene a continuación, pueda cumplir la función que por su naturaleza le es inherente —o dicho de otra forma, para que resulte realmente provechosa— habrá que tener en cuenta que Jean Klein no expresa aquí nada semejante a lo que suelen denominarse “opiniones personales”, que, por otra parte y vengan de donde vengan, ninguna relevancia tienen en el ámbito del Conocimiento.

Jean Klein no opina; sabe y cuenta lo que sabe, o, mejor dicho, se constituye en cauce a través del cual se expresa la sabiduría intemporal de la tradición del “no-dualismo” o, por utilizar el término sánscrito —ya que Klein parece manifestar una particular afinidad con el Hinduísmo— del Vedanta Advaita, si bien el “no-dualismo” es siempre y en todas partes esencialmente el mismo, sean cuales fueren los peculiares elementos tradicionales de que pueda revestirse a la hora de expresarse.

Deberá también tenerse en cuenta que Jean Klein no ofrece “información” en el sentido habitual del término. A diferencia de la pregunta, que surge siempre del conflicto,

es decir, de la dualidad, la respuesta, teniendo por origen el Silencio, se sitúa en un plano distinto y no tiene por objetivo la resolución conceptual del contenido verbal de la pregunta, sino más bien la incidencia directa en el conflicto que le subyace y genera.

Puede ser que estas circunstancias dificulten en ocasiones la percepción del vínculo existente entre pregunta y respuesta; pues tal vínculo —tanto por razones pedagógicas como a causa de la disparidad de planos en que pregunta y respuesta se localizan— no siempre será susceptible de ser acomodado en el orden lógico de la razón; y, desde luego, nada más lejano a la enseñanza de Klein que el propósito de tal acomodación.

Klein insiste en ello repetidas veces: *“No se puede contestar a la pregunta desde el nivel de su formulación, pues la respuesta apunta siempre hacia la verdad y, en consecuencia, no se encuentra en el mismo plano que la pregunta... La respuesta aquí está sugerida; muy a menudo es incompleta, nunca está limitada y siempre obliga a desarrollarla a quien hace la pregunta... pero no hay que tratar de comprenderla utilizando otras respuestas como referencia”*. Y a la impugnación “Considero que no ha respondido usted a mi pregunta”, contesta: *“No puedo responder a tu pregunta porque tomas mi respuesta en un plano conceptual en lugar de vivir la experiencia que te propongo. Mi respuesta está dirigida a conducirte a una actitud interior de dejar-hacer en la que estás obligado a abandonar toda formulación y a quedar tranquilo, a la escucha”*.

No les será imposible a las mentes hipercríticas encontrar supuestas incoherencias o contradicciones en las palabras de Klein. Es casi innecesario señalar que tales contradicciones no van más allá de la apariencia, estando motivadas en ocasiones por el carácter individual y específico de su destinatario —no a todos tiene por qué convenir idéntica enseñanza— o por las limitaciones inherentes a la propia estructura del lenguaje. Desde una perspectiva más sintética que analítica, tales diferencias, cobrando su verdadero valor, se integran armónicamente en una síntesis unitaria.

Ante una respuesta que surge del Silencio y apunta hacia el Silencio, vano será tratar de encerrarla en el estrecho marco de los esquemas conceptuales propios de la razón discursiva. Las palabras de Klein no deben ser interpretadas ni almacenadas en el depósito sin fondo de la memoria, sino *escuchadas*, escuchadas desde el silencio de la meditación.

Puede por tanto decirse que no es este un libro para ser leído, en el sentido habitual de la palabra, sino más bien para servir de *soporte* a la meditación. La enseñanza de Klein es de orden esencialmente práctico; es un maestro que muestra al que escucha la perspectiva justa en el instante único del presente, proyectando, por decirlo así, una corriente energética que, adecuadamente recibida, se transformará en silencio en su interior.

La voz de Klein es la voz del Silencio. Escuchemos.

## CRET-BERARD

*Hay que admitir en la práctica la posibilidad de una conciencia sin objeto. Por lo general, sólo conocemos la conciencia en su relación con los objetos. En realidad, es la conciencia la que ilumina los objetos. En ella aparecen los pensamientos, las emociones, las sensaciones, como un despliegue de energía; y en ella, también, mueren. Cuando el objeto muere, no tenemos ya más conciencia de él, pero la conciencia permanece.*

*Los intervalos entre los pensamientos y entre las percepciones son habitualmente considerados como un vacío. El sueño también es contemplado como una relación sujeto-objeto y al no experimentarse en él conciencia alguna de un objeto, se concluye que constituye un estado sin conciencia. Sí, por el contrario, se admite la existencia de una conciencia autónoma, se advertirá que los objetos aparecen de una manera discontinua y que esta discontinuidad está originada por una continuidad: la conciencia. Es entonces cuando es posible vivir la conciencia sin presencia de objeto.*

*En este sentido, debe aceptarse en la meditación cualquier percepción que se presente, sea ésta cual fuere. Gracias a esta aceptación sin reservas la percepción se desvanecerá, antes o después, de forma natural en la conciencia. Si se hace de la meditación una disciplina cuyo objetivo sea integrar, por medio de un esfuerzo de la voluntad, un estado de conciencia sin pensamiento, se podrá alcanzar ese estado, pero se habrá generado un nuevo dinamismo: el pensamiento rechazado violentamente permanecerá a la espera, dispuesto a resurgir incluso con mayor energía.*

*Hay momentos en que estamos efectivamente sin percepción. Pero no estamos habituados a gustar de ese estado. Creamos constantemente situaciones, objetos, a fin de poder encontrarnos en algo. Cuando fortuitamente vivimos la experiencia de un estado de conciencia sin objeto, tenemos la tendencia a vivirlo como una privación, como si fuera una pantalla sin imágenes. Si se acepta en la práctica la posibilidad de una conciencia autónoma, se produce un soltar con respecto a esta tendencia a crear continuamente una relación sujeto-objeto; el sujeto queda completamente reabsorbido, pues su existencia está condicionada por la existencia de objeto. Se trata en realidad de una vivencia donde no hay nadie que contemple ni nada contemplado.*

*Este no-estado se producirá esporádicamente; más adelante se presentará con mayor frecuencia, en particular en la meditación; después, lo viviréis también en presencia de los objetos. La ausencia de objeto es, quizás, menos frecuente que su presencia,*

*pero eso no tiene importancia. Lo importante es vivir lo que hay detrás de la presencia y la ausencia, es decir, la conciencia.*

*En consecuencia, no hay que hacer ningún esfuerzo para eliminar absolutamente nada en la meditación. No hay nada que eliminar. Una actitud de escucha desprovista de intención basta para que el pensamiento se agote por sí mismo; se desvanece en cuanto cesa la voluntad de mantenerlo mediante asociaciones de ideas. Todo esfuerzo generaría tensión. Desde un punto de vista en cierta forma experimental, resulta, pues, fecundo aceptar la posibilidad de un estado donde no existe ni observador ni cosa observada.*

*La meditación puede considerarse como un laboratorio, pero también como un arte, como redactar un poema o componer música. Son medios de expresar la alegría de ser; también la meditación celebra la alegría de ser. No es una disciplina, sino un medio de autoconocimiento y, a la vez, un cántico silencioso. Más adelante la meditación se prolongará en la vida cotidiana. El plano de fondo de donde fluye esta alegría, esta plenitud de ser, se revela presente en cada instante al alcance de nuestra lucidez, permanentemente disponible como un manantial inagotable. Esta plenitud puede expresarse de múltiples formas, pero permanece idéntica a través de todas ellas. Dicho en otros términos; todos los objetos que aparecen son expresión de la conciencia. En última instancia, no son otra cosa que conciencia.*

*En la meditación reconoceréis primero el ir y venir de los pensamientos; después, y mediante la actitud interior que consiste en no alimentar más el pensamiento, llegará el día en que percibiréis la pulsión, la vibración que precede al pensamiento. Esta pulsión es la que percute el cerebro en sus profundidades y desencadena los procesos de simbolización y formulación. En un momento dado, la complicidad con esta tendencia a dar continuidad a las pulsaciones mediante el pensamiento y el lenguaje, desaparecerá de vosotros. La energía que se manifiesta en estas vibraciones debe absorberse, pero queda, al principio, como un condicionamiento con el cual no hay que identificarse. Desde el momento en que las vibraciones son observadas y no hay ya más identificación con ellas, éstas disminuyen y no originan ninguna expresión por medio del lenguaje. Por supuesto, no deberéis caer en la trampa de mantener estas vibraciones en baja frecuencia, pues entonces os identificaríais con ellas. Todo esto debe quedar en el marco de una relación entre observador y cosa observada. A continuación, se instalará la contemplación, toda volición relativa al dinamismo del pensamiento se eliminará y el fenómeno de la energía se reabsorberá él mismo en vuestro ser.*

*Pregunta:* Cuanto más intento parar el pensamiento, más se embala, incluso si me limito a contemplarlo. Tengo muchas dificultades en relación a este punto.

*Respuesta:* En tal caso, no intentes contemplarlo. Al contemplarlo, lo pones en movimiento. Sólo una mirada sin elección permite apaciguarlo.

P.: Intento hacer eso desde hace mucho tiempo. Trato de comprender, sin conseguirlo, cómo puede ocurrir.

R.: No hay que intentar agarrarlo como se atrapa un pájaro raro para meterlo en una jaula.

P.: Algunas vibraciones del cerebro se sienten mucho más intensamente en ciertas zonas, por ejemplo, en la parte trasera derecha y en la parte delantera izquierda. ¿A qué se debe?

R.: En apariencia, el cerebro está dividido en compartimentos, pero no es necesario proceder a su análisis. Es más importante percibir su globalidad. En lugar de obstinarte en estimular las zonas que no son sensibles, debes dejar que despierten plenamente las zonas tangibles; después, la sensación se extenderá a todo el cerebro.

Aquí estamos interesados en la sensibilidad del cerebro, no en su funcionalidad. Hace aproximadamente veinte años se publicaron los primeros trabajos relativos a los dos hemisferios cerebrales, el izquierdo y el derecho. El izquierdo sería el cerebro científico, la zona del análisis, del razonamiento matemático, del lenguaje, de la memoria. El derecho sería el de la síntesis, la intuición, la imagen. De todas formas, esta clasificación no es unánime en neurólogos y psiquiatras. En cualquier caso, no es eso lo que aquí nos interesa. Lo principal es que esta parte del cuerpo se nos haga perceptible.

Lo importante no es la relajación exterior de la cara o del cuerpo, sino la actitud interior de dejar hacer, de escucha sin volición. No tratamos de seguir un método para dar a la percepción tal o cual colorido, tal o cual ritmo. En la vía que yo os muestro, no hay volición, no hay más que escucha sin prensión. Partimos *a priori* de que no hay nada que encontrar. Todo lo que buscamos, ya lo somos. Buscar nos aleja, pues es siempre un movimiento desde el centro hacia la periferia. No hay nada que alcanzar, pero el mecanismo de la búsqueda está muy profundamente fijado en nosotros. Naturalmente, cuando se trata de un oficio, tenemos que aprender; pero en lo que se refiere a lo que esencialmente somos, no hay nada que aprender. Lo que somos, no podemos dejar de serlo.

P.: ¿Sobre qué bases se apoya la tesis de una evolución espiritual que opere mediante la intervención de los *chakras*? ¿Sería ésta una *vía* cada vez menos emocional?

R.: Los *chakras* son centros de energía que corresponden a distintos niveles de comprensión. Su despertar se produce por la comprensión, por el presentimiento de la realidad. Para mí, pretender despertar estos centros por otros medios pone de relieve un artificio. Existen, en efecto, varias técnicas para despertarlos, pero se vuelven a cerrar de inmediato cuando la apertura no es el fruto de la comprensión. Lo importante es la comprensión de tu naturaleza auténtica. El resto no es más que exotismo. Las búsquedas de este tipo, si se las observa lúcidamente, no son más que una huida de la realidad. Para el *ego* es una forma de enriquecerse que retarda su extinción.

Desde el punto de vista en que nosotros nos situamos, no hay evolución. No tengo que llegar a ser lo que ya soy. Sólo se puede hablar de una comprensión de la realidad cada vez más clara, pero esta realidad ya está aquí. No tenemos en cuenta el tema de una posible evolución a la manera de Darwin o Teilhard de Chardin, pues no es eso lo que aquí nos interesa.

P.: ¿Hay objetos que apunten más que otros hacia el sujeto último?

R.: El objeto es una emanación de energía en el espacio-tiempo. Todos los objetos aparecen y desaparecen en la conciencia, pero, en general, a causa de los hábitos, no gustamos el sabor de la unidad de donde proceden. No les darnos la posibilidad de fundirse en la conciencia, pues estamos prisioneros de la insatisfacción que nos empuja a imaginar, a recrear constantemente objetos nuevos. Sin embargo, hay objetos *por excelencia* que nos conducen hacia la realidad. Son, por ejemplo, las grandes manifestaciones de la Naturaleza y las obras de arte, pues en estos casos no se pone el acento en el objeto mismo, sino en lo inexpresable a lo cual remiten. Lo que se expresa objetivamente en el espacio-tiempo se disuelve muy rápidamente en este caso y nos deja en la plenitud de la alegría estética.

P.: ¿Cómo debe considerarse el cuerpo humano, como una creación de la Naturaleza o como una obra de arte?

R.: El cuerpo es una obra de arte, no hay que huir de él. Puede decirse que todo objeto es una obra de arte. La obra de arte tiene la función de favorecer el despertar y, en general, está desprovista de artificio. Si un objeto pone de relieve un artificio, nos mantiene en su objetividad y no nos remite a su origen. Volviendo al cuerpo: nuestra habitual forma de tratarlo, como si fuera un objeto, un instrumento, y de hacerle violencia, nos impide dejarle hablar y percibir su armonía.

P.: El límite entre la aceptación y la volición es a veces muy difícil de encontrar. Con frecuencia se tiene una aceptación un poco volitiva y entonces uno se encuentra bloqueado por la voluntad de aceptar.

R.: En efecto, la aceptación no es una idea, sino una actitud interior en la que vivimos totalmente la libertad. No estamos ligados al objeto aceptado, sino al contrario: esta percepción original que es la aceptación nos libera de él. A menudo podemos constatar que nos dejamos embarcar en una situación que se vive con referencia a un yo y que esto crea en nosotros sufrimientos, perturbaciones psíquicas. Si estamos en una perspectiva de aceptación, la situación se ve de forma distinta: sin referencia a la noción de un yo, las nubes de la afectividad se disipan. Mantenemos nuestra autonomía respecto a la situación y podemos tener una conciencia clara de ella. La posición de espectador no-implicado es la única posibilidad de ser lúcido. Establecerse en esta actitud de aceptación, que se revela como centro de nuestro ser, va acompañado de una alegría pura, sin mezcla.

P.: ¿Corresponde esta actitud de aceptación a la actitud no-implicada, o significa la aceptación una acción positiva suplementaria? En otras palabras, ¿son idénticos los conceptos de “actitud no-volitiva”, “actitud no-implicada” y “aceptación”, o por “aceptación” se pide algo más?

R.: La actitud de aceptación es una actitud completamente libre de toda volición por constatar, por comprender lo que es. De esta actitud nace la acción, si ha lugar, y la inteligencia para esta acción. Se trata de una mirada sin prensión, sin referencia, sin comparación, sin juicio, sin conclusión. La acción que de ella fluye es perfectamente ética y estética. No puede aparecer la noción de culpabilidad ni la de responsabilidad, ya que una mirada tal no es la de una persona. En la aceptación, la noción de persona se desvanece.

Por supuesto, esta actitud es asunto de maduración. Se produce una reorquestación en nosotros. Hay cada vez menos dispersión. Todo se organiza alrededor de un foco, lo que conlleva una transformación moral, psicológica, fisiológica, e incluso química. Pues se trata más de una involución que de una evolución.

P.: ¿Se pone en marcha esta involución por la escucha y la meditación?

R.: Sí.



P.: ¿No es posible hacerla, se hace ella misma?

R.: Sí, ella misma se hace.

P.: Puesto que se trata de una vuelta al estado original, ¿puede decirse que el niño ya lo conoce, más que nosotros, los adultos, que vivimos en la dualidad y el conflicto?

R.: Nuestra perspectiva va dirigida a cultivar una actitud interior de observación, de escucha. El estado de aceptación *por excelencia* es el estado de inocencia. La ausencia de repetitividad que caracteriza nuestra vida nos conduce hacia la aceptación. El yo, para asegurarse, coloca un esquema repetitivo sobre las situaciones, pero en realidad la vida no se repite, se renueva continuamente.

Desde el punto de vista del yo, el estado de inocencia, de aceptación, representa la inseguridad total; pero en esta aparente inseguridad, donde no hay proyección alguna, donde no se hace ninguna referencia, reina la verdadera seguridad, la disponibilidad más completa, la más rápida adaptabilidad. El esfuerzo por afirmar la seguridad en el plano fenoménico desemboca, de hecho, en la inseguridad. Las cosas no pueden repetirse. Pueden aparecer algunas analogías, pero nada se repite.

La actitud de aceptación, vivida con la profunda convicción de que nada se repite, conduce de forma natural a una calidad de presencia máxima. Hay a la vez presencia a sí mismo y presencia a lo que se presenta a cada instante.

P.: En la religión cristiana se da gran importancia a la oración, ¿qué es la oración? ¿hacemos aquí algo paralelo o semejante a la oración?

R.: La oración, en el sentido que generalmente se la entiende, consiste siempre en pedir algo. Pero, ¿quién pide? ¿a quién pide? El que pide es un yo, una imagen desamparada que pide ayuda a otra imagen. La oración, así entendida, es siempre interesada.

Lo que aquí experimentamos, la actitud de escucha, podría compararse a un estado de oración donde casi no hay nadie que ora. En esta inmensa tranquilidad, permanecemos totalmente abiertos. En una actitud así, no hay desamparo, no hay falta ni carencia de nada. Todo está dado, todo está ahí. Si tomamos la palabra “religión” en su sentido etimológico, puede decirse que se trata de una experiencia religiosa: somos “religados” a la unidad. En esta unidad todo es sagrado; podría decirse que estamos entonces en el origen, en el centro *por excelencia* de lo sagrado. En ausencia de dualidad todo se sacraliza, la distinción entre profano y sagrado se anula.

Por el contrario, el punto de vista del yo reduce todo a una dimensión profana. La oración, en el sentido que habitualmente se le da a esta palabra, descansa en el postulado de la separación entre el alma individual y Dios, entre la criatura y el Creador. En la experiencia no-dual, sólo hay unidad; fuera de ella, no existe nada; todo aparece en ella. La creación de un sujeto y un objeto, de una causa y un efecto, se debe sólo a la memoria. No hay dualidad; la aparente dualidad, creada por la memoria, encuentra de hecho su fundamento en la no-dualidad. Nada hay fuera de nosotros. Todo está en nosotros.

En el estado de escucha que aquí se propone, no hay nadie. Se trata de una escucha sin objeto en la que el “yo” y el “tú” no existen. En esta escucha aparece la pluralidad, pero no es más que la expresión de la unidad. En el fondo no hay ni trascendencia ni inmanencia. Pensar en estos términos seguiría siendo mera creación mental. No hay más que conciencia, o, en otras palabras, no hay más que Dios. Todo lo que en apariencia parece no ser El, no es, sin embargo, más que una expresión de Dios.

Naturalmente, esta respuesta se refiere únicamente a tu pregunta acerca de la oración. No implica ningún juicio de valor respecto al Cristianismo.

P.: ¿Se puede hablar de libre albedrío en la vida cotidiana? ¿Qué lugar tiene en su enseñanza, si es que tiene alguno?

R.: No hay azar y por tanto la cuestión del libre albedrío no se plantea. Si la acción fluye de una inteligencia impersonal, hay libertad y la acción resultante es ética, estética y funcional. Todo lo que proviene del yo y su inseguridad es arbitrario.

P.: Dice Ud. que la acción fluye de la inteligencia, pero ¿cómo definiría una inteligencia que no comprende en sí misma a la memoria?

R.: La inteligencia de que tratamos aquí fluye de una aceptación completa de lo desconocido; es decir, no de la memoria, sino directamente de la situación contemplada en su totalidad. Una inteligencia que sea el resultado de la manipulación de experiencias pasadas no es inteligencia.

P.: Aunque no haya memoria, ¿habrá, de todas formas, diferencias entre unos y otros en función, al menos, de las vivencias de cada uno, de lo que cada cual haya hecho?

R.: La memoria es el pasado. La situación que se presenta es siempre nueva y jamás puede repetirse. Cuando examinamos sin referencia el pasado desde un punto de vista no-localizado, nuestra acción siempre es apropiada.

P.: ¿Qué sentido tienen las expresiones “no hay azar” y “lo que hace el yo es arbitrario”?

R.: Tu destino parece desarrollarse en el espacio-tiempo, es decir, en sucesión, pero se unifica en una perfecta simultaneidad. Es análogo a la semilla colocada bajo tierra y que contiene ya tallo, hoja, flor y fruto. Con esta metáfora quiero decir que el desarrollo que presencias de hecho está ya concebido. Es posible percibir la instantaneidad real de este aparente desarrollo espacio-temporal. Pero desde el punto de vista del yo —allí donde se plantea el problema del libre albedrío—, una visión tal parece proceder de la realidad conocida. De esta manera, la causa y el efecto te encadenan al plano de la persona. Estos dos planos, el del Presente Eterno y el del tiempo, sólo se contradicen en apariencias.

Sitúate conscientemente como espectador. Así estarás en la corriente de la vida. Considerarte autor de tus actos conlleva elección y dificultad, obstaculiza la corriente.

P.: Así como no hay azar, ¿tampoco debe haber, entonces, disciplina?

R.: La disciplina siempre proyecta un objetivo, un resultado que se pretende alcanzar. Pero lo que visto desde fuera puede parecer una disciplina, no necesariamente tiene por qué serlo. Por ejemplo: si siento en mí la necesidad de transmitir mi alegría por medio de la pintura o de la música, estoy obligado a tomar un instrumento para exteriorizar en colorido, en formas, en volúmenes o en sonidos, la alegría que vive interiormente en mí. Debo entonces adquirir una técnica pictórica o musical y esto, visto desde el exterior, parece una disciplina, pero en ella no hay obstáculo. Este aprendizaje pertenece también a la alegría.

P.: ¿Podría dar alguna recomendación —ya sea técnica o de otro orden— que facilite a la comprensión la permanencia en esa escucha?

R.: Somos escucha. En ningún caso habría que hacer esfuerzo por escuchar. Simplemente démonos cuenta de que intencionadamente proyectamos el pasado, y esto compromete la escucha. Seamos receptivos a lo que nos llega, dejémoslo expresarse sin restricción y estaremos espontánea y automáticamente a la escucha. En la escucha no hay prensión, nada en particular que deba ser escuchado. Se trata de una actitud interior, completamente pasiva, sin proyección de ninguna clase, pero eminentemente activa en la recepción, en la aceptación.

P.: ¿Cuál es la competencia de esta actividad?

R.: Estar libre de lo conocido. La escuela es activa desde el momento en que es totalmente receptiva porque no se localiza en ningún lugar. Cuando no hay nada que añadir ni nada que quitar, se está totalmente tranquilo. En esta tranquilidad no se es ya presa del tiempo. En esta totalidad aparece y desaparece todo lo que pertenece al espacio y al tiempo sin alterar el espejo de tu observación. No hay nada que añadir ni que quitar.

La escucha no es un acto cerebral. Es nuestro mismo ser. El lenguaje no es capaz de formularla satisfactoriamente. La misma expresión de estar a la escucha está todavía demasiado impregnada por la idea de un resultado que debe ser obtenido. La empleamos por no tener otra mejor, pero debemos comprender que la escucha no es algo que deba ser percibido.

En esta escucha conocemos una disponibilidad desprovista de intención, donde la vida vibra intensamente. Nos encontramos con seres con los que se da verdadera unión, creatividad y belleza.

P.: ¿Hay lugar para la amistad, en el verdadero sentido del término, en este encuentro con otros seres?

R.: En la amistad, una corriente trasciende las dos personas más allá del encuentro. La verdadera esencia de la amistad es el amor. De no ser así, nos quedamos en una relación de objeto a objeto. Puede haber afinidad entre los objetos, pero eso no es amistad.

P.: ¿Qué hay que hacer para liberarse del pasado?

R.: No utilizar el pasado para vivir el presente, pues éste puede ser vivido por sí solo. “Mañana” no tiene realidad, es una forma de pensamiento puramente ficticia. Sólo existe el instante, el ahora. El mañana es una proyección del pasado y, como tal, no podemos pensarlo.

En una escucha exenta de superposiciones estamos presentes a nosotros mismos y, en caso de no lograrlo, al objeto. Somos el presente. Somos la unidad. La conciencia, el sujeto último y el objeto son uno. En esta presencia podemos vivir la simultaneidad de las cosas que proyectadas en el plano temporal originan el futuro. Pero es inútil proyectar de antemano un futuro, pues el grano ya contiene el fruto.

P.: ¿Cómo se pueden eliminar las imágenes relacionadas con una situación ya pasada, pero que todavía subsisten en nosotros?

R.: Cuando una situación se ha vivido completamente, nos deja totalmente libres. Pero, con mucha frecuencia, la situación sólo se ha vivido aparentemente y sus consecuencias continúan actuando en nosotros. Las imágenes que nos deja están siempre asociadas a emociones o estados corporales, agradables si la situación nos es favorable y desagradables en caso contrario.

P.: ¿Qué hay que hacer, en tal caso, para completar una situación?

R.: Una situación vivida impersonalmente no deja residuos y nos evita tener que completarla. Si se la pone en relación con la imagen de un yo, no podrá consumirse por sí misma; dejará siempre imágenes que se expresarán en el sueño o en otras circunstancias más o menos análogas. Toda situación relacionada con otra por esta clase de impregnación psíquica no puede vivirse plenamente en su novedad: queda inutilizada por el pasado. Este proceso nos esclaviza, nos mantiene en la repetición.

Por el contrario, en una actitud de indagación, de constatación realizada independientemente de la persona, todos los elementos de la situación se contemplan sin compararlos con otros, sin establecer competencia entre ellos. Finalizan en ti por el libre juego de su propia energía sin que haya allí nadie que realice la conclusión. De esta forma no dejan imágenes residuales. Así pues, habría que evitar el ligar una situación que finaliza en nosotros con la persona que sería su presumible autor.

Lo que se llama “primera impresión”, la que surge espontáneamente, es obra de una mirada sin referencia. Cuando estamos completamente atentos, sin intervenir, experimentamos con frecuencia ese tipo de impresiones súbitas que expresan la verdad de una situación. Esta forma de comprender los seres, las cosas, las situaciones, es en el fondo un acto de amor.

P.: ¿No buscamos las razones de una situación también cuando ésta concluye libremente?

R.: No las hay ya. La conclusión se sitúa siempre más allá de la razón.

P.: ¿Cómo se puede distinguir una impresión justa de otra reactiva?

R.: Percibirás tu actitud de defensa. Esta siempre coloca en primer plano algún tipo de referencia. La mirada inocente, por el contrario, acoge las cosas sin referencia. En su impaciencia, el yo se apresura a comparar, clasificar, calificar, juzgar y concluir. Su necesidad de encontrarse, de expresarse, de experimentar, se expresa de esta manera empobreciendo las potencialidades que la vida ofrece.

Por el contrario, una situación que se acoja sin remitirla a lo ya conocido atraviesa en ti distintos niveles, se enriquece, continúa viviendo hasta en tus sueños, sigue su gestación natural. Lo que has acogido se muestra bajo diferentes facetas, despliega todas sus virtualidades, pero sin sobrecargarte. Cuando se evita concluir, la vida queda abierta y se vuelve maravillosa. Concluir es una actitud violenta, contraria a la vida.

P.: ¿Qué es lo que posibilita esta actitud de observación y de dónde saca su fuerza?

R. Esta observación no es la función de un órgano. El mundo relativo, objeto de tu observación, sólo es comprendido cuando se le remite a su origen, al ser. La observación hace posible el amor hacia los seres y las cosas, nos lleva a comprenderlos y admirarlos; te impregnan sin que los fines, haciendo resonar sus armónicos ecos en toda la gama de sus posibilidades. Cuando se está en actitud de escucha sin referencia, la vida se desarrolla en ti en toda su plenitud.

En el momento en que hay conclusión, hay separación. En tus relaciones con los demás, concluir equivale a separarte del otro.

P.: Si hubiera que mantener una referencia, ¿no sería ésta la referencia al maestro?

P.: No hay que hacer ninguna referencia; debes dejar que las cosas vivan en ti. Cuando se vive sin concluir, se establece la proximidad, la intimidad, con los seres y las cosas. Nuestras acciones y nuestras palabras son entonces adecuadas. Pero vivir haciendo continua referencia a la noción de persona equivale a negar la vida, su dimensión infinita, su constante renovación.

P.: ¿Pero hacer referencia al maestro no es conservar el perfume de la flor?

R.: En tal caso no puede hablarse de referencia. No hay calificación ni relaciones entre personajes ficticios. Una sola y única corriente lo une todo.

P.: Quizás mi pregunta era confusa, pues, para mí, pensar en el maestro es algo distinto a establecer una referencia.

R.: En el fondo, no hay referencia posible. Si quieres seguir manteniendo esta formulación, pensar en el maestro equivaldría a recogerte en ti mismo. Pero no puedes hacer referencia a ti mismo desde el momento en que comprendes tu naturaleza real.

P.: He constatado en mí el deseo de huir de las reacciones. ¿Debe ser la observación de la persona, de sus mecanismos psíquicos, el primer paso que hay que dar?

R.: Observa tus reacciones, tus motivaciones, sin pretender encontrarte en lo que observas. Jamás podrás encontrarte en lo observado, pues, esencialmente, tú eres el observador no-implicado. Pero lo que aceptas y lo que observas no debería convertirse en una fijación. Todo lo que aceptas se reabsorbe, se consume inevitablemente en esta aceptación que es tu propia naturaleza. Las situaciones aparecen en tu vida llevando ya consigo sus propias soluciones. Para comprender lo actual es necesario no hacer referencia ninguna al pasado; la acción que resulta de esta comprensión no es, entonces, una reacción. Un día te encontrarás en esta aceptación, pero no te pierdas en lo que aceptas.

P.: Esta mañana, ha dicho que los objetos son una creación de los sentidos. Se puede decir que todo lo que existe es creación de los sentidos, pero también todo lo que existe es el ser. Si todo es el ser, ¿cómo es posible que, en otro sentido, lo que existe no sea nada?

R.: Como tú dices, todos los objetos son creación de los sentidos, pero ¿quién es consciente de esta sensibilidad? Antes de la sensación no había sensación; después de la sensación y durante la sensación, ¿hay verdaderamente sensación? En otras palabras: antes de la sensación había silencio, después de la sensación hay silencio. Lo que tú llamas sensación no es otra cosa que silencio. Todo es expresión del silencio.

P.: El ser es silencio?

R.: Sí.

P.: Entonces, y puesto que no se lo puede definir, ¿no hay nada en este silencio?

R.: No puedes definir el silencio. Lo que comúnmente se llama silencio es sólo ausencia de pensamiento, ausencia de sensación; pero el silencio de que hablamos siempre está ahí, tanto en presencia de los objetos como en su ausencia.

P.: ¿Hay una naturaleza positiva, que no sea sólo ausencia?

R.: Esa naturaleza positiva es forzosamente el silencio, el ser. Es, también, el presente, es decir, la presencia al ser. Esta presencia constituye el plano de fondo de los tres estados: sueño profundo, sueño con sueños y vigilia. Estos estados aparecen sobre ese no-estado y entre dos percepciones, entre dos pensamientos. Habitualmente, superponemos un vacío a ese no-estado, enmascarando así la plenitud.

P.: ¿Qué es la libertad?

R.: Estar libre de la noción de un sí mismo; ésta es la verdadera libertad. La libertad es una vivencia total en la que la persona está ausente. La libertad política y social dimana de esa libertad.

P.: Nos ha hablado mucho del silencio. ¿Es el silencio un estado? ¿Cómo percibirlo desde su punto de vista?

R.: Hablas del silencio como si fuera un objeto que se pudiera visualizar. En rigor, se puede visualizar una ausencia de pensamiento y de sensación, pero, en tal caso, esa ausencia es todavía un objeto, un objeto silencioso. Cuando no hay anticipación ni recapitulación, eres ese silencio.

P.: ¿Cómo aceptar el miedo a la muerte?

R.: No te preocupes por la muerte. Mira hacia donde se encuentra la vida. No puedes hablar de la muerte si no conoces la vida y cuando conoces la vida ves que no hay muerte. Hay muerte de un concepto, de una idea, pero la vida no muere jamás.

P.: ¿Puede haber miedo ahí?

R.: Tienes una idea de la muerte y de la emoción que se le superpone, pero eso no es más que una imagen con la que flirteas de vez en cuando. Lo que profundamente eres es una imagen, pues una imagen no tiene sabor. Cuando descubras la vida en ti, esta imagen te abandonará.

P.: ¿Podemos también tener miedo a que esa imagen nos abandone?



R.: Continuamente las cosas mueren en ti: tus pensamientos, tus emociones y tus sensaciones. Inspiras, expiras, y la respiración muere. La idea que tienes de ti existe mientras la piensas. En el momento en que dejas de pensarla, muere. Lo que muere es una entidad aparecida en el espacio-tiempo y no tiene realidad más que en ese espacio-tiempo. Pero tú eres el que conoce lo que aparece y desaparece. Sé conscientemente ese conocer; ahí está la vida; el resto no es más que imaginación.

P.: ¿Es necesario un mínimo de autonomía psíquica para vivir ese estado, para llegar a la liberación del *ego*?

R.: El psiquismo jamás puede ser autónomo. No tiene realidad en sí, puesto que tú eres el conocedor sin el cual nada tiene existencia. Si buscas tu psiquismo verás que no existe independientemente de ti; en cierta forma, él es tu propiedad y tú eres su propietario. No te identifiques con esta propiedad: tu cuerpo y tu mente sólo son instrumentos.

P.: ¿Cuál debe ser el punto de partida correcto?

R.: Todo paso, todo gesto, aleja. Abandona totalmente la idea de ir hacia algo, abandona al que busca. En el momento en que lo abandones, ya no habrá más representación, ya no habrá más objetivo. El que busca se convierte en lo buscado; él es lo encontrado.

P.: ¿Puede haber una pregunta que no sea un poner en cuestión?

R.: La pregunta siempre surge de la respuesta. Es en el que pregunta donde se encuentra la respuesta. Si dejas vivir totalmente la pregunta, se disolverá de forma espontánea y te despertarás en la respuesta. Las respuestas que se dan aquí no corresponden a lo que normalmente se espera de una respuesta.

No se puede dar una respuesta al nivel de la pregunta. La respuesta, aquí, está siempre sugerida. Muy a menudo es incompleta, nunca está limitada y siempre obliga a desarrollarla a quien hace la pregunta. Es un poco como la obra de arte, que siempre es indicación. En el fondo, tiende a determinar lo que es indeterminable, para que el que la contempla pueda completarla. Al completar así una obra de arte, se crea una unión entre el artista y el que contempla la obra. De la misma forma, la respuesta que aquí se da es una sugerencia: el que formula la pregunta debe completarla, pero no tratar de com-

prenderla utilizando otras respuestas como referencia. Al surgir de la experiencia, se convierte en una respuesta integrada en la vida.

Todo lo que aparece, todo lo que nos llega, aporta siempre consigo su propia solución, pero nos oponemos a ella al tratar de comprenderla con la ayuda del pasado.

P.: Ha dicho usted que “todo gesto nos aleja”. ¿Es eso también verdad acerca de un gesto espontáneo?

R.: El gesto espontáneo nunca es prensión, siempre es don. Todos los demás gestos son prensión.

P.: Cuando hay amor total, ¿hay todavía lugar para la relación con una persona en particular o se ama indistintamente a todo el mundo?

R.: Se ama a todo el mundo porque se es todo el mundo. Ya no hay *ego*.

P.: Tengo miedo, muy a menudo tengo miedo. ¿Qué puedo hacer?

R.: El miedo es una percepción que se manifiesta en ti en el plano corporal. Se localiza en determinadas partes de tu cuerpo y estas localizaciones son nudos. Cuando percibas estos nudos, dales la posibilidad de evolucionar, es decir, no los fijas, no huyas de ellos. Entonces te encontrarás como pura atención, como inmensidad en la que el nudo no puede mantenerse y en la que termina por disolverse. Estos nudos no son más que una reacción, y quien reacciona es siempre la persona. Ella es la que desencadena este proceso y pone toda la estructura muscular a la defensiva. Observa en qué momento se manifiesta en ti esta reacción defensiva. Siempre quieres comprender las situaciones valiéndote de referencias a la persona. Cuando la resistencia te ha dejado, no hay reacción, no hay miedo, pues el miedo concierne sólo a la persona, es decir, a una imagen.

P.: El miedo y la angustia son proyecciones de energía que reviven en nosotros apoyándose en la memoria y en situaciones ya vividas. ¿Hay que tener paciencia e intentar mantenerse como espectador-observador en una lucha siempre repetida? La aceptación en esos momentos es difícil, pues estamos perturbados por el miedo y la angustia, lo que nos impide colocarnos en la perspectiva adecuada. ¿Cómo salir de este círculo vicioso para que pueda realizarse esta conciencia de la aceptación total?

R.: Durante la crisis nunca podemos intervenir. Habría que evitar, de forma especial, todo gasto de energía, es decir, no trabajar, no gastarse físicamente, no comer demasiado. La energía así economizada contribuirá a asegurar la curación. Al no ser alimentada, la crisis no podrá mantenerse, pues no es más que un despliegue de energía en tres fases: crecimiento, culminación y descenso.

P.: ¿Cómo desaparece la voluntad?

R.: El deseo precede a la voluntad. Si este deseo es examinado hasta su origen, revela que en el fondo no es más que un deseo de ser. Esta orientación del deseo es el resultado de un presentimiento de la verdad. Cuando nos establecemos en una tranquilidad vacante, ya no hay voluntad. Lo que exteriormente parece voluntad no es más que una perfecta espontaneidad.

P.: Nuestro diálogo transcurre en forma de preguntas y respuestas. ¿Tiene por objeto estimular la reflexión o es sólo un pretexto para estar juntos? Siento cierto malestar al respecto.

P.: Preguntas y respuestas son un pretexto, pero una pregunta que surge espontáneamente se coloca en un nivel diferente. Las preguntas que proceden de la memoria no son más que huidas, como todo pensamiento intencionado. La pregunta que surge espontáneamente, en el momento mismo, dimana de su propia respuesta.

Evidentemente, no podemos contestar a la pregunta desde el nivel de su formulación, pues la respuesta apunta siempre hacia la verdad y, por tanto, no se encuentra en el mismo plano que la pregunta. La verdad no se deja formular. Si pretendes comprender la respuesta por referencia a lo ya conocido, por comparación, te alejarás de la verdad. La respuesta lleva siempre a una incapacidad de formular, de comprender por medio del pensamiento. Esta imposibilidad de concretar la experiencia en el marco del pensamiento puede desencadenar en ti una emoción, una afectividad depresiva, nostálgica, susceptible de extenderse a toda la estructura corporal. Debes observar esta reacción.

P.: Mi malestar procede del hecho de sentir que podrían surgir múltiples preguntas, pero que quedarían insatisfechas.

R.: La respuesta se formula siempre de tal manera que la comprensión sea in formulable. Desde el momento en que comprendes que la verdad es in formulable, impensable, te ves conducido a la atención, a la escucha sin referencia.

P.: ¿Quiere decir que habría que gustar el misterio que hay detrás de la pregunta?

R.: Habría que gustar lo que está detrás de la pregunta y de la respuesta.

La pregunta surge siempre de la insatisfacción, del miedo y de la inseguridad, pero estos son también expresión de la tranquilidad; si así no fuera, sería imposible formular una pregunta. Tu pregunta se inscribe en la tranquilidad vacante y la respuesta dimana igualmente de esa tranquilidad. Naturalmente, toma formas, utiliza símbolos y referencias para hacerse comprender, pero apunta a lo informulable, a lo no-objetivo. Eso crea inmediatamente en ti una incapacidad para concretar mentalmente; el pensamiento queda, entonces, impotente y te deja en una perspectiva sin dinamismo. Esta incapacidad de formular deja en reposo todas las energías. El movimiento que habitualmente te empuja del interior al exterior termina y se produce la comprensión. Nadie comprende, nada es comprendido. La totalidad es la que se comprende a sí misma por sí misma.

Para que haya un soltar hay que llegar a la convicción de que lo que esencialmente somos es impensable, inaprensible. Si, por el contrario y como de costumbre, queremos comprender en el plano del pensamiento, subsiste la insatisfacción. Indudablemente, el pensamiento puede servir para indicar la perspectiva, pero la Realidad no se deja definir dentro de los límites del pensamiento.

P.: ¿La facultad de comprensión espontánea puede resolver los problemas de la vida cotidiana?

R.: Cuando se vive la tranquilidad, la vida cotidiana transcurre sin choques. No quiero decir que no haya más problemas, sino que pierden su agudeza, su carga afectiva y quedan, simplemente, como problemas a resolver. Pero si la vida se organiza en función de la entidad personal que crees ser, surgen los problemas, los conflictos y la afectividad. La afectividad encubre la necesidad de asegurarse, de encontrarse, de ser reconocido y amado. Es siempre un movimiento egocéntrico, centrípeto. En la vivencia de la tranquilidad, ya no hay afectividad, sino únicamente afecto<sup>1</sup>. Es entonces cuando los problemas encuentran su solución sin gasto inútil de energía.

---

<sup>1</sup> Se traducen por *afecto* y *afectividad* los términos franceses *affection* y *affektivité*. La diferencia entre ambos se amplía y precisa en diversas ocasiones a lo largo del texto.

P.: ¿Qué pensar de una persona que encuentra respuestas a sus problemas mientras duerme, en los sueños? ¿Podría esto significar una falta de concentración en el estado de vigilia?

R.: En el estado de vigilia los problemas son pospuestos con frecuencia; es una reacción de huida, de defensa. Estos problemas dejan residuos que algunas veces aparecen en el estado de sueño y ahí encuentran a menudo la respuesta.

El estado entre el sueño profundo y la vigilia se revela como sumamente creativo porque funcionamos entonces en otro nivel distinto: lo que en estado de vigilia se ve en un movimiento sucesivo, se percibe entonces en una perfecta simultaneidad. Esto aporta frecuentemente una mayor claridad.

P.: ¿El estado de escucha no implica un sujeto que escucha?

R.: En la escucha no hay elección. La discriminación permanece totalmente presente, pero no está en función de la persona, de sus preferencias, de su vida pasada, de sus limitaciones. Se puede incluso decir que la comprensión de una situación particular, la acción que de ella fluye y su realización, son obra de un discernimiento apropiado, impersonal. En la escucha sin referencia permanecemos totalmente libres en relación a lo escuchado. No entra en juego la afectividad; se efectúa un verdadero distanciamiento.

Una escucha así permite un auténtico encuentro que no pone en juego un “yo” y un “tú”. Una misma corriente une a todos los seres en su esencia común. Esta corriente se establece sin verbalización e instaura entre los seres una relación armoniosa.

## AIX-EN-PROVENCE

*En estos encuentros, habría que admitir la posibilidad de un estado sin propósito. Al hacerlo, se produce un soltar y no se elaboran más proyectos de cara a la obtención de determinados resultados. Sin embargo, tampoco se trata de fijarse el objetivo de alcanzar un estado sin propósito.*

*El dinamismo que hace proyectar un objetivo es el mismo que ha de admitir la posibilidad de un estado sin propósito, con la diferencia de que en el primer caso os apegaís a la imagen que proyectáis, mientras que en el segundo os confiáis a la apertura, a la lucidez, a la presencia.*

*En esta apertura sin dinamismo, vuestra naturaleza original se despliega sin impedimentos. La intención de encontrarse como persona o de querer encontrar a otra persona se anula en una comunión real.*

P.: ¿Podría comentar lo que nos dijo un día: “toda pregunta debe tender a disolverse en la lucidez silenciosa”?

R.: Para comprender las cosas de este mundo y para comprenderte a ti mismo, es necesario colocarse en una perspectiva de observación vacante, lo que permite que las cosas se expresen íntegramente en ti. Aparecen en tu observación y mueren en ella. En última instancia, puede decirse que los fenómenos sólo existen para señalar hacia tu vacuidad y allí consumirse. La comprensión tiene lugar directamente, sin la presencia de ningún intermediario, de ningún dispositivo psíquico que compare, juzgue o evalúe. Antes que nada, habría, pues, que aceptar esta posibilidad de estar sin objetivo, de vivir una presencia lúcida sin referencia al pasado ni proyección de un futuro, pues en el fondo, el futuro es el pasado.

P.: Entre la pregunta que se le formula y su respuesta, se establece un período de silencio. ¿Este silencio, forma parte de su respuesta?

R.: La respuesta surge del silencio. No es premeditada, no viene del pasado, de la memoria. La persona que hace una pregunta, debería estar totalmente abierta a la respuesta. La respuesta apunta hacia el silencio.

P.: ¿Es este silencio una inteligencia sin nombre?

R.: La inteligencia surge del silencio. Entonces es creativa, no repetitiva ni condicionada. Todos tenemos la experiencia de una situación así, pero muy a menudo el yo se la apropia de inmediato. La acción también fluye de este silencio.

P.: ¿Cómo puede uno, con el pensamiento, hacer referencia a su naturaleza axial?

R.: Hay que distinguir el pensamiento intencionado del pensamiento espontáneo. El pensamiento intencionado, vuelto hacia el objeto, no hace referencia a su origen, el silencio. Puede dar lugar a monstruosidades, como tenemos ocasión de constatar en las malas aplicaciones tecnológicas de las que la actualidad nos ofrece numerosos ejemplos. El pensamiento espontáneo fluye directamente de la apertura, de la vacuidad. En este estado sin proyección, el pensamiento sigue en el eje de nuestra naturaleza.

P.: ¿Puede, el simple hecho de admitir que no hay un objetivo, conducirnos a la lucidez consciente? En caso contrario, ¿qué proceso puede llevarnos ahí?

R.: Es ese el único punto de partida posible. Al asumir esa posibilidad, te abres a la ausencia de objetivos, lo cual inmediatamente debilita el mecanismo de proyección de un resultado y genera espontáneamente la aceptación. La ausencia de proyección produce un soltar. Esta apertura no puede ser formulada. Es la realidad última. La realidad sobrepasa toda formulación. Expresiones como “espera sin espera”, “presencia a la presencia” o imágenes como “océano de felicidad eterna”, no son más que aproximaciones. Esa realidad tiene su propio sabor, su vida autónoma. Los conceptos de “totalidad”, “infinitud”, “beatitud”, se refieren a ella pero no la agotan. No tiene centro ni circunferencia.

P.: Entonces, ¿no es un estado?

R.: No es un estado. En un estado, se entra en él y se sale de él. En la vacuidad no se entra ni se sale, puesto que no tiene límites.

P.: ¿Es esto la comunión?

R.: Sí; en la medida en que esta realidad no tiene centro ni periferia, tu vida cotidiana se desarrolla en el interior de la tranquilidad. Todo aquello con lo que te enfrentas, encuentra en ella su solución. Se expresa bajo diferentes formas, pero permanece idéntica a sí misma. La solución de los problemas no depende de los acontecimientos o de los factores que tomas en cuenta, sino de la actitud de aceptación que te instala inmediatamente en la tranquilidad. La transformación tiene lugar en la aceptación.

Las cosas no están fuera de ti, sino dentro. Mientras consideres el mundo y los objetos como exteriores a ti, no hay posibilidad de transformación profunda, de transmutación.

En una aceptación vivida lúcidamente, no hay sujeción a la memoria. La memoria psicológica y afectiva, construida por el yo para asegurarse, es desplazada y te descubres plenamente abierto a la aparición de un mundo inconmensurablemente, múltiple.

La tranquilidad no se sitúa en un plano mental. Es impensable, es unidad absoluta vivida en ausencia de imágenes.

P.: Ha hablado usted de un estado sin propósito. ¿Puede hacerse la educación de los niños sin objetivo y, de ser así, cómo?

R.: El niño conoce el estado sin propósito de forma natural. El juego es su expresión más corriente. Cuando el niño juega, vive en el instante. Si los padres no se encierran en el papel que creen tener que cumplir, el niño se desarrolla libremente. La situación de padre o de madre puede asumirse de una manera satisfactoria siempre que no se pretenda conformarse a un modelo. Nunca hay que identificarse a nada, sea lo que fuere. Hay que liberarse de esquemas. El amor entre los padres y los hijos no depende de un modelo preestablecido. El estado sin propósito propicia que entre padre e hijos se establezcan unas relaciones mutuamente satisfactorias. Cuando uno se encuentra establecido en su verdadero ser, hace frente a las responsabilidades que le incumben sin ningún esfuerzo superfluo.

P.: ¿Cómo se puede vivir la certeza del ser el Ser?

R.: Cuando el vivir sin deseo aporta la plenitud.

P.: Es decir ¿el silencio?

R.: Sí.



P.: ¿Cómo se hace el aprendizaje del silencio?

R.: No puedes hacer ese aprendizaje, puesto que eres silencio. Límitate a reparar en que huyes continuamente de él. Cuando llegas a ser consciente de esa huida, se realiza una transformación y el esquema de querer hacer se debilita. Si quieres crear el silencio de la misma forma que se realiza un proyecto cualquiera, el resultado será un estado artificial. Esta intención te desplaza desde el centro hacia una periferia ilusoria.

P.: Hace veinticinco años que me dedico a constatar que no estoy siempre silencioso...

R.: Constata en vivo que estás huyendo y que esta huida emana siempre de una carencia que existe en tu interior; así te encontrarás al exterior del proceso.

P.: ¿Qué es más importante, estar silencioso o no estar implicado en las dificultades cerebrales?

R.: Realizar nuestra naturaleza verdadera se efectúa, por razones pedagógicas, mediante el rodeo de la percepción. Se trata de dejar libre la percepción, de aceptarla, sin pretender hacerle sufrir modificaciones de forma artificial.

P.: ¿Se refiere a las percepciones sensoriales?

R.: A todas las percepciones. No reaccionar, no tener deseos de experimentar, sino observar tus mecanismos psíquicos, afectivos y fisiológicos, sin juzgarte, criticarte ni culpabilizarte. Constatar, simplemente.

P.: La apertura está frenada considerablemente por este continuo parloteo interior que sólo en escasos momentos se detiene.

R.: Sí, pero en el momento en que lo constatas, se instala automáticamente un silencio. Conoces el motivo de este parloteo: en el fondo se trata siempre de asegurar la persona, de acomodarla a la existencia de un modo o de otro.

P.: En un texto muy antiguo se dice: “Deja volar tu pensamiento, sin retenerlo nunca”. ¿Sería deseable no dejar al *ego* que recupere el pensamiento?

R.: El *ego* también es un pensamiento. Cuando no piensas en él, ¿dónde está? Está siempre ligado a una situación, a una imagen; de otra forma, no podrías concretarlo.

P.: Se disuelve en el silencio, pero volvemos siempre a la dificultad de estar silencioso.

R.: No conviertas el silencio en dificultad. No hagas de él un objeto de observación. El silencio es la observación. En otros términos: el silencio equivale a una mente tranquila. La tranquilidad no es un objeto. Es tu ser.

P.: Constato, curiosamente, que algunos días la tranquilidad está ahí. Uno está silencioso, abierto, vigilante. Otros días, sin embargo, parece estar fuera de mi alcance...

R.: La agitación es una percepción. Obsérvala. Cuando la conviertes en objeto percibido, ya no eres cómplice de ella y su movimiento se extingue. No hay ya actos voluntarios que deban ser realizados, sino, simplemente, observar, constatar, dejar hacer.

P.: Trato de tenerlo en cuenta y cuando tengo un rato libre salgo a dar un paseo por la naturaleza. Efectivamente, se producen algunos momentos de silencio y, después, vuelve la agitación.

R.: Se trata también de una huida; lo mismo que, en cierta manera, “tomar un vaso de vino para olvidar”.

P.: También me ocurre eso...

R.: Cuando notes que nace la perturbación, contéplala sin intentar frenarla. El hecho de contemplarla conduce al apaciguamiento; no se pone ya el acento en el torbellino, sino en la situación de observación. No le proporcionas más alimento y las asociaciones de ideas se detienen. A partir de ese momento, ya no hay nadie que piense. Contempla, por ejemplo, la sensación de tu cuerpo, sin formulación. Déjala vivir y desplegarse en sus matices de calor, frío, contracción y agitación. Te darás cuenta de que siempre quieres intervenir, dominar y elegir.

Cultiva la contemplación; te despegarás de la agitación y te descubrirás instalado en una ausencia de intención, en una quietud lúcida.

P.: ¿Se puede contemplar un dolor físico?

R.: Sí, pero evitando nombrarlo. Deja libre la sensación y tu interpretación cambiará: no habrá más dolor, sino sensación pura. Negarse a aceptar la sensación dolorosa y calificarla como tal, aumenta el dolor.

Contemplar la percepción sin darle nombre permite una redistribución de la energía porque el que contempla representa la salud absoluta; es la salud absoluta y siempre lo será. En él es donde vive la percepción, en él es donde se efectúa la curación. La aportación del médico consiste en ayudar a la naturaleza, pero la salud está en el fundamento de tu ser.

P.: ¿No se da el mismo proceso en la meditación?

R.: La aceptación, la contemplación, es la meditación. No meditamos sobre un tema o un objeto, somos meditación. Dejar la percepción libre en el seno de tu meditación permite su reabsorción. La energía anteriormente utilizada en mantener la percepción se reintegra entonces en la unidad. Te vas a descubrir en esta contemplación sin objeto. Más tarde, este silencio tranquilo estará permanentemente presente.

P.: Usted habla muy a menudo de espontaneidad, de no-esfuerzo, de observación no-reactiva, ¿cómo debe entenderse eso?

R.: En primer lugar, debes admitir la idea de que el no-esfuerzo es tu estado original, tu estado natural. Al vivir con esta idea, te encontrarás abierto a una dimensión nueva: la antigua costumbre de “querer hacer” se debilitará y, poco a poco, un soltar se irá manifestando en ti. Las pulsiones intencionadas y excéntricas se reabsorberán en una escucha no orientada y receptiva. La afectividad ligada al devenir se consumirá y dejará lugar a una sensación de vacuidad, de espacio, de donde fluirá una nueva e incondicionada energía: la inteligencia.

P.: Pero mi educación me ha condicionado a buscar sin cesar algún objetivo, a juzgar, a comparar.

R.: Sí, eso es un hecho. Familiarízate con esta actitud de no-esfuerzo carente de motivación. El proceso de tu observación aparece como algo complejo: me escuchas, te escuchas a ti mismo, sientes tu reacción a lo que se dice aquí y eres consciente de ella. En ausencia de motivación, tu percepción será directa, ya no querrás dirigirla ni controlarla más. El acto de escuchar estará totalmente libre de todo dinamismo reactivo; el

objeto de tu mirada contemplativa, al no referirse ya a un sujeto localizado, a la memoria, al pasado, te devolverá a tu naturaleza intemporal.

P.: ¿Cuál es la naturaleza del pensamiento?

R.: El silencio. El pensamiento utiliza símbolos y la palabra es una energía, un sonido que emana del silencio.

P.: ¿Es, entonces, un alejamiento, una expresión en el tiempo?

R.: Es el tiempo.

P.: ¿Es una defensa?

R.: Es memoria, es condicionamiento.

P.: ¿Qué papel juega en las relaciones humanas?

R.: El lenguaje nos permite encontrarnos y conducirnos a un plano donde hay comunión, donde no hay ya sitio para el “yo” y el “tú”.

P.: En este caso, el pensamiento pierde su carácter mundano para apuntar hacia nuestra naturaleza universal. ¿Es el único elemento que permite el encuentro?

R.: El encuentro verbal es fragmentario. En un momento dado, debe consumirse para dejar lugar a una vivencia más profunda, a esa dimensión que nos permite comunicar con las estrellas, con los bosques, con todos los seres vivos.

P.: ¿Quiere decir que, en esa situación, el pensamiento intencionado, está totalmente en reposo y que sólo tiene libre curso el pensamiento espontáneo?

R.: En la situación de escucha, no hay nadie. La persona es la que ha creado la memoria para asegurarse y mantenerse. La memoria pierde su carácter efectivo y deja sitio a una nueva energía que es completamente espontánea.

P.: En este caso, ¿qué sucede con el pensamiento intencionado que sigue siendo indispensable para responder a las necesidades de la vida cotidiana?

R.: Queda como una función y se integra en el pensamiento espontáneo.

P.: Las relaciones con mi entorno, con los demás, me dejan siempre la sensación de una enorme insuficiencia. ¿Podría darme las razones de este sentimiento tan negativo?

R.: Los seres, el mundo, aparecen según el punto de vista en que tú te sitúas. No son otra cosa que tus percepciones sensoriales y tus pensamientos. Si los reencuentras en un estado de apertura, sin presuponer nada, estarás libre respecto a ellos y ellos se sentirán libres respecto a ti; el afecto surge entonces espontáneamente. Desde el punto de vista de la realidad, son conciencia divina, conocimiento, amor.

P.: ¿Cuál es la naturaleza del agente regulador que entra en juego cuando se ha consumido el pensamiento?

R.: Lo que se manifiesta es siempre el pensamiento, tanto en el consciente como en el subconsciente. Lo que esencialmente somos, no se deja pensar. Podemos adoptar nuevas fórmulas de vida, nuevas ideas, pero todo ello permanece en un plano cerebral y, en consecuencia, superficial. El pensamiento permite rechazar y organizar, pero nos encierra en una estructura psicológica con un centro que es el yo, el *ego*; este *ego* nunca puede originar un cambio auténtico. Mientras haya pensamiento intencionado, irás en una dirección con exclusión de otra. El soltar abre la vía a lo universal y eso es lo único que puede generar una transformación auténtica. La vida es esta totalidad. No se la puede dividir, fraccionar, restringir. La experiencia objetiva es un nuevo condicionamiento, una nueva intoxicación. El agente de la auténtica transformación es la conciencia. Es una vivencia instantánea, abrupta, no cualificada.

P.: ¿No se puede, pues, hablar de progresión?

R.: Toda progresión se realiza en el tiempo; “mañana” no es más que un modo de pensar; sólo existe el ahora, lugar de cualquier descubrimiento. El descubrimiento de uno mismo siempre empieza por el descubrimiento de lo conocido, el descubrimiento de lo que no tiene forma por el de la forma. Libre de todo esquema, de toda repetición, es certidumbre fulgurante. Todas las virtualidades se actualizan en el encuentro con la inmensidad.

P.: Si lo he entendido bien, no hay nadie que se encuentra; sólo se da el encuentro...

R.: El auténtico encuentro es el de la corriente impersonal, que es el fondo común de todos los seres: la vida.

P.: ¿Qué es el psiquismo?

R.: El cerebro tiene el hábito de funcionar con ideas, es decir, imágenes y palabras que forman el contenido de nuestro psiquismo. Es un órgano muy sutil, condicionado para actuar de una forma determinada.

P.: ¿Condicionado cómo y por qué?

R.: Padres, educación, lenguaje, sociedad y experiencia forman un todo.

P.: ¿Cómo puedo liberarme de las limitaciones que me encierran en la esfera psíquica?

R.: Aceptando totalmente lo que constatas. El que quiere dirigir forma parte del condicionamiento; toda intervención es un acto de violencia. Cuando la mente se conmueve, pone en movimiento su arsenal habitual: pensamiento, sentimiento, volición y afectividad. El cerebro ha sido entrenado con vistas a un cierto comportamiento y de ello fluyen determinadas reacciones automáticas. Es un movimiento horizontal; todo concepto aparentemente nuevo no es más que un reajuste y una extensión de los datos almacenados en nuestra memoria. Tú ya eres la plenitud, ¿de qué quieres liberarte? ¿para obtener qué? No luches más y el velo que te oculta la verdad se rasgará.

P.: ¿Existe una vivencia más allá de la experiencia sensible?

R.: Viviendo continuamente abiertos a la comprensión de un sí mismo autónomo, no objetivable, maduramos; el que busca presente que él es lo buscado. Todo objetivo proyectado es una espera, por consiguiente, una tensión. En este caso, la mente está preocupada por un resultado. Cuando aparece un objetivo, si éste es contemplado desde la perspectiva del *ego*, la memoria se afana en analizar el presente con vistas a mantener viva la ficción de un yo separado. Cuando el que busca presente que él es lo encontrado, el pasado no tiene ya ningún papel que desempeñar y su dinamismo muere en una escucha intemporal, dimensión a la que no están habituados la mayor parte de los hombres. No hay ya orientación, puesto que no hay ya motivación. Es una inmensidad lumi-

nosa, no contaminada por la agitación mental; una claridad en la cual toda percepción aparece y desaparece. Esta verdad se vive tanto en presencia de los objetos como en ausencia de ellos.

*La llamada a la meditación viene del sueño profundo; es la experiencia de la tranquilidad. Esta tranquilidad es el plano de fondo de todos nuestros pensamientos, emociones y sensaciones. Habría que integrar este plano de fondo, vivirlo conscientemente.*

*El objeto de vuestra atención debe ser especialmente el cuerpo, que, en general, está lleno de tensiones, resistencias y reacciones neuro-musculares. En la meditación debéis dar a todas estas tensiones la posibilidad de liberarse en todos los planos.*

*Nuestro cuerpo está construido por los cinco sentidos, pero es sobre todo sensación táctil. En la meditación no elegís el cuerpo como objeto, sino que más bien dejáis que el cuerpo os elija, dándole la oportunidad de que os cuente completamente su historia, su pasado; y ahí es cuando constatáis en vosotros la costumbre de querer dirigir las sensaciones, de querer ordenarlas y analizarlas.*

*Vuestro cuerpo es un esquema cerebral que continuamente repetís y fijáis. Para que este esquema se disuelva, vuestra atención debe estar libre de toda tensión, debe ser global, total. En un momento dado vais a encontraros en lo que está detrás de la atención, en la luz; inmediatamente después, la percepción del mundo objetivo se desvanecerá y entonces os estableceréis conscientemente en esta tranquilidad que no es una tranquilidad mental.*

*La naturaleza de la mente es función y, por tanto, movimiento: el pensamiento, la sensación y el sentimiento son sus elementos constituyentes. De vez en cuando, podemos estar sin pensamiento, sin sensación, pero nuestra naturaleza verdadera, la tranquilidad, trasciende la función.*

*Esta tranquilidad la encontráis primero espontáneamente cada vez que un pensamiento o una percepción se desvanecen; más tarde la viviréis incluso en presencia de pensamientos y percepciones. Permanecerá tanto en la ausencia como en la presencia de objetos. Encontraréis esta misma tranquilidad detrás del que sueña y detrás del que duerme.*

*Cada pensamiento aparece y desaparece en ella. Cada vez que un pensamiento desaparece, nace la ocasión de lo sagrado. La única finalidad del objeto es apuntar hacia lo sagrado.*

*Volviendo al cuerpo: debéis darle la posibilidad de vaciarse totalmente de las sensaciones de atracción y repulsión y podréis hacer entonces constataciones de gran interés. No debéis visualizar el cuerpo, pues en tal caso no visualizaríais más que su es-*

*queleto material; por el contrario, debéis dejar vivir sólo la sensación y entonces se liberarán las energías.*

*Cuando estas energías y tensiones estén completamente eliminadas, encontraréis una posición corporal totalmente relajada. Para esto debéis observar todas vuestras resistencias, todas vuestras reacciones, pues continuamente estáis ejerciendo resistencia. En esta observación reside la transformación.*

P.: ¿En la meditación, se trata de concentrarse en el cuerpo y frenar nuestras imágenes, o tenemos, más bien, que dejarlas marchar?

R.: El cuerpo aparece como una imagen en tu tranquilidad, pues es ésta lo único que existe. Si dejas vivir la imagen visual, no tendrás más que una parte del esquema corporal. Abandona la imagen y deja vivir la sensación que es, igualmente, una imagen fijada en el dinamismo de tu cerebro. La imagen visual y la imagen táctil son fijaciones.

Has adquirido la costumbre de encontrarte, de sentirte, en un cuerpo. Si tu atención está libre de toda intención, de todo resultado proyectado, y si dejas vivir totalmente la sensación corporal, no hay más complicidad con la imagen cerebral y en esta lucidez no habitada, en esta atención, el cuerpo, es decir, la imagen, puede liberarse y encontrar otras dimensiones, otras perspectivas.

Así, el cuerpo se vacía totalmente y, cuando quieres encontrarlo, ya no hay cuerpo, está completamente vacante. El cuerpo aquí no es más que un pretexto. No es de él de lo que hablamos, sino de la atención, de la tranquilidad que esencialmente somos. La tranquilidad es un *continuum*. Todo objeto aparece de una forma discontinua. El mundo aparece en nuestra imagen corporal, en nosotros. No existe nada fuera de nosotros.

P.: ¿Cómo es posible llegar a la convicción de que no hay nada que buscar y nada que encontrar, teniendo en cuenta que siempre hay en nosotros algo que espera encontrar? ¿Es esto un impedimento para una comprensión real?

R.: ¿Qué es lo que te ha llevado a buscar? Ciertamente es una incomodidad, una carencia en ti. Entonces excavas en el arsenal de tu pasado para encontrar tal situación o tal objeto con el fin de colmar esa carencia. Tu memoria te recuerda una experiencia pasada que te ha dejado en un estado de satisfacción y buscar, por todos los medios, repetir esa experiencia. Una vez alcanzados el objeto o la situación deseados, es incontestable que te encuentras, durante algunos momentos, en un estado de alegría, de no-deseo; pero muy pronto este mismo objeto te deja completamente indiferente.



En esta experiencia puedes hacer dos constataciones: en primer lugar, cuando estabas en la euforia, en ese estado sin elección, sin deseo, el objeto, supuesta causa de tal estado, no estaba presente. En segundo lugar, puedes constatar también que ni la imagen ni la noción que tienes de ti eran percibidas en dicha experiencia. Estabas íntegramente en un estado no-dual. Esto prueba que lo que deseas profundamente no puede ser alcanzado de un modo objetivo.

Tienes que hacer estas constataciones y vas a darte cuenta de que el que busca no puede buscar y encontrar lo que ya conoce. Cuando uno se da cuenta de ello, se produce una detención. Todo despliegue de energía hacia un objetivo o resultado cesa totalmente y el que busca pierde entonces su cualidad, pues ya no proyecta ningún objetivo. Se despierta en lo encontrado, es él lo encontrado, la tranquilidad o, en otros términos, el “yo soy”.

No es con el razonamiento, sino permaneciendo íntegramente en la constatación, como se realizan en nosotros la conclusión y la comprensión. No puedes hacer nada más que constatar. Se trata de una comprensión total, instantánea, que abarca toda tu estructura.

P.: ¿Cómo permanecer conscientemente en esta experiencia no temporal y, a pesar de todo, hacer frente a las exigencias cotidianas, manteniéndose en la meditación permanente como plano de fondo?

R.: En la meditación vas a darte cuenta de que eres atraído siempre por el encanto de los objetos y de que estás acostumbrado a una elección que ha creado en ti moldes que se repiten constantemente: fijas el objeto, lo agarras y te aferras a él. Cuando asumes esto, se produce un soltar. Sientes la atención sin tensión, que es vacuidad intemporal e inespacial. Entonces es cuando verdaderamente vives. La percepción vive en ti, pero tú no vives en la percepción y en un momento dado te encontrarás detrás de la atención, pero, naturalmente, de una manera no objetiva.

Esta atención no es mental; vas a observar esta tranquilidad en ausencia de los objetos y, más tarde, en presencia de ellos. La acción se desarrolla sin que la tranquilidad sea de ninguna forma afectada por el movimiento.

Te darás cuenta, en el transcurso del día, de que estás en el “yo soy” y de que luego vuelves de nuevo a asumir la posición de la persona. Colócate entonces conscientemente en el “yo soy” y podrás observar que se realiza una orquestación, una regeneración, una armonización.

En la posición del “yo soy”, en la tranquilidad, no hay miedo ni ansiedad. Las cosas se desarrollan según su naturaleza. En la tranquilidad hay perfección. Desde este punto de vista, tú eres lo divino y lo divino no tiene necesidad de perfeccionamiento.

Esta comprensión te deja, en un momento dado, en la vacuidad total, que no es el vacío, sino, al contrario, la plenitud.

P.: Uno se deja guiar, pero ¿quién guía y cómo sabe que es guiado?

R.: Déjate guiar, pero no busques al que guía. Repara solamente en que no te dejas guiar y en que continuamente te opones a la corriente con tus ideas preconcebidas. Desde el momento en que despiertas totalmente a ti mismo en esta tranquilidad, no hay ya complicidad con tus esquemas habituales. El esquema de ser una persona es el que te retiene en la memoria. En el “yo soy”, en la tranquilidad, la persona no existe. Allí, está abierto a la omniposibilidad. Lo importante es estar conscientemente en este “yo soy”. Todo lo demás no son, en el fondo, más que fuegos de artificio.

## ROYAUMONT

P.: Usted ha dicho que el Yoga nos hace conocer el cuerpo. ¿No es más importante el compromiso que la forma de yoga que se practique?

R.: Para conocer el sujeto último hay que pasar por el objeto. El objeto surge del sujeto último y también muere en él. El conocimiento pasa primero por el conocimiento de lo que se percibe, es decir, de lo que somos: nuestro cuerpo, nuestros pensamientos, nuestras emociones. Lo que somos profundamente se revelará a continuación. Lo que en un principio hemos considerado como lo que no somos se revela finalmente como la expresión de lo que somos. Este es el camino del yoga.

Pedagógicamente, nos consideramos primero como un objeto de contemplación. Lo que en general se llama un sujeto no es más que un objeto percibido, un objeto que conocemos bien, con sus deseos, sus temores, etc. Se pueden utilizar diferentes formas de yoga según los individuos, pero todas estas formas llevan al conocimiento de sí mismo.

P.: ¿Es preferible elegir una sola vía, un sólo maestro en el yoga?

R.: Es preferible; pero puedes comenzar con un buen profesor, aunque, más adelante, pueda resultar insuficiente; es lo que se llama un *upaguru*.

P.: ¿Qué piensa usted de los maestros, los gurús y de la relación con los discípulos?

R.: Para el maestro no hay discípulo.

P.: ¿Cómo explica el que haya maestros? ¿Cuál es el fenómeno que nos empuja a crear maestros?

R.: Ser un maestro no es una profesión. Se es maestro a pesar de uno mismo. Si sientes la necesidad profunda de ser, encontrarás a alguien en tu camino que te mostrará la perspectiva justa. La búsqueda es, antes que nada, el deseo profundo de ser autónomo, de ser independiente del propio cuerpo, de sus emociones, pensamientos y sentimientos.

P.: Constato a lo largo de estos diálogos que hay momentos en los que estoy cerca de mí mismo, pero, en definitiva, a pesar de mi voluntad, no tengo el coraje de ser. ¿Por qué?

R.: Es ese coraje el que te impide ser. Escucha simplemente, sin referencias, sin querer encontrarte en lo que aquí se enuncia. Permanece a la escucha; entonces estarás totalmente receptivo y la conclusión surgirá en ti sin que haya nadie que concluya.

La comprensión se sitúa en otra dimensión diferente. “Lo menos” nunca puede comprender a “lo más”. Tu pregunta se sitúa al nivel del conflicto y en ese plano no admite solución. El conflicto se resolverá en la escucha sin referencia.

P.: Tengo la impresión de que nuestra falta de vigilancia y de determinación hace difícil esa escucha...

R.: Por lo general, uno se encuentra únicamente en lo percibido. Hay que contemplar la percepción, dejarla vivir en uno mismo. Es un soltar. Todo movimiento intencionado nos aleja. No hay que rechazar *a priori* la posibilidad de un estado de ser sin objeto, de una conciencia sin objeto, para estar abierto a la comprensión de que estamos hablando.

P.: ¿Quién es capaz de aceptar de forma auténtica y profunda?

R.: El científico está obligado a aceptar los descubrimientos que se le presentan. Debe estar completamente receptivo, sin proyección, dado que se encuentra ante lo desconocido. Aquí es lo mismo; tenéis que aceptar la posibilidad de una conciencia sin objeto, pero tenéis derecho a preguntar cuál es el camino para llegar a esa vivencia.

P.: ¿El camino es la escucha?

R.: Exactamente. Y debemos darnos cuenta de que no escuchamos.

P.: Entonces, es todo lo contrario al sueño...

R.: Si estás persuadido de que la conciencia no existe sin objeto, te cierras a toda experiencia. Hay que dejar de lado el sistema de Freud, de Jung y toda la psicología moderna. Ver algo con absoluta claridad conlleva una transformación. No puede haber transformación si se hace intervenir la voluntad.

P.: Cuando dice “conciencia sin objeto”, ¿se trata de una conciencia privada de todo pensamiento o quiere decir que la conciencia ya no se identifica más con el pensamiento, sino que lo observa?

R.: No puedes estar ni un sólo momento sin conciencia. La conciencia y su objeto son uno. Cuando el objeto se reabsorbe de nuevo en su origen, es decir, en la conciencia, sólo ésta permanece. Es lo que sucede entre dos pensamientos, entre dos percepciones o en el estado de sueño profundo.

La psicología moderna no reconoce una conciencia sin objeto. Pretende incluso que lo que se llama sueño profundo —que no dura más de una hora u hora y media— es todavía una relación sujeto-objeto.

No se trata de adoptar una doctrina que mantenga la existencia de una conciencia sin objeto, sino de aceptar la posibilidad de dicha experiencia.

P.: ¿Existen estados de conciencia en los que el pensamiento está parado?

R.: Naturalmente. No podemos nunca pensar la totalidad, pero podemos ser la totalidad. La totalidad es una percepción original.

P.: En el sueño profundo no hay pensamiento. ¿Es ésta la experiencia de la que habla?

R.: Sí; no hay pensamiento. El pensamiento siempre es fraccionario, está siempre en el tiempo. No podemos tener más de un pensamiento al mismo tiempo. Pero la sucesión de los pensamientos es muy rápida y eso da la impresión de simultaneidad.

No quiero decir que no haya nunca simultaneidad, pero está se produce en otra dimensión, algunas veces en los sueños, en el sueño profundo o entre el sueño profundo y el estado de vigilia. Todas las creaciones surgen del primer golpe de la simultaneidad.

P.: ¿Qué es lo que nos empuja a actuar a pesar nuestro, a ser el autor de los actos, de las palabras que nos resultan como extrañas y que incluso algunas veces lamentamos?

R.: ¿Quieres decir que actúas, que hablas, sin que haya habido una elaboración de tus actos y de tus palabras?

P.: Sí, eso es. Se tiene la impresión de que lo que se hace, lo que se dice, surge del exterior.

R.: ¿Cómo si fueras un canal?

P.: Sí.

R.: Hay que estar a la escucha, sin elegir, sin discriminar, sin discernir. En una escucha así no hay movimiento mental. No hay ni interior ni exterior, no nos localizamos en ninguna parte. La creatividad surge incondicionada. Estamos abiertos a la posibilidad infinita. Lo que surge de esta posibilidad infinita lo toma el yo y lo pone en duda; ahí comienza la tragedia que consiste en dudar de su propio conocimiento y de su convicción.

P.: Si existe un estado de conciencia sin pensamiento, existe un sujeto sin objeto. Para mí, es el vacío absoluto. ¿Existe ese estado?

R.: Existe.

P.: ¿Y puede vivirse?

R.: Sin duda. La conciencia está ahí siempre y no es afectada por la ausencia o la presencia de pensamiento.

P.: Respecto a los estados apagados o depresivos, usted ha dicho que era necesario objetivarlos partiendo del cuerpo. ¿Cómo?

R.: Cuando piensas, por ejemplo, en tu pie, se trata de un esquema que estás proyectando. No hablo del esquema funcional, que siempre está ahí, sino del esquema condicionado, como ocurre con todas las zonas del cuerpo. Prueba a dar a tu pie la oportunidad de ser pie, sin proyectar el esquema “pie”. Es posible hacerlo.

Tu estado depresivo es una percepción en la que lo mental y lo físico son una sola cosa. Debes dar a esta percepción la oportunidad de ser totalmente percibida sin intervención del menor dinamismo voluntario destinado a dirigirla, a encauzarla, a huir de ella. La percepción, al no ser ya alimentada, va a comenzar a moverse. Debes llevar a cabo esta experiencia. El estado depresivo aparece en la atención, pero tú siempre te sitúas en un sujeto atento que no es la atención.

Deja que la percepción aflore totalmente. Entonces deberías situarte de manera pasiva, algo así como un receptor cuyo emisor sería la percepción.

P.: Vivimos con esquemas que nos ocultan la realidad. ¿Cree usted que el niño que acaba de nacer está ya agobiado por esquemas?

R.: El niño tiene esquemas funcionales desde su nacimiento, pero los esquemas condicionados no se forman hasta el tercer o el cuarto año. Proceden de la educación, de la imitación. Más tarde, cuando el niño dice “yo”, este “yo” es ya una persona. El entorno, la sociedad, crean la persona. Cada elemento de esta sociedad es diferente de los otros sin estar separado de ellos, pero creemos ser entidades separadas.

En esta sociedad conocemos solamente las relaciones de personalidad a personalidad. Estas relaciones originan continuamente un movimiento hacia el centro de cada uno, pues tenemos siempre necesidad de afirmar la imagen que nos hemos hecho de nosotros mismos. Cuando reconocemos la identificación con dicha imagen y la abandonamos, nos colocamos en un plano de lucidez consciente que podemos llamar amor. En esta actitud no hay ni interior ni exterior. Ahí, la verdadera personalidad se crea a cada momento. Una vez utilizada en determinadas circunstancias, desaparece. Estamos siempre vacantes, sin fijación. La lucidez atenta, la escucha, está fuera del espacio y fuera del tiempo.

P.: ¿No conduce el desapego a la indiferencia?

R.: Cuando uno se sitúa en el plano impersonal, deja de vivir en el nivel psíquico, pues el psiquismo está referido al yo. Estamos apegados a ciertos esquemas, a ciertas ideas, y sólo cuando estos esquemas nos abandonen podremos estar realmente con lo que nos rodea. No puedes desprenderte voluntariamente de ellos, pues la voluntariedad implica todavía la búsqueda de un resultado. Las cosas se desprenden de ti y quedan en una perspectiva diferente; a medida que vas presintiendo tu naturaleza axial, vas viviendo en otros planos. Cuando eres esa mirada contemplativa, todo lo que fluye de ti es don.

P.: Usted ha dicho que quien recuerda frecuentemente su naturaleza axial con el pensamiento, va por buen camino. Tales recuerdos, ¿son realmente obra del pensamiento? ¿No aparecen, más bien, gracias al silencio?

R.: Con el pensamiento dices: “yo soy el autor de mis actos”. También con el pensamiento puedes decir: “yo soy espectador de mis actos”. Estás atado a tus actos en el primer caso, pero estás abierto en el segundo. El pensamiento que era el vínculo de la

servidumbre se convierte en instrumento de liberación. El viento es el que ha puesto las nubes delante del sol, pero también el viento puede quitarlas.

P.: Tengo la impresión de que la forma que creemos ver nos enmascara lo que debe ser visto. Si se consiguiera ver al mismo tiempo el vacío y la forma, ¿sería eso la liberación?

R.: La forma y el nombre sólo sirven para revelar al conocedor de la forma y el nombre. La forma aparece y desaparece en tu silencio. Este silencio es comparable a una hoja blanca que no cambia jamás. Esto se manifiesta claramente en la pintura china. Las formas aparecen indicadas muy sabiamente, siempre en relación al blanco que sirve de fondo. Se reserva una parte considerable del cuadro a estas zonas blancas. Igualmente, en la poesía china o japonesa, no hay nunca calificación, se constata que las nubes se reflejan en el lago o que la brisa hace estremecerse a los bambúes. En un estado de constatación tal, te sitúas en lo universal. Quien lee el poema en esta actitud exenta de calificación, puede completar y enriquecer las imágenes, lo que le proporciona ocasión de vivir instantes de gran creatividad.

P.: ¿Cómo se puede diferenciar entre la constatación que es fruto de la memoria y el condicionamiento y la constatación pura?

R.: La constatación de la que hablamos es un estado receptivo en el que damos libre curso a lo que constatamos. De esta manera, lo constatado se reabsorbe espontáneamente en la constatación incondicionada que es pura creatividad.

P.: Cuando trato de practicar la relajación tumbado de espaldas y con los brazos a lo largo del cuerpo, no llego a descontraer la cabeza y la espalda. He recordado que a esta postura le llaman “la postura del cadáver”. ¿Consiste la relajación en estar muerto y aceptar la muerte? ¿Cómo aceptar lo inaceptable?

R.: Cuando te tumbas, lo haces con el propósito de relajarte. Estás animado por una intención. Proyectas lo que quieres relajar, es decir, los esquemas que tienes de tu cuerpo. Una relajación así es muy relativa; sólo puede realizarse en etapas, por partes. Si pasas revista a las zonas que no has podido sentir, constatarás un incremento de la relajación, pero, aún así, permanecerás todavía en el marco de lo condicionado. Te propongo que te tumbes, no con la intención de relajarte, sino simplemente de tumbarte. De la misma forma, cuando, en tanto que pintor, apelas al azul, al rojo, al blanco, o cuando



apelas a la forma, dejas que la forma y los colores vengan a ti. Estás a la escucha, no puedes proyectar el azul, el rojo, el blanco.

Deja a tu cuerpo que te informe de la misma manera, déjale que te cuente su historia y verás que no puedes referirte a las partes del cuerpo. En ese momento, tu cuerpo se presentará en su globalidad y será algo completamente distinto al cuerpo al que estás habituado. Al principio será necesario pasar cada vez por las capas condicionadas, pero, muy pronto, se reabsorberán en tu atención y sentirás un cuerpo completamente diferente, vacante, limpio.

En realidad, no es el problema del cuerpo lo que aquí nos interesa, sino la escucha, la actitud interior. Ella es la que permitirá a tu cuerpo presentarte ante ti y, tarde o temprano, el énfasis puesto en el cuerpo se desplazará espontáneamente hacia la observación, allí donde se encuentra la plenitud.

P.: ¿Qué diferencia establece usted entre el “dejar hacer” y el “dejarse llevar”?

R.: El “dejar hacer” es una posición a la vez activa y pasiva: pasiva, en la medida en que la persona no interviene; activa, pues la lucidez está plenamente despierta. En el “dejarse llevar” no hay lucidez, lo que supone abandono e indiferencia.

P.: ¿Se puede utilizar la violencia estando interiormente despegado de ella?

R.: La acción que emana de un estado de constatación es una acción espontánea, no una reacción. Una acción espontánea no es una reacción. Una acción espontánea es forzosamente no-violencia, pero exteriormente puede aparecer como tal. La violencia en el mundo es una reacción. Podemos constatar que somos constantemente violentos. Impo-nemos a nuestro cuerpo disciplinas, exigencias, que son auténticos actos de violencia. Si realmente queremos que cese la violencia, deberíamos empezar, antes de nada, por nosotros mismos.

P.: No comprendo muy bien la violencia que existe en el mundo animal. ¿Por qué algunos animales se devoran entre sí? ¿Podríamos reprochárselo? ¿Es eso lo que llaman “el juego de Dios”?

R.: En nuestra calidad de hombres, no podemos calcar nuestro comportamiento del de los animales. Tu incomprensión viene de tu punto de vista humano, fraccionado. En una visión global, lo que te parece imperfección aparecería como formando parte de la gran armonía.

P.: ¿Incluido también el dolor?

R.: Sí. Constatamos la violencia. Únicamente en esta constatación podemos comprender sus móviles y su entorno. De esta constatación mana la inteligencia, una inteligencia completamente capaz de integrar en lo universal las energías que se expresaban en forma de violencia. Pero querer suprimir la violencia por medio de la violencia no es, en ningún caso, una solución. Una sociedad sana no castiga, no condena. Ciertamente, se tiene el derecho de separar a los elementos violentos, pero se tiene también el deber de ponerlos en el camino justo.

P.: Es la primera vez que vengo aquí y he constatado en mí una confusión total a nivel de lenguaje. Las preguntas que se hacen me parecen muy intelectuales, es decir, de orden especulativo. Para mí, experimentar una “alegría sin objeto” o pretender no ser más que conciencia, denota una ilusión. Estas palabras me parecen vacías.

R.: ¿Cuál es tu pregunta?

P.: Todo este lenguaje me parece ilusorio.

R.: Las palabras son instrumentos. No hay que pararse en ellas. La sal no es salada, el azúcar no es dulce. La sal es salada en tu boca, pero, en sí misma, no es salada. Las palabras son signos convencionales y apuntan hacia una realidad. La palabra no es lo que designa. Para que tengas la sensación de lo salado, es necesario que tu atención se dirija hacia lo salado.

Cuando el gusto de lo salado desaparece, tu atención se dirige hacia un objeto distinto, pero no muere la sensación. Se puede atribuir a la sensación una discontinuidad, como, por otra parte, a cualquier otro objeto, pero la atención es continua. ¿Dónde estás tú antes de la sensación, antes del gusto de lo salado? ¿Dónde está la atención? En el sueño profundo y entre los estados de sueño, de vigilia y de sueño con sueños, ¿dónde está tu atención? Sin embargo, estás presente. Plántate profundamente la pregunta: “¿quién es el testigo de los objetos?” Esto no es ni un concepto, ni un efecto, ni una percepción, es una experiencia más densa y más cercana que el gusto de lo salado.

P.: ¿Se puede decir que entre la atención y los objetos hay una cierta distancia?

R.: Cuando eres consciente de los objetos sin identificarte con ellos, se crea un espacio entre la observación y los objetos, pero lo que aquí nos interesa es conocer al conocedor.

P.: Muchas personas no oirán jamás hablar de estos diálogos porque han nacido y viven en un medio que no es favorable a su difusión. ¿Piensa que sería posible darles una oportunidad? ¿Mi alegría no pasa también y primero por la alegría de los demás?

R.: Hagamos la pregunta de una forma distinta: ¿conoces los móviles que te han traído aquí? Supongo que eres una mujer demasiado seria como para haber venido por simple curiosidad.

P.: Yo estoy buscando. Una búsqueda de la felicidad, quizás. Si supiera por qué estoy ya no tendría necesidad de venir.

R.: Esto es ya una anticipación... pero los motivos profundos que te han traído hasta aquí son ciertamente una insuficiencia, una carencia en ti; de no ser así, no hubiera venido. ¿Has interrogado esta carencia? Es la misma que te empuja a ir al cine, a encontrar otro hombre, a comprarte un coche, a hacer un viaje, etc. Observa que vas de una compensación a otra. Has creído colmar tu insuficiencia, pero en el curso de tu vida has visto que, de esta manera, no podías hacerlo. Los objetos no te proporcionan la plenitud a la que aspiras.

Cuando captas que el mundo objetivo no puede llevar a la plenitud, tu búsqueda se suspende. En ese momento se produce un soltar y todo dinamismo de búsqueda se detiene. Hay atención a la atención. Cuando te encuentres totalmente en esta observación, conocerás la respuesta.

Interroga tus móviles, mira cómo piensas, comienza por conocer el ámbito que te es propio sin querer juzgar o concluir. Estáte únicamente lúcida, atenta y, un día, te encontrarás en la luz que está detrás de la atención.

P.: ¿Qué relación hay entre la voluntad y la gracia?

R.: Toda voluntad es intencionada y nace siempre de una estructura de miedo, de ansiedad, de deseo; la voluntad está animada por la memoria y nos encierra en un círculo vicioso donde no hay creatividad. Repetimos constantemente los mismos clichés, los mismos procesos. Pero hay otra voluntad más profunda que no procede de la persona y que está orientada hacia la plenitud de ser.

En un momento dado de nuestra vida nos damos cuenta de que no hay nada que buscar, nada que encontrar. Tras cada búsqueda en el mundo de los objetos, constatamos que nos encontramos de nuevo en el punto de partida. Entonces nos abandona completamente este dinamismo y el que busca se convierte en lo encontrado. Cuando se abandona completamente la búsqueda, la gracia se manifiesta, y esa voluntad profunda, ese querer-ser, entra en acción.

P.: Hace un momento se ha hablado de la ayuda que puede ofrecerse a los demás. ¿Al venir aquí, está usted animado por el deseo de ayudar?

R.: Antes de poder ayudar a los demás, tendría uno mismo que estar libre de la necesidad de ayuda. Si no es así, la pretensión de ayudar a los demás no es más que un asegurar la persona, que por otra parte no existe, y una huida de sí mismo.

P.: ¿Pero tiene usted ese deseo?

R.: No. Se puede ayudar cuando se está totalmente presente y las circunstancias son propicias para ello.

P.: ¿Cómo se puede llegar a constatar sin que eso se convierta en una tensión?

R.: No busques estar atento.

P.: En el momento que estoy más atento, vuelvo a estar cogido por los pensamientos.

R.: No estés atento a una sensación. Más bien diría: da preeminencia a la sensación. Vas a observar que, por hábito, siempre quieres dirigir, eliminar, mejorar. Si ves claramente que no dejas que la sensación se exprese, se producirá un soltar y tu percepción quedará completamente libre. Estarás, entonces, totalmente atento, sin tensión. Una atención dirigida hacia un objeto está siempre interesada en un resultado, orientada hacia algún punto.

En la atención no intencionada que yo te propongo, percibes simultáneamente dos polos: el objeto que no tiene la posibilidad de expresarse y el sujeto en estado de tensión. Estos dos polos se disolverán en tu atención y conocerás el silencio sin estar atento a un objeto, sino, más bien, a ti mismo.

P.: ¿No es necesaria una cierta intimidad interior para llegar a esta atención: Me siento paralizado en el caminar.

R.: Tu atención puede dirigirse únicamente hacia lo ya conocido, es decir, hacia el pasado. Cuando te des cuenta de que no das libre curso a tu sensación, todo falso condicionamiento se eliminará y aparecerá una sensación original que será propiamente la atención sin tensión.

La auténtica comprensión que se produce en nosotros es siempre el resultado de una investigación. Esta investigación debe ser conducida sin espíritu de comparación, de referencia, de competencia; consiste simplemente en tomar nota. Se desarrolla en la duración, y en este nivel no hay simultaneidad posible. Si no prejuizamos los elementos constatados, la conclusión se elaborará por sí misma en nosotros. Una falta de injerencia por nuestra parte, favorecerá la ordenación espontánea de los elementos constatados. El conjunto se nos presentará entonces en la simultaneidad. Una visión así, panorámica, sintética, abrupta, no puede tener lugar en el plano del discurso, que se desarrolla siempre en el tiempo, es decir, en un movimiento horizontal. La intuición, la visión simultánea surge en la verticalidad, fuera del tiempo. Así se realiza la comprensión. En el momento en que tiene lugar, nadie hay allí para decir “he comprendido”.

En nuestras reuniones, los elementos esbozados deben tomarse en consideración sin voluntad de concluir o de apropiarse un resultado verbal. Vive simplemente lo que se presenta a tu observación sin calificar ni fijar. No busques comprender haciendo referencia a tu pasado. La comprensión se efectúa por sí misma y su onda de choque se propaga a través de toda tu estructura física y psíquica.

P.: ¿Sería el ser prisionero de la personalidad buscando su liberación?

R.: La palabra “liberación” no tiene sentido: no hay nada que liberar pues no puedes liberarte de una persona que no existe. El término “liberación” no es más que un concepto y, en última instancia, un sin sentido. La comprensión consiste en despertarse a lo que desde siempre somos. Así pues, repito, la palabra “liberación” no tiene sentido.

Mientras creas ser una persona podrás perfeccionarla, alimentarla o incluso despojarla de todo pasado, pero la creencia siempre permanece. Querer analizar la persona, escudriñarla o diseccionarla es una pérdida de energía. Lo que somos es todo perfección. Liberado de la ilusión de ser persona sólo queda la perfección.

P.: Pero la persona está animada por algo; cada uno toma un camino hacia un objetivo...

R.: La cuestión es: teniendo en cuenta todos los cuidados dedicados a la persona, ¿has alcanzado el estado de dicha permanente? ¿No? ¿Entonces...?

P.: Yo deseo estar en paz, ser feliz...

R.: No puedo más que aprobarlo.

P.: ¿Desear estar en paz no es un nuevo condicionamiento?

R.: Desear la paz es ciertamente el deseo más sano que hay en ti, pero ¿cómo procedes para alcanzarlo?

P. Por medio de una mirada hacia mi mismo.

R.: ¿Cómo miras?

P.: Intentando no identificarme con los objetos percibidos.

R.: Cuando te haces consciente de tu ámbito corporal y mental, cuando dejas hablar a lo que a ti se presenta, sin intervenir, estás totalmente desapegado. Es el primer paso que puedes dar y este primer paso lleva forzosamente a la aceptación total de lo que deseas conocer. En esta actitud de aceptación se encuentra la paz.

P.: ¿Cómo responder a la pregunta “quién constata”?

R.: Eres constatación permanente. No busques constatar. No puedes objetivar al que constata. Constatar es una manera de ser sin motivación, es un estado de inocencia total, libre de la memoria. Lo que es constatado vive en ti. Tú eres, de hecho, lo que constatas. Constatar no sirve más que para revelar la constatación, para devolverte a ti mismo. Lo que es constatado, se apaga entonces en la constatación. Es un estado de ser en el que sólo existe la plenitud.

R.: No comprendo bien por qué interviene la persona...

P.: Toma conciencia de ese reflejo. Acéptalo, no te juzgues, no te culpabilices. Quieres comprender a toda costa en un plano mental, pero lo que esencialmente eres no se

deja pensar. El pensamiento está siempre en el pasado, no puedes pensar más que lo que ya conoces. El pensamiento surge en ti y muere en ti. Detecta eso.

P.: Usted ha dicho que toda búsqueda, toda intención, es un distanciamiento del eje. ¿Qué pasa con la intención de encontrarse a sí mismo?

R.: La intención es siempre un producto del yo. El yo no puede encontrarse, pero puede buscarse. Para encontrarse, debe desaparecer en tanto que yo. Toda intencionalidad procede del yo. El yo es fragmentación, desequilibrio. El es el que siente la carencia, la insatisfacción.

P.: ¿Nombrar es un proceso natural?

R.: El nombre no es lo nombrado. Entrégate totalmente a la percepción pura. Escucha, mira, toca, sin nombrar. Todas esas sensaciones viven en ti, eres esas sensaciones. Deja que las sensaciones se apaguen en ti, igual que los conceptos. Unas y otros apuntan a lo que esencialmente eres.

P.: En definitiva, ¿quién busca la paz? ¿Proviene la búsqueda de la llamada del ser o del *ego* que llega a desear su propia eliminación?

R.: Lo que desea la eliminación forma parte del *ego*. Límitate a mirar la naturaleza del *ego*: es una imagen que siempre vive en una situación dada. La conoces muy bien, con sus deseos, sus miedos, sus ansiedades, sus insuficiencias.

P.: Sí, pero ¿no puede el *ego* sentir nostalgia de la paz, precisamente porque está har- to de sufrir y de ser atormentado?

R.: Constata ese sufrimiento y llegarás al apaciguamiento en el plano físico y en el plano psíquico. Este apaciguamiento es absolutamente indispensable para que el presentimiento de la paz, de la realidad, sea posible. Vas a llegar a la convicción de que el presentimiento viene directamente de lo presentado. La facultad de adorar viene de lo adorado mismo y el dinamismo hacia él, también.

P.: Cómo llegar a una comprensión que no sea solamente conceptual, sino que esté también integrada en la vida?

R.: Constata que únicamente te encuentras a ti mismo en los pensamientos, en las emociones y en las percepciones. Sólo de esta manera te conoces; en tus tristezas, en tus necesidades, en tus ausencias, en tus dolores, en tus satisfacciones. En realidad, tú eres el conocedor de todo eso.

P.: ¿Quién es el conocedor, el ser?

R.: No lo nombres. Una cosa es segura: tú conoces eso. Todo eso existe cuando lo piensas, pero lo que hay entre dos pensamientos, entre dos percepciones, entre dos estados, o incluso en el estado de sueño profundo, es impensable. Es un estado de ser. Tú eres constatación. Sin perderte en lo que constatas, vive totalmente esta actitud.

P.: La existencia se sitúa entre el nacimiento y la muerte, pero el ser ¿no tiene principio ni fin?

R.: El nacimiento y la muerte se producen en el ser. La noción de un yo aparece en el ser. El pensamiento yo no puede concretarse más que en referencia a una situación: yo estoy triste, yo ando, etcétera.

El yo es el instrumento detrás del cual se esconde la realidad. Su razón de ser profunda es la de esconder la realidad. El yo nunca puede revelar la realidad, la realidad se revela a sí misma por sí misma. La existencia apunta hacia la realidad, pues la existencia no existe más que en la realidad y nosotros somos esa realidad. Mientras no la vivimos conscientemente, hay existencia.

Cuando aparece la comprensión, la existencia vive en ti, en tu realidad, y comprendes que la existencia nace y muere en ti. Lo que muere en ti no es distinto de ti. Entonces la palabra “existencia” no tiene ya valor. Todo es la realidad y el yo forma parte de ella.

P.: ¿Qué relación existe entre la respiración y la alegría?

R.: La respiración es una expresión de la alegría. No respire; más bien, déjate respirar; entonces experimentarás que la respiración no es más que alegría.

P.: Los estados de sueño con sueños y de sueño profundo ¿son un anticipo de la alegría?

R.: Toda actividad es alegría.



P.: Según ciertas tradiciones, la práctica de la observación es muy importante para alcanzar el despertar. En una observación sostenida, la distancia entre el que piensa y lo pensado desaparece y se establece un estado de paz. ¿Qué relación hay entre este estado y el despertar?

R.: En el proceso de la observación no hay en realidad ni observador ni cosa observada: sólo hay observación. Saberte en esta observación conscientemente es un estado de despertar en el que no hay grados.

P.: ¿Puede ese estado intensificarse o decrecer?

R.: No. Solamente puede hablarse de intensificación en lo que concierne al presentimiento. Pero en el momento en que se vive la realidad, no hay grados.

P.: ¿No es el despertar un estado permanente?

R.: En un estado de despertar, no te tomas por el que ha despertado, pues, incluso ese estado, quedaría reducido al nivel de objeto. No intentes calificarlo.

P.: Pero si al calificar el estado de despertar se observa dicha calificación, ¿se está de nuevo en el estado de despertar?

R.: Completamente.

P.: ¿Tiene alguna importancia en su enseñanza el ser supremo sin nombre y sin forma?

R.: ¿A qué te refieres con la palabra “importancia”?

P.: ¿La realidad engloba el pensamiento, el estado de vigilia, o está por encima?

R.: La percepción está en lo supremo, pero lo supremo no está en la percepción.

P.: ¿Está lo supremo por encima de nosotros y, al mismo tiempo, en cada uno de nosotros?

R.: En tanto que individuo, naturalmente; pero lo supremo no tiene fronteras. Desde el momento en que hay un soltar total, sin elección, es una vivencia. Entonces nuestro encuentro, aquí, ya no está motivado. Su única razón de ser es la alegría.

P.: ¿La incomodidad y el sufrimiento son necesariamente dolorosos o se trata de ideas recibidas?

R.: El sufrimiento de que hablas siempre está provocado por una situación en relación a otra situación, es decir, en relación al yo. Ves las cosas en referencia a una imagen de ti mismo. En estas condiciones es posible, efectivamente, calificar la situación. Pero si simplemente permanece como observación, la situación aparece entonces referida a la totalidad y no ya a la persona. Me gustaría que experimentaras esta actitud. La observación, la mirada, es. No es ni positiva ni negativa. Es lo positivo último, más allá de las oposiciones. Somos esta alegría. La tristeza no existe en realidad. Resulta de una visión fraccionaria: el yo prefiere la tristeza a la ausencia de yo.

P.: ¿No existen técnicas susceptibles de conducirnos a un estado más despierto, más libre?

R.: Debes cultivar la contemplación, debes contemplar tu cuerpo. Vas a darte cuenta de que contemplas la imagen que tienes de tu cuerpo. Déjate visitar, encantar, por tu cuerpo. En ese momento estás completamente receptivo, los esquemas habituales ya no tienen sitio y surge la percepción verdadera. Para encontrar lo que esencialmente eres, es necesario, en la práctica, pasar primero por la contemplación de un objeto. La contemplación no es concentración. El objeto percibido se deja completamente libre. Cuando muere en la contemplación, eres aprehendido por lo último. La contemplación se aprehende a sí misma por sí misma.

P.: ¿Por qué escapamos a lo que en el fondo somos?

R.: No preguntes por qué. Mira, constata, que huyes. Te encontrarás entonces en una espera sin huida, en una espera silenciosa.

P.: Aunque en esta espera la huida aparece como algo completamente inútil, eso no impide que el juego continúe...

R.: Lo que profundamente somos se encuentra detrás de toda percepción, detrás de la mente. Entrégate completamente a ese silencio.

P.: ¿Cómo superar el miedo a abandonarse al silencio?

R.: Mira ese miedo, esa emotividad: no es más que el miedo de perder la imagen que crees ser. En el silencio, la imagen, el yo, no tienen sitio. La imagen se piensa, aparece y desaparece, mientras que el silencio es permanente.

P.: ¿Hay que contemplar el yo sin *ego*?

R.: El yo es un objeto como cualquier otro. No puedes contemplar el auténtico yo. No hagas hincapié en el objeto de tu meditación, de tu contemplación, sino en la contemplación misma.

P.: ¿Qué relación hay entre el objeto y la identificación con la persona?

R.: Mientras hay identificación con la persona, hay objeto. En la meditación no hay ya objetos. Tales objetos, que eran erróneamente percibidos como diferentes de ti, aparecen entonces como extensiones de tu naturaleza esencial.

P.: ¿Es ésta una función?

R.: Tu naturaleza auténtica no es una percepción, no puedes más que vivirla; para percibirla sería necesario que existiera otro perceptor, en cuyo caso, no sería el perceptor último, no sería lo que tú profundamente eres. Tu naturaleza es la totalidad en la que todo existe. Para vivir el sujeto último, el perceptor tiene que pasar por lo que percibe. Tu ansiedad, tu miedo, tus deseos, son objeto de tu atención. En una atención sin motivo, sin crítica, sin juicio, sin conflicto, tu miedo, al no ser alimentado, no puede mantenerse. No intentes localizar u objetivar la atención. Contempla la percepción “miedo” que se localiza corporalmente. Este miedo es una fijación de energía. Cuando ya no es alimentada por más tiempo, la energía correspondiente se reabsorbe en la contemplación.

P.: ¿Qué hacer cuando se desemboca en un miedo neurótico que nos abate?

R.: Debes aceptar totalmente ese estado. Tu no aceptación es lo que lo mantiene. Todo intento por eliminar el miedo, lo refuerza. Si simplemente lo aceptas, sin intención ninguna, comprobarás que no puede mantenerse. Serás libre y te encontrarás instantáneamente en el exterior de la percepción.

P.: ¿Ocurre lo mismo con el sufrimiento físico, en el caso, por ejemplo, de un dolor localizado?

R.: La percepción corporal de la que hablas es una fijación, una concentración. Al dirigir tu atención a ese punto, agravas más la fijación. Déjala y lleva tu atención a su entorno, primero a lo más cercano de la zona sensible y después cada vez un poco más lejos. Verás cómo el punto doloroso se fusiona con la globalidad que le rodea.

P.: Cuando trato de practicar una observación no volitiva, constato que siempre estoy animado por una intención. ¿Qué hacer en este caso?

P.: La contemplación no forma parte de la intención: somos contemplación, somos meditación. No pretendas contemplar. La contemplación es un estado pasivo-activo: pasivo, porque la memoria allí no tiene sitio; activo, porque es vigilancia y receptividad.

P.: ¿Debemos mirar las intenciones como simples pretextos para la acción, sin hacer ningún juicio?

R.: Mientras crees que hay algo que alcanzar, algo que encontrar, algo que buscar, permaneces en un estado intencionado; pero desde el momento en que aparece en ti la convicción de que lo que buscas lo has tenido, lo tienes y siempre lo tendrás, ya no hay más intención. La intención siempre viene de la persona. Es un movimiento excéntrico.

P.: ¿Cómo puede haber vigilancia sin voluntad de estar vigilante, o cambio sin voluntad de cambio?

R.: No hay que confundir la vigilancia con la concentración. La concentración es una atención focalizada. La vigilancia de la que aquí hablamos es una presencia abierta a todas las dimensiones, a todas las direcciones. Es una escucha sin esfuerzo para escuchar. De momento, debes darte cuenta de que no escuchas. Un día, te encontrarás en esa escucha, en esa percepción original. En una escucha así, lo que se escucha es ético, esté-

tico y funcional. No tenemos la necesidad de manipularlo, de volverlo a pensar. Allí reside la inteligencia, la moralidad, la plenitud y la libertad.

P.: Me pregunto si, en estas reuniones, en lugar de hablar del miedo y del deseo, no sería mejor crear situaciones que nos permitieran encontrar el miedo y el deseo y vivir estas experiencias. ¿No es posible? ¿Por qué no lo hace? En mi opinión, las respuestas que usted da, contribuyen a congelar la situación, es decir, a mantener a las personas en el intelectualismo, en la imposibilidad de encontrar sus miedos y sus deseos.

R.: Cuando te aconsejo hacer frente a tus miedos, no se trata de la imagen, del concepto “miedo”, sino de la percepción del miedo. No encontrarás más que una imagen, un cliché que se ha fijado en ti. Te recomiendo permanecer abierto para que la percepción del miedo pueda visitarte y presentarse totalmente. Se trata de un dejar hacer en el que el miedo se reabsorberá. Debes vivir muy íntimamente con tu angustia, tienes que amarla para que se presente a ti. Sólo entonces serás totalmente libre y ninguna imagen podrá volver a atarte. Lo que te sugiero aquí, no debe quedar en ti como un concepto. Debes intentar vivir con objetividad esa experiencia. Si tienes sed, puedo mostrarte dónde se encuentra la fuente, pero yo no puedo beber en tu lugar.

P.: Tengo el presentimiento de que hay circunstancias, lugares, personas, que pueden ayudarme a acabar con el miedo y el deseo. Tengo la impresión de que deberíamos entrar en esos problemas y no quedarnos en el plano intelectual.

R.: La necesidad de encontrarte en algún lugar, conduce a una situación desfavorable a tu persona, lo que suscita en ti miedo y ansiedad. No trates de buscarte, pues lo que fundamentalmente eres no se encuentra en ninguna parte. Abandona ese deseo. Este es el primer paso. Tú no aceptas el miedo, lo rechazas, huyes de él. Acéptalo sin reservas, por una vez, y se expresará completamente en ti. Si no lo haces, permanecerás cautivo en un círculo vicioso: el que quiere salir del miedo forma parte de él. Mira la percepción en vivo, déjala que se expanda totalmente en ti. Toma conciencia de tu actitud de rechazo.

P.: Considero que no ha respondido a mi pregunta.

R.: No puedo responder a tu pregunta, porque tomas mi respuesta en un plano conceptual, en lugar de vivir la experiencia que propongo. Mi respuesta está dirigida a con-

ducirte a una actitud interior de dejar-hacer en la que estás obligado a abandonar toda formulación y a quedar tranquilo, en escucha.

Abandona la imagen, abandona la pregunta. Ve en un sólo instante de dónde fluye ésta última. ¿Quién la conoce? Toma contacto con aquél que conoce la pregunta. Entrégate a la tranquilidad, abandona la búsqueda, es la única forma de encontrar lo que buscas.

P.: ¿Cuál es el papel de la sexualidad?

R.: La sexualidad aporta una satisfacción de orden personal y nos mantiene en la soledad, mientras que un acto que fluye del afecto nos regocija con la alegría sentida por el otro.

El hombre se acerca a la mujer por la alegría de la mujer, para celebrar la unidad en el plano fenoménico. En este caso, no es necesario un contacto específico; el afecto se expresa completamente en el gesto más mínimo: una mirada, una palabra, una mano que se aprieta, bastan para colmar la alegría. En sí misma, la sexualidad se limita a provocar una compensación.

P.: ¿Hay medios para eliminar el peso del pasado?

R.: Querer eliminar el pasado, el tiempo, con el propósito de vivir el “yo soy” representa una pérdida de energía, un rodeo inútil. Se trata de una vía progresiva donde se mantiene la relación sujeto-objeto. Es difícil liberarse de ello. Las imágenes y los objetos encontrados en el curso de este proceso pueden revelarse asombrosos, incluso fascinantes, pero presenta el inconveniente de fijarnos en dicha relación sujeto-objeto. Corremos el riesgo de soltar la presa a cambio de la sombra.

Por el contrario, la pregunta “¿quién soy yo?” reúne en un sólo punto las energías anteriormente dispersas. La observación totalmente virgen permite estas vueltas al pasado sin que se dé identificación con ellas, sin ceder a su atractivo, porque el acento se pone entonces en la observación y no en el objeto observado.

Interesarse en descifrar el pasado es aún una forma de delectación del yo. Quien ha integrado conscientemente el “yo soy” no se interesa de ninguna manera en el pasado ni tampoco en el futuro, lo que no quiere decir que lo ignore.

Es importante adoptar una actitud justa respecto a las imágenes que se presentan tanto en el estado de vigilia como en el de sueño. La atención no debe estar dirigida hacia la imagen, sino hacia lo que está detrás. Su vestidura varía según el período de nuestra vida; no es retocarla lo que interesa, sino verla de una manera justa en el instante en que

se presenta. Es una observación impersonal: la imagen se libera de su carga afectiva y comienza a vivir su propia vida. Hasta entonces, había permanecido fijada en el yo, que siente la necesidad de encontrarse en la imagen.

Cuando la imagen se despierta libremente en nuestra observación, se revela que, en el fondo, no es más que una fracción de un conjunto que se desarticula en el momento en que se capta su dinamismo. Hay entonces una liberación de energía y nos encontramos en un espacio-tiempo diferente. Ya no hay sucesión de imágenes, sino visión simultánea. De esta forma, se elimina definitivamente la imagen.

Se trata, pues, de aceptar, de amar sin restricción esta imagen. Una actitud tal permite liberarse del pasado. Excitar arbitrariamente el pasado constituye un acto de violencia y no conduce al resultado que se busca.

P.: Esa liberación de energía de que usted habla no se efectúa tan fácilmente, diciéndose simplemente “yo soy”. Pienso en mi propia experiencia: he necesitado seis años de trabajo y conflicto antes de llegar a mirar de frente a mis problemas y poder pintar.

R.: Todo emana del afecto. Cuando ese afecto se vive conscientemente, deseas que participen en él los que te rodean; eso te lleva a pintar.

Si pretendes encontrarte, tienes que constatar que ningún medio te lo permite. Creyendo equivocadamente encontrarte en la imagen de un yo, te constituyes en personaje con la ayuda de tu psiquismo, de tus nudos, de tu comportamiento. Así refuerzas los obstáculos para un auténtico establecimiento en tu naturaleza real.

Examina la creación artística. En el momento en que se realiza, ¿dónde está la persona? En ninguna parte. No hay nadie, no hay cuerpo ni estado, hay sólo creación, afecto. El afecto es un silencio desprovisto de causa y de objeto.

Date cuenta, cuando vives el afecto, de que no hay nadie que lo vive y de que su supuesta causa tampoco está presente. Es después, cuando atribuyes ese afecto a una persona.

P.: ¿Cómo explicar el sentimiento de carencia?

R.: ¿Quién experimenta la carencia? El yo sólo existe en las situaciones que él crea. Las crea constantemente para asegurarse en su existencia. Cuando el arsenal de la imaginación no le aporta ya más satisfacción, experimenta una carencia. Queriendo mantenerse a toda costa, se precipita en nuevos proyectos: buscar un libro, realizar un viaje, encontrar a alguien.

Habría que estar atento a este proceso. Se localiza en una percepción física al nivel de los hombros, de la espalda o de las rodillas. Da a esta percepción la posibilidad de desarrollarse, no la fijas, y se consumirá en tu observación. Esa es una experiencia que debe ser vivida.

P.: Es posible observar, aceptar es ya más difícil, pero ¿amar...?

R.: Amar y aceptar no debe ser un acto realizado por la persona por medio de la voluntad. Observa y mira. Cuando dejas vivir lo que aparece en ti, te sitúas más allá de la aceptación o del amor. Ya no hay producción ni proyección de esquemas.

Cuando dejas que tu cuerpo llegue a ser él mismo, sin visualizarlo, llegas a una percepción global, simultánea. Hay ahí una energía que traspasa la corporalidad, se despliega en el espacio y libera el cuerpo de sus resistencias y de sus tensiones.

Una atención así no puede ser provocada por un mandato de la voluntad. Pero, sin embargo, está a tu alcance. Este despertar del cuerpo en ti se distingue de la sensación habitual de entrar o de estar en un cuerpo, por su frescura siempre nueva. Llegarás a vivir esta experiencia en la que el cuerpo existe en ti, en tu atención.

P.: ¿Es esto la presencia a sí mismo?

R.: Ordinariamente, no estamos presentes ni a nuestro cuerpo ni a nuestro estado psíquico.

Cuando nos hacemos conscientes de ello, se producen intervalos de suspensión de la actividad. Se efectúa una transformación. Nos hacemos presentes a nosotros mismos. Vivimos a la escucha. Si hay un primer paso que deba ser dado, es en el camino hacia esta escucha. En ella residen ya la aceptación y el amor.

P.: Quien se compromete en esta vía, ¿cómo se da cuenta de que su marcha no es recuperada por el *ego*?

R.: Cuando tu camino se orienta hacia la unidad, el miedo, la ansiedad y el deseo desaparecen. Se instala una profunda satisfacción que no depende de un objeto o de un estado. Es el indicio de que estás en la buena dirección. Pero, antes de nada, es necesario salir de la agitación y de la dispersión, reunir la energía en torno al “¿quién soy yo?” y mantener despierta la atención.

P.: ¿Dónde reside el error en el hecho de tomarse por una persona?



R.: Reside en la separatividad. Tú no eres la imagen, sino el conocedor de la imagen. Así pues, ¿por qué identificarte con el elemento fragmentario que no existe más que cuando lo piensas? Naturalmente posees una personalidad propia, con sus cualidades y sus características. Pero aunque hay diferencia entre los seres, no hay, sin embargo, separación.

P.: Cada percepción suscita un determinado pensamiento. ¿Cómo podemos desprendernos de este condicionamiento?

R.: El pensamiento y su objeto son uno. Toda percepción implica una identificación con los instrumentos de conocimiento, sin que la conciencia —el conocedor— sea en sí misma afectada. El hombre que no está establecido en la conciencia vive en lo que percibe, está apegado, identificado, con ello. Es una servidumbre. Para aquél que “se sabe”, que se conoce a sí mismo, que vive en la unidad, todo aparece y desaparece en la no-dualidad y, de esta manera, permanece libre. Si atribuyes autonomía e independencia a las cosas, estarás separado de ellas, pero desde el momento en que las percibes de manera justa, las formas y los nombres, en cuanto tales, no tienen ninguna realidad en sí mismos; están reflejados en el ser del que son una expresión, una objetivación.

P.: ¿El mundo es sólo algo mental, sensorial?

R.: Aparentemente es movimiento y luz, pero, en última instancia, es sólo conciencia.

P.: ¿Cómo puede lo conocido conducirnos al ser?

R.: Lo conocido siempre depende de una interpretación personal, en función de tu punto de vista, de tu cultura, de tus condicionamientos. Pero, ¿dónde está la luz que lo ilumina? Esta pregunta te sumerge en una introversión profunda, en el plano de la meditación. Múltiples vías y perspectivas se abren ante ti y, al dejar correr el ir y venir de los pensamientos, al no alimentarlos más, se produce un apaciguamiento por falta de mantenimiento, por carencia de elementos nuevos. Al final, los pensamientos se consumirán en un dejar-hacer, en una no-acción intemporal, sin centro ni periferia.

Es el ser, el uno con el que somos identidad, quien ilumina el mundo, y es en él donde todo tiene su origen. Fundamentalmente, somos esta totalidad, conciencia última, luz de todas las luces, y ella es la que se expresa cada vez que el nombre y la forma apare-

cen. En esta profunda introversión, la claridad nos atrae; la tenemos en común con todos los seres vivientes. Es la esencia misma de nuestro ser.

P.: Usted habla muy a menudo del pensamiento discriminativo y del pensamiento espontáneo, ¿son opuestos?

R.: El pensamiento espontáneo no es exterior a la mente y sus funciones, pero no es prisionero de los moldes del conocimiento filosófico, religioso o cultural. Emanan directamente del ser total y a él vuelve. Por el contrario, cuando es intencionado, organiza, controla, manipula, pero permanece como algo fragmentario en tanto que provocado por un yo volitivo. El pensamiento discriminador, con vistas a un objetivo y un resultado, no está sin embargo excluido, sino que, remitido de nuevo al ser, se despoja de su carga afectiva y parcial y actúa simplemente según su carácter funcional.

P.: ¿Cómo ve usted la tecnología, el progreso para el bienestar de la sociedad? ¿No depende del pensamiento intencionado?

R.: Si no se vive la fuente del pensamiento, el hombre permanece en la superficie de un movimiento entre el pasado y el futuro que cubre y obnubila las pulsaciones inéditas y espontáneas de la vida: Esta visión intencionada se vuelve una abstracción estéril que incluso puede conducirnos a desviaciones lamentables y peligrosas. Por el contrario, lo que el pensamiento nacido de nuestra naturaleza auténtica nos inspira, es siempre justo, desapasionado, a la medida del hombre; además, éste jamás es arrastrado por aquél.

P.: Este equilibrio último, ¿es un estado en el que me puedo situar conscientemente?

R.: Es un no-estado.

P.: ¿Tengo que entenderlo en el sentido de Martin Heidegger, “un arte de esperar”?

R.: Sí, totalmente. Es un soltar, un dejar-hacer revelador que permite que se realice el progreso natural; simplemente hay constatación, aceptación desprovista de toda anticipación. El yo ya no actúa. La constatación meditativa es nuestra verdadera naturaleza.

P.: Usted propone una no-ingerencia, pero ¿no es el soltar un acto de la voluntad?

R.: La voluntad jamás puede trascenderse a sí misma. La transformación se realiza en una constatación meditativa que es nuestro estado natural.

P.: ¿Qué entiende usted por transformación?

R.: En una presencia lúcida, los viejos esquemas no son alimentados y mueren. La transmutación no se efectúa de una manera progresiva, es abrupta, total. Integra en la globalidad lo que estaba disperso; los esquemas habituales que nos incitan a agarrar, a coger, a perdernos en la diversidad, quedan debilitados y nuestra naturaleza real se manifiesta.

P.: Si entiendo bien lo que usted llama el “estado de constatación”, sería equivalente al “estado sin espera” de Martin Heidegger...

R.: Esperar sin esperar es un estado desprovisto de toda memoria, una apertura sin volición donde reina la presencia intemporal.

P.: ¿Entonces, es una no-espera que jamás acabará?

R.: Querer buscar, pretender descubrir algo, despierta tu pasado. Lo que esencialmente somos, no se deja pensar y no puede ser alcanzado, porque no lo hemos perdido jamás.

P.: ¿Es, entonces, lo que está más cerca de nosotros mismos?

R.: El menor gesto, el menor movimiento, nos alejan de ello.

P.: ¿Dónde se sitúa el factor dinámico, si es que lo hay?

R.: No interviene ningún dinamismo personal. El movimiento hacia el ser emana directamente de él, o mejor, la mirada hacia él es su propia mirada.

P.: ¿Cómo ve usted eso en términos pedagógicos?

R.: Para vivir la presencia a sí mismo, primero hay que estar presente a las cosas en una actitud sin esfuerzo, en una no-acción. Debes conocer ese estado, familiarizarte con él, cultivarlo, profundizarlo.

Tienes que concebir la posibilidad de un estado de no acción, sin objetivo, que nos deja abiertos a un soltar sin proyectar ningún resultado.

P.: ¿Hay que ver en todo esto un dinamismo en acción?

R.: El dinamismo que incita a proyectar un objetivo o a concebir la posibilidad de un estado sin objetivo, es el mismo. Pero, en el primer caso, estás fijado, apegado a una imagen; en el segundo, estás disponible a la apertura, lo que posibilita un soltar. Se despierta uno espontáneamente en una lucidez diáfana, consciente, de lo que siempre está presente.

P.: ¿Y en las relaciones con nuestro entorno?

R.: Cada uno de nosotros ha sido preparado para pensar y actuar según ciertas normas. Estamos condicionados por nuestro medio. El cuerpo y la mente que siguen y repiten estos esquemas, pierden así la oportunidad de vivir las manifestaciones en todo su frescor. Por eso, para muchos, la vida termina por no tener ya sabor. Cuando nuestra lucidez intemporal la ilumina, es nueva, creativa, nos expandimos en una serena alegría.

P.: ¿Es a eso a lo que se refiere Platón cuando dice “pensar verdadero, sentir bello y actuar justo”?

R.: Exactamente. Todo hombre posee esta inteligencia que entra en acción cuando el yo volitivo se desvanece. Debemos estar a la escucha de esta inteligencia última de la que procede lo verdadero, lo bello y lo justo. Cuando el yo se apropia de este brote, lo cuestiona y lo convierte en una caricatura, una mueca, una mutilación.

P.: ¿Qué pasa entonces con la experiencia?

R.: Un acontecimiento se transforma en experiencia si lo aprehendes en términos de pasado, de lo ya conocido, de lo ya vivido. Necesita un experimentador y un movimiento de tu eje hacia la periferia, un alejamiento. Una experiencia jamás es creativa en ningún plano. No hace más que fijarnos en los antiguos esquemas. El ser no puede ser experimentado. Somos el ser.

P.: En la “espera sin espera”, Martin Heidegger habla de un estado de “vivencia de agradecimiento”.

R.: El deseo de agarrar, de acumular, de apropiarse, procede del yo. El silencio vivido sin objeto es la sede de lo sagrado. Hay don espontáneo sin nadie que dé, continua irradiación de afecto impersonal sin motivo y sin objetivo, sin devolución.

## CHAMROUSSE

*Cuando se da la contemplación sin voluntad de contemplar, de meditar o de escuchar, cuando toda energía aprehensiva se reabsorbe en la unidad, entonces la contemplación es conocimiento de sí misma por sí misma. No hay ninguna necesidad de intermediario.*

*El objeto y la percepción son siempre una emanación de la conciencia, del ser. Aparecen y desaparecen en el ser. Desde el momento en que se deja libre curso al objeto, éste acaba por reabsorberse en el ser. La percepción es una objetivación de la conciencia, pero permanece como algo fragmentario. Nosotros le damos un nombre y una forma, pero no habría que dejarse atrapar en el juego de palabras y apariencias, olvidando su naturaleza. La percepción no es más que conciencia y en ésta se encuentran su origen y su fin. La objetivación es una forma de júbilo en el espacio y en el tiempo, pero en el momento en que se ha realizado la perfección, apunta de nuevo hacia la conciencia a la que, por otra parte, jamás ha dejado de pertenecer.*

*Si se examina el mundo, el objeto, en profundidad, su función resulta ser, en definitiva, la de revelar al sujeto último. Toda dualidad no es más que apariencia, sólo la unidad existe. El descubrimiento de nuestra naturaleza profunda sigue el rodeo de la percepción. La entidad personal que creernos ser es sólo de la percepción. La entidad personal que creernos ser es sólo una objetivación de la conciencia. Se trata de un instrumento útil en la vida cotidiana, pero sólo de un instrumento. Es una propiedad con la que no tenemos que identificarnos; no más que con nuestra casa, nuestro coche o nuestra cuenta en el banco. Seamos su propietario sin confundirnos con ella.*

P.: ¿Cómo puede no haber percepción ninguna?

R.: Cuando un pensamiento llega a su término natural, deja sitio a su soporte. Hay intervalos sin pensamiento entre dos pensamientos. Las percepciones son como las imágenes de una película que se suceden en la pantalla: hay un intervalo, un espacio en blanco entre cada dos imágenes. En el sueño profundo, ninguna imagen aparece en la conciencia. Entre los pensamientos, como ocurre entre los estados de vigilia, sueño con sueños y sueño profundo, se puede decir que se realiza una percepción original.

La inquietud del *ego* suscita la proyección de imágenes en abundancia. Estas son una forma de encontrarse en una situación. Una vez que tal fantasmagoría ha sido descubierta, el tic de objetivarnos como persona, como imagen, nos abandona y dejamos de estar constantemente ocupados con los pensamientos. En última instancia, el pensamiento aparece como un instrumento de defensa. Toda experiencia es, por otra parte, una forma de defensa; es el modo mediante el cual el *ego* encuentra su seguridad. Cuando se ha comprendido esto, resulta posible conocer más momentos de paz interior sin percepción, sin pensamiento.

P.: Yo no creo mucho en ello...

R.: Cuando escuchas música y la sucesión de formas sonoras acaba por terminar en el silencio, entonces tiene lugar la experiencia de la música, la partitura ha terminado y sin embargo, estás lleno del sabor que en ti ha dejado. La experiencia de la música, la experiencia estética, descubre la alegría profunda, la realidad íntima de tu ser. Esta realidad es comparable al perfume de una flor que impregna el ambiente después de su paso por una habitación. La flor se marchita, pero el perfume queda. La forma desaparece, pero la esencia permanece para siempre. Sé este perfume.

P.: ¿No debería hablarse de transmisión de pensamiento más bien que de transmisión de sensación?

R.: La sensación también es una forma de pensamiento.

P.: La angustia, el miedo, ¿se transmiten?

R.: El miedo y la angustia siempre son experimentados por alguien. El yo se encuentra en una determinada imagen y ésta estimula la afectividad, lo que conlleva ciertas modificaciones corporales: musculares, orgánicas, nerviosas y químicas. Una situación así se produce siempre en referencia a la imagen del yo. En ausencia del yo, la imagen surge en nuestra vigilancia, en nuestra lucidez, y finalmente se pierde en la unidad. El miedo y la angustia son el resultado de una perspectiva unilateral, de un punto de vista fraccionario. Un punto de vista así, engendra siempre inseguridad.

En un acto de observación abierta no hay inseguridad, angustia ni miedo. Esto no quiere decir que el cuerpo pierda el instinto de conservación. Si en un bosque encuentras una fiera que quiere devorarte, se produce, naturalmente, una forma de reacción corpo-

ral, pero lo que habitualmente se llama miedo y angustia son, en el fondo, reacciones psicológicas.

P.: Si lo que llamamos miedo no estuviera cargado de afectividad, ¿podría ser útil para desencadenar un comportamiento tendente a salvaguardar el organismo?

R.: Sí; como si fuera un poste de señalización. En un peligro muy grande no hay miedo.

P.: ¿Podría modificarse el sentimiento de miedo, dejándole contar su historia?

R.: En ese caso, el miedo se revela como una simple concentración de energía. Si el miedo nos cuenta su historia, se vacía como un balón que se desinfla. Por sí mismo no puede mantenerse; somos nosotros quienes lo alimentamos con la imagen. Preferimos experimentar miedo a no experimentar nada, pues eso equivaldría a la desaparición del yo, vivida ordinariamente como un vacío. Para la mayor parte de nosotros, el hecho de no objetivar un “sí mismo” es accidental.

Deja hablar al miedo, lo que no significa fijarlo —pues al fijarlo se le mantiene— ni huirlo —pues si se le huye nos persigue—, sino simplemente constatarlo. Es una actitud activa-pasiva: activa porque estamos totalmente receptivos; pasiva porque dejamos desarrollarse la historia del miedo sin intervenir. No somos ya cómplices y, falto de alimento, el miedo se desvanece de forma natural. Entonces se siente cómo la energía se despliega, se regulariza y, finalmente, cómo se consume en la observación lúcida.

P. Cuando uno siente que se está formando un bloqueo, ¿es necesario ver lo que está en el origen de la enfermedad psicológica para detener el proceso?

R.: Hay que comprender con claridad que no se puede tener una percepción y un concepto al mismo tiempo. En la sensación de miedo, la imagen que ha desencadenado el miedo no está presente; puede aparecer muy rápidamente como un ir y venir, pero cuando la imagen está, la percepción no está. Así pues, sería mejor dejar que la sensación de miedo se expresara totalmente.

P.: Cuando se siente una actitud inadecuada procedente del *ego*, ¿hay que limitarse simplemente a constatarla? ¿Disminuyen así progresivamente el condicionamiento y la enfermedad?



R.: Sí. La enfermedad es una tensión, una contracción. Desde un punto de vista estrictamente médico, la enfermedad que aparece en la salud no es más que un accidente. Las tensiones y contracciones repetidas terminan por hacerse crónicas y esta cronicidad causa la enfermedad. Las tensiones son vibraciones alimentadas exclusivamente por el yo. Cuando no hay yo, las vibraciones se encuentran carentes de alimento. La observación de las capas profundas constituidas por esta cronicidad permite, en último término, reabsorberlas en nuestra vigilancia. Las energías se proyectan a cada instante en un espacio tiempo. Pero la vigilancia, en la que terminan por consumirse las energías, trasciende el espacio y el tiempo. Para poder hablar del tiempo y del espacio, hay que estar situado fuera de ellos.

P.: ¿Qué piensa usted del acto de rezar, de pedir por otra persona?

R.: Mientras se tiene todavía necesidad de ayuda para llegar a ser, habría que abstenerse de pretender ayudar a ser a los demás. Es importante resolver primero el problema del propio ser, pues no se puede dar más de lo que se es. Pero, como regla general, el rezar auténtico corresponde a un estado de inocencia, en la perspectiva de lo sagrado, y allí no tiene sitio la persona. Si entonces aparece la imagen física o moral de otro ser y la dejas vivir en ti, se consumirá igualmente en tu oración. Admito que se pueda producir una curación de esta manera. Pero, ordinariamente, la palabra “rezar” designa una verbalización acompañada de sentimentalismo, y esto no tiene interés.

P.: Según usted, el yo no sería más que un fantasma. Cuando ya no hay yo, ¿cómo puede existir todavía el pensamiento? ¿No depende el pensamiento de la memoria?

R.: Hay que distinguir entre pensamiento intencionado —de una utilidad práctica— y pensamiento intuitivo. El primero proviene siempre de un estado psicológico mientras que el segundo fluye espontáneamente de un no-estado. Cuando ocupamos conscientemente ese no estado, el pensamiento intencionado se reabsorbe y se integra en el pensamiento intuitivo que surge de esta espera sin espera.

P.: ¿En ese pensamiento espontáneo, no hay miedo?

R.: No.

P.: En el ejemplo que ha puesto hace un momento —el peligro encontrado en la selva— ¿depende la reacción espontánea de ese estado del que usted habla?

R.: No hay ni siquiera pensamiento. El instinto de conservación del cuerpo entra en acción.

P.: ¿Pertenece ese instinto a la globalidad?

R.: Ese instinto se integra en la visión global. Es probable que ante un peligro de ese tipo, ni siquiera tiemble el cuerpo. El instinto de conservación interviene de inmediato. Es sólo después cuando el yo rememora la escena, la carga de afectividad y la fija bajo la forma de una imagen. Entonces aparecen el miedo y la angustia.

P.: ¿Puede intervenir la memoria en el pensamiento espontáneo?

R.: El pensamiento espontáneo incluye el pensamiento intencionado. El elemento de intención relativo a las actividades cotidianas —lavarse, vestirse, ir a trabajar, etc., forma parte también del estado sin *ego*. Las actividades se desarrollan sin alterar nuestra naturaleza.

P.: ¿Es la carencia de yo lo que permite la ausencia de miedo?

R.: Cuando desaparece el yo, desaparecen el miedo y la inseguridad.

P.: ¿Puede compararse la espontaneidad del pensamiento al relámpago?

R.: Sí, completamente.

P.: En todos estos estados que experimentamos uno después de otro —deseo, sentimiento, angustia, etc.— ¿de dónde procede la idea de que existe un no-estado? En un sentido, la persona parece paradójicamente contenta de sentirse desgraciada, atemorizada, etc. Pero como no podemos sentirnos totalmente satisfechos con eso, ¿aparece, quizás, ese presentimiento como un rayo de esperanza?

R.: El presentimiento de la unidad viene de la unidad misma. En relación a los estados que atravesamos, no hay que ceder a la tentación de decirse: “en última instancia, todo esto me da lo mismo; no me preocupo más de estos estados”. Esto sería un acto de violencia respecto a sí mismo. Es preferible una vigilancia paciente.

Conocemos diversos estados psíquicos. Conocemos el estado experimentado el día que comenzamos el colegio, el día de los exámenes de bachillerato, la primera vez que nos enamoramos, la boda, el nacimiento del primer hijo, etc.... Estos estados son variables, pero el conocedor de todos ellos no varía. La multiplicidad de los estados de conciencia se produce en la unidad inmutable de la conciencia. Los estados, los objetos, pasan; la conciencia es.

P.: ¿Qué es una emoción auténtica?

R.: Una actitud de observación sin referencia, sin juicio, sin intención, permite la emoción auténtica. Con la palabra “auténtica” quiero decir que esta emoción es funcional, que nos deja libres, sin residuos. Por el contrario, cuando un acontecimiento se vive con referencia a la imagen de un yo, hay reacción, emotividad. La emotividad está condicionada, es un fenómeno parasitario. En la emoción auténtica no interviene la mente. La emoción surge de la admiración ante la belleza de la vida y su incesante renovación. Como el afecto, expresa lo que esencialmente somos. La emoción y el afecto surgen de la apertura total.

P.: ¿Es entonces cuando hay percepción instantánea, inmediata?

R.: Sí.

P.: ¿Quiere explicarnos los peligros de la intuición?

R.: Eso depende de lo que entiendas por intuición.

P.: Creo que no tiene nada que ver con el presentimiento, pues la siento aferrada a la mente y a los sentidos.

R.: Experimentas la intuición de las cosas, ¿no es así? Vives una situación, y cuando distingues los elementos que la componen, sin que haya referencia a situaciones aparentemente análogas, en ese momento surge la intuición. Es la conclusión, la elección que se hace en ti, sin que tú hayas elegido ni decidido. Esta intuición se produce cuando los elementos que constatas se viven en la apertura. La conclusión se realiza en la totalidad. La intuición sobreviene espontáneamente en las situaciones completamente inéditas que no podemos relacionar con nuestro pasado. Esta intuición es la inteligencia auténtica, impersonal.

La intuición emana directamente de la verdad. Pero, una vez que ha pasado el momento, muy a menudo la ponemos en duda. El yo supedita en cierta forma la intuición a sus necesidades propias, trata de incluirla en su óptica limitada, apropiándose. Hay que evitar este proceso.

La intuición está siempre presente en el plano de fondo de nuestras actividades en el espacio-tiempo como hilo conductor. En algunas obras de arte, cuya amplitud armoniosa revela su origen intuitivo, es posible descubrir en ocasiones algunas partes que han sido completadas por la mente, el razonamiento y el análisis. Estas partes a diferencia del conjunto, dan una impresión de chapuza. Con demasiada prisa por terminar, por hacer una obra personal, el artista no ha sabido permanecer a la escucha de la intuición y de su ritmo profundo. Hay que cuidar la intuición como se cuida una llama, manteniéndola siempre viva.

P.: Los momentos de gran claridad que aparecen a veces al despertar nos proporcionan impresiones precisas y claras. ¿Es ésta la conciencia auténtica o estamos ya bajo la influencia de la mente?

R.: En esos momentos entre el sueño profundo y el estado de vigilia, si la intuición que surge procede de nuestro esquema habitual de pensamiento, se desarrolla en la sucesión. Si es auténtica, la acción que debe ser realizada se contempla en una perfecta simultaneidad; pasado, presente y futuro se funden en un solo instante. Para nosotros, esto es bastante raro, pero los grandes artistas experimentan con frecuencia esta impresión.

Ello prueba que nuestro sistema de referencias psicofísicas, en particular nuestro esquema temporal, no es el único que existe. Cuando nos entregamos a una atención sin referencia, constatamos frecuentemente que la aparición de la intuición no pasa por el razonamiento habitual, mediatizado.

Al despertar, de forma especial, es importante permanecer lúcido, en actitud de testigo vigilante. Si forzamos el despertar, proyectamos de nuevo los esquemas habituales del cuerpo.

P.: En el ejercicio de la actividad mental se excitan los lóbulos frontales, mientras las demás zonas cerebrales quedan inhibidas. ¿Podemos pensar que en el estado meditativo se levantan esas inhibiciones y que la energía se reparte armónicamente en todas las zonas cerebrales?

R.: En una actitud no volitiva, el esquema cerebral está en reposo. La meditación no es una actividad cerebral. En una lucidez sin intención, el esquema cerebral debería volver al estado original, a un apaciguamiento total. Pero la actividad cerebral está enraizada de tal manera que, de hecho, en la práctica, tiende a repartir siempre los mismos procesos.

La sensibilidad del cerebro ha sido paralizada por la actividad volitiva que engendra la crispación. Cada intento de pensar se traduce en una compresión, en una tensión. Por el contrario, en un pensamiento espontáneo no hay tensión y el instrumento funciona naturalmente. Entonces se despierta la sensibilidad del cerebro.

Si tomas tu cerebro como objeto de contemplación, pronto lo sentirás de una forma diferente. Ya no estará comprimido, ya no habrá más localización en una u otra de sus zonas. Percibirás sus oscilaciones y una inmensa dilatación hasta que llega a hacerse la vacuidad. Tu cabeza dejará de tener un lugar privilegiado. No habrá más pensamiento. Observarás lo que precede al pensamiento, es decir, las pulsiones, de forma no intencionada, y encontrarás entonces un cerebro completamente virgen. A continuación, la meditación se localizará en la región del corazón, hasta que se pierda igualmente. La sensibilidad original se experimenta como una inmensa vacuidad.

Es interesante llegar a la meditación contemplando el cuerpo, recorriéndolo con el pensamiento, observando todas esas zonas comprimidas, tensas, que no se perciben habitualmente. Cuando reparas en ellas, se vuelven sensibles hasta que se establece la homogeneidad corporal. Permaneciendo a la escucha del cuerpo, se descubre que cada órgano tiene un determinado color y un cierto sonido. La salud consiste en una observación sin referencia. Sólo por medio de ella puede el cuerpo volver a encontrar la salud.

P.: Usted nos ha hablado de una vía directa...

R.: Hay que distinguir la vía directa de la vía progresiva. En la vía progresiva se dice que hay que buscar lo que esencialmente somos y, después de unas determinadas etapas, encontrarlo. Se proponen sucesivos escalones de purificación, prácticas destinadas a obtener ciertos resultados intermedios con vistas a alcanzar ulteriormente determinados objetivos. Pero todo ello se enmarca en una perspectiva mental de adquisición.

Efectivamente, por medio de la purificación se pueden llegar a alcanzar ciertos niveles muy sutiles, pero, a pesar de todo, se vive en una relación sujeto-objeto. Y así se hace cada vez más difícil comprender que el que busca es lo buscado.

En la vía directa se toma conciencia de que la mente, instrumento de conocimiento inestable por naturaleza, jamás puede conducirnos a lo que esencialmente somos, pues “lo menos” jamás podrá generar “lo más”. Abandonando toda acumulación, toda adqui-

sición, apuntamos directamente hacia nuestra naturaleza verdadera. Es una experiencia inmediata, sin rodeos.

Ocasionalmente es posible utilizar algunas prácticas que pertenecen al dominio de la vía progresiva, pero sin dejar de apuntar hacia lo que es constante en nosotros: la observación lúcida; observación que, ordinariamente, sólo nos es conocida bajo la forma de una facultad mental que evalúa, compara, critica y juzga. Si cultivamos la actitud de observación abierta, nos daremos cuenta de que no se trata de una facultad mental. Una observación tal elimina la relación sujeto-objeto, la dualidad entre observador y cosa observada, pues nosotros somos esa observación, nos encontramos en esa apertura y vivimos íntimamente su presencia.

Antes de nada, hay que tomar contacto con uno mismo, aceptarse totalmente sin la menor coloración emotiva con vistas a comprender nuestro ámbito físico y psíquico. Pero, al hacerlo, no debemos abandonar esa observación sin juicio ni conclusión, en el seno de la cual nos descubrimos establecidos consciente y directamente en nuestra naturaleza esencial.

P.: ¿Por qué somos emotivos?

R.: Quitá el por qué y no quedará más que la emotividad. La emotividad es siempre una coacción. Pregúntate quién es emotivo. Quieres obtener una explicación sin conocer realmente ni la emotividad ni su testigo. En tales condiciones, el “por qué” constituye una huida.

P.: ¿Cómo no ser emotivo?

R.: ¿Por qué quieres no ser emotivo?

P.: Para estar en una perspectiva justa.

R.: Contempla tu emotividad sin reacción, sin búsqueda de ninguna causa, sin justificación, y te encontrarás en una perspectiva justa.

P.: ¿Es compatible la repetición de un *mantra* con la búsqueda del silencio interior?

R.: No habría que poner el acento en el significado ni en el contenido del *mantra*. Este es solamente una envoltura, un pretexto. El ritmo y el sonido tienen mayor importancia. El *mantra* más esencial, el más profundo, es el *OM*. Cuando la sílaba ya se ha

consumido, cuando ya no es audible, entonces el silencio es vivido intensamente. El sonido fluye del silencio y se reabsorbe en el silencio.

Si se pronuncia correctamente, el *mantra* percute toda tu estructura tanto física como psíquica y apacigua la agitación. Debes percibir este apaciguamiento, pero sin identificarte con él, sin objetivar el silencio. Contempla esa ausencia de agitación. La actitud de contemplación debe quedar virgen, sin motivo, sin objetivo. Entonces el apaciguamiento físico y psíquico se reabsorbe en tu observación y vives la identidad. No hay ya nada más que observar, sólo hay que ser.

P.: Si el *mantra* surge por sí solo durante la meditación, ¿hay que dejarlo manifestarse?

R.: Si le dejas libre, se consume igualmente en tu observación. Es posible estar mental y físicamente tranquilo en el aspecto funcional, pero no es esto lo que llamamos tranquilidad. Podemos obtener temporalmente una tranquilidad objetiva por medio del *mantra*, pero la auténtica tranquilidad es constante. Es el telón de fondo de toda actividad.

El *mantra* tiene pues una cierta utilidad, como lo tiene toda oración y toda meditación profunda: apacigua el cuerpo y la mente. Pero no se trata de tomar el medio por el fin ni la tranquilidad condicionada por la auténtica e incondicionada tranquilidad.

P.: Al buscar la posición de testigo, ¿no se está ya cultivando la relación sujeto-objeto?

R.: Cuando miras ese ramo de flores, sólo hay mirada. Sin embargo, el hecho de que después puedas decir “he mirado el ramo” demuestra que había un testigo que registró la mirada. Mirar es una función, una actividad mental. Pero dos actividades mentales no pueden existir simultáneamente. Así pues, no hay, en verdad, memoria; es, simplemente, una forma de hablar.

La noción de “testigo” es aprehendida después de la percepción. Cuando en la enseñanza tradicional se dice: “No eres ni el actor ni el autor de tus actos, no eres ni el que se alegra ni el que sufre; eres el conocedor, el testigo de la acción, de la alegría y del sufrimiento”, es con objeto de acentuar la observación y no la acción, a fin de interrogar profundamente lo que está detrás de la percepción: nuestra verdadera naturaleza fundamental, el “yo soy”, el ser.

P.: ¿Puede asociarse la tranquilidad a un estado?

R.: La tranquilidad no es un estado, pues en un estado se entra y se sale. Una intención te fija en la actividad cerebral, mientras que la ausencia de intención te despega de ella. Se experimenta entonces la impresión de que el hogar, por decirlo así, de la meditación se localiza en la parte posterior de la cabeza, más tarde en la región del pecho, para disolverse a continuación en un espacio sin fronteras.

P.: ¿Es un obstáculo la localización en los lóbulos frontales?

R.: Mientras estemos ubicados en lo cerebral, podremos observar una tensión en las cavidades orbitales y una cierta pesadez en la frente. Los omóplatos están levantados, pues hay todavía volición, presión. Todo ello constituye un impedimento. Cuando descienden los omóplatos, sentimos que una sensación de reposo se extiende por la espalda, los brazos, el esternón y los maxilares. Entonces la relajación es perfecta y la tranquilidad se vive de forma no objetiva. La sentimos presente y desaparece toda localización.

La meditación que aquí practicamos en momentos determinados no es más que un laboratorio, un campo de observación en el que constatamos lo que ocurre en nosotros. Luego, la meditación ya no nos abandona, no está ya circunscrita a un marco temporal; cada instante es meditación. Descubrimos que no somos más que observación, claridad, silencio.

Estamos poco habituados a una observación no motivada. Sólo vemos las cosas a las que estamos acostumbrados y sin embargo, hay muchas otras que también deben ser vistas. Ver todo lo que hay requiere una atención completamente virgen; sin esta atención, permanecemos prisioneros en las redes de la memoria. En la observación no motivada se despliega una energía inconmensurable. Cuando la atención se purifica de toda intención, se crea un movimiento convergente de pasado y futuro en un solo punto.

P.: Durante la meditación, constato que siempre intervienen pensamientos, incluso si me centro en el cuerpo...

R.: Esta agitación que constatas es, básicamente, un elemento corporal. No la nombres; simplemente, observa que hay movimiento; siéntelo, no lo rechaces. Detecta el lugar en que se localiza, interrógalo. Entonces entrarás espontáneamente un estado de escucha en el que ya no habrá complicidad con la agitación que tú mismo creas. Se produce en un lugar muy preciso, admítela, ámala incluso. Déjala totalmente libre y contempla lo que ocurre. En un determinado momento, constatarás una disminución de la agitación.



Querer llegar a alcanzar un fin por la vía progresiva sería un error. En el mundo relativo se puede producir un soltar, pero jamás podremos alcanzar lo que somos profundamente por medio de una actitud mental o corporal.

Podemos apaciguar la mente y el cuerpo; esto está completamente justificado, pues ambos tienen su origen en el ser. En una mente y un cuerpo apaciguados nace el presentimiento de su origen. Obedecer sin restricción a este presentimiento equivale a remontar el curso de un arroyo: inevitablemente encontraremos la fuente. Ahí no hay caminar volitivo.

En realidad, estrictamente hablando, yo diría que el ser, la tranquilidad, deberían enfocarse directamente.

P.: ¿Qué actitud adoptar ante una persona enferma?

R.: Ocupar conscientemente el lugar de la salud, estar totalmente abierto sin proyectar nada. Es esa la única ayuda que podrías aportar. Si debe intervenir una ayuda de orden práctico y técnico, sólo desde esa actitud podrá presentarse espontáneamente. Si te identificas con el que sufre, te conviertes en cómplice del sufrimiento.

P.: ¿Qué llegamos a ser en el sueño profundo?

R.: El deseo de ser procede del sueño profundo. En el estado de vigilia hay investigación, pero en el sueño profundo vives lo que fundamentalmente eres. Vivir conscientemente el sueño profundo es ser. En el sueño profundo, es decir, en el sueño sin sueños, la mente permanece en reposo. Vives totalmente el ser. Si por la mañana, al despertar, no te precipitas en la actividad física y mental, se te ofrece la ocasión de sentir intensamente la verdad. Entre el sueño profundo y el estado de vigilia, todavía no estás instalado en los raíles del condicionamiento. Es muy importante entregarse totalmente a ese instante, después del sueño, por medio de la meditación.

Si cada mañana te entregas a la meditación sin integrar inmediatamente todas tus facultades y tu personalidad, en poco tiempo sentirás, durante todo el día, el presentimiento de tu ser como plano de fondo. Este plano de fondo se experimenta como asombro, pero no intentes encerrarlo en un concepto, formularlo ni explicarlo.

P.: ¿En qué postura debe practicarse la meditación?

R.: Por supuesto, lo que esencialmente somos no depende de ninguna posición corporal, pero para detectar en cierta forma ese presentimiento, hay que mantenerse en una

posición en la que el cuerpo pierda su carácter *tamásico-pasivo* o *rajásico-activo* y permanezca afinado, *sáttvico*. En este cuerpo apaciguado, el presentimiento es muy intenso.

El cuerpo está disponible para este presentimiento cuando el busto está vertical. Permanecer tumbado es totalmente desaconsejable al despertar, pues ello conlleva ensueños y repetición. Por supuesto que más adelante el problema ya no se plantea; eres lo que eres en cualquier posición.

P.: ¿Exige esto un esfuerzo?

R.: Toma conciencia a cada momento de que eres esfuerzo. En la posición de sentado mantienes el esfuerzo, pero llega a ser habitual. Toma conciencia de ello y verás entonces cómo tu cuerpo vuelve automáticamente a su lugar. Dejar caer hacia atrás la región lumbar revela pereza. Llevar la cabeza hacia adelante es señal de miedo y ansiedad; todo eso es esfuerzo. Cuando hayas reconocido que, por error, has fomentado ese esfuerzo, tu actitud se rectificará espontáneamente y el esfuerzo desaparecerá. Tu busto, desligado de la costumbre y la volición, volverá a encontrar la posición adecuada. Debes descubrir que tu naturaleza es ausencia de esfuerzo.

P.: Los niños son dirigidos en determinadas direcciones sin tener una experiencia amplia de la vida. ¿No sería necesario que primero tomaran contacto con la vida?

R.: El niño debe apropiarse del mundo. Se le enseña el mundo, pero, al mismo tiempo, se le debería enseñar lo que él es profundamente. En nuestra sociedad, hoy en día, no se le enseña más que el mundo. El mundo existe, hay que aceptarlo de la misma forma que aceptamos nuestra herencia. En esta aceptación se abre la salida, la liberación. Pero la enseñanza del mundo y la enseñanza de lo que somos deben llevarse a cabo de forma concomitante. La educación actual tiene como finalidad exclusiva formar utensilios para la sociedad y preparar nuestra entrada en un sistema de competencia, agresión y adquisición. De esta manera se fabrican seres truncados, separados de sus raíces espirituales.

En la India, el camino tradicional para el niño consiste en ir aprendiendo lo que el mundo es y lo que él mismo es profundamente. Si el destino lo quiere, llega a ser esposo y padre de familia, y cuando sus hijos están educados, se retira para profundizar lo que le han enseñado en su juventud. La pregunta “¿quién soy yo?” se plantea entonces en toda su dimensión.

P.: ¿Cree usted que se le puede decir a un niño: “tú no eres solamente este cuerpo, tú no eres solamente esta enfermedad”?

R.: Si se trata de un niño enfermo, hay que enseñarle a vivir con su enfermedad, pero, sobre todo, no habría que considerarle como enfermo para no encerrarle en ese estado. Al no calificarlo, su organismo encuentra la posibilidad de regenerarse.

Ocurre lo mismo en el ejercicio de la medicina. El médico que nombra la enfermedad y que considera a su paciente como enfermo no es un buen médico. Para el buen médico no hay enfermedad, sólo hay salud. El mismo representa la salud a los ojos del paciente. Dividir el mundo en enfermos y sanos es levantar un obstáculo psicológico ante el enfermo. Si el médico ocupa conscientemente la posición de la salud, detecta muy claramente lo que no está en armonía en el organismo.

La palabra ejerce un poder mágico. Crea inmediatamente la imagen, no puede existir sin la imagen. La imagen desencadena todo un proceso a nivel sensorial. Este incide en nuestro organismo en el plano muscular, neurológico e incluso químico. Con la palabra se mata o se da la vida.

Hay que evitar, pues, el otorgar un vocablo cargado de implicaciones a cualquier perturbación, sea ésta del orden que sea. Es suficiente hacer comprender al paciente que el buen funcionamiento de su organismo está perturbado y que es necesario actuar para devolverle la armonía.

P.: Usted ha dicho que la persona, a medida que va adquiriendo conocimiento de sí misma, se va volviendo más *sáttvica*. ¿De qué tipo de progreso se trata?

R.: Cuando uno se da cuenta de que intervenir es también una forma de agitación, la mente alcanza un cierto apaciguamiento. La pesadez, la torpeza, los estancamientos, que son propios del estado *tamásico* se disipan. Las energías de defensa y agresión, energías volitivas que constituyen el estado *rajásico*, se apaciguan. Entonces todas estas energías se liberan por los cauces que les son propios al no estar ya bloqueadas por la noción de una persona con una existencia separada. Entonces uno se encuentra en un estado *sáttvico*. Es en esta mente apaciguada, calmada, donde se puede reflejar el presentimiento de nuestra naturaleza auténtica, de nuestro eje. Como resultado, elaboramos cada vez menos estrategias que, en el fondo, no son más que residuos del pasado y quedamos así abiertos a momentos de silencio o de acción, surgiendo el pensamiento de forma espontánea. Ahí no hay nadie que piense ni nadie que actúe.

Es la ignorancia lo que nos lleva a creer que somos autores de nuestros actos. En el acto espontáneo no hay autor; es después cuando la persona se apropia del acto. Cuando

se retorna a ese silencio profundo se está en estrecho contacto con la corriente de la vida. La estructura elaborada por el yo y la corriente natural de la vida ya no están en situación de competencia u oposición. Estos son los signos de una naturaleza *sáttvica*.

P.: ¿Pertenece también los poderes *tamásicos* a la corriente de la naturaleza?

R.: Sí, pero los elementos *tamásicos* y *rajásicos* son todavía relativos a la persona. En el estado *sáttvico*, la persona está ya como en una habitación con las persianas entreabiertas.

P.: ¿Cómo abrir totalmente las persianas?

R.: Se abren solas. Sólo hay que caer en la cuenta de que tú las mantienes cerradas. Querer conservar un asidero, localizarte, colocarte, esas son las energías que cierran las persianas. Fundamentalmente, el soltar es la comprensión de que la persona, esa entidad que tú crees independiente, no existe. Tú no puedes buscar lo que esencialmente eres, sino que lo que esencialmente eres te busca a ti.

P.: Nos ha dicho usted que no estábamos en el cuerpo sino que el cuerpo estaba en nosotros. ¿Puede indicarnos cómo experimentar eso?

R.: Cuando estás silencioso, no hay cuerpo. En ese silencio aparece el esquema “cuerpo”. Por la mañana, al despertar, piensas: he aquí mi cuerpo. Pero, de hecho, no se trata más que del recuerdo de unas sensaciones, de una memoria orgánica.

P.: Usted nos ha indicado que no somos el cuerpo ni los pensamientos ni los sentimientos ni las pasiones. ¿Hay una relación entre el ser y el cuerpo? ¿Cuál, si es que la hay?

R.: No hay relación. No se puede separar el sujeto del objeto. No se puede separar la conciencia de sus expresiones. El cuerpo es una expresión del ser, pero el ser no es el cuerpo. Dios es la creación, la creación está en Dios pero Dios no está en la creación.

A medida que vamos haciendo menos hincapié en el concepto y en lo que se percibe, es decir, en el objeto, vamos siendo aspirados por el origen que es nuestro centro absolutamente intemporal. Esta intemporalidad la encontramos en particular en el silencio que sigue a una expiración completa. En el reposo entre expiración e inspiración, vol-

vemos a nuestro origen. No estamos en ninguna parte. Somos idénticos a ese silencio, a ese intervalo.

Este intervalo no es una ausencia, sino la hoja en blanco en la que se inscribe la curva de expiración e inspiración sin que la hoja se vea afectada por ello. Primero experimentarás el silencio en ausencia de actividades y luego lo vivirás también en su presencia. El silencio no es una función correlativa a la respiración, pues no pueden existir dos funciones simultáneas en la conciencia. Tampoco es una ausencia de función. Es una no-función soporte de toda función, es ser, conciencia, plenitud. Basta con tomar nota para que los esquemas cerebrales sensitivos y motores que presiden la inspiración y la expiración se abran a otras dimensiones, es decir, no solamente a lo que ocurre entre el inspirar y el expirar, sino también en los intervalos entre dos pensamientos, entre dos percepciones y en el estado de sueño profundo.

Cuando después de expirar experimentamos ese silencio y dejamos que la inspiración se desarrolle en la escucha según la necesidad espontánea del cuerpo, el proceso se lleva a cabo en una gran armonía. En un momento dado, la inspiración y la expiración no se producen ya en la caja torácica, sino en el espacio circundante. Nuestro cuerpo no se limita a sus contornos, se extiende más allá de ellos hasta llegar a la ausencia de límites. La respiración reviste entonces un significado nuevo: se convierte en celebración de lo supremo. El ciclo completo de la respiración —inspiración, reposo, expiración, reposo, nueva inspiración, etc.— se realiza en una profunda tranquilidad. La inspiración se completa en la afirmación de la plenitud, la expiración en la vuelta al principio. Una dice “yo soy”, y la otra “yo no soy nada”; este todo y esta nada constituyen una vivencia única e indiferenciada.

P.: ¿Hay alguna diferencia entre el silencio y la escucha?

R.: El silencio del que hablamos no es un silencio mental. Cuando la mente está silenciosa ya no hay mente, puesto que ésta no es más que función. Las funciones aparecen y desaparecen en la conciencia como las nubes en el cielo, pero al cielo no le afectan las nubes. Lo que precede a una pregunta es siempre silencio. La pregunta, el pensamiento, surgen en el silencio. Desde un punto de vista metafísico, podemos decir que el pensamiento es más o menos accidente. Sólo el silencio es sustancia.

El silencio es mucho más poderoso que la palabra y el pensamiento. Las respuestas que aquí se dan surgen del silencio y apuntan hacia él. En el curso de estos diálogos, habría que hacer hincapié en la calidad de nuestra escucha. Constataremos que muy a menudo no escuchamos, no miramos. Estamos tan acostumbrados a mirar, a escuchar, en referencia a lo conocido, que perdemos el verdadero sabor de las cosas. Sólo una

escucha sin referencia permite que lo que se ha enunciado alcance toda su amplitud. Para que haya comprensión profunda debe eliminarse lo conocido, pero lo desconocido jamás debe aprehenderse con la mente, con el intelecto. Lo desconocido es silencio. El pensamiento es una objetivación del silencio.

Mientras no estemos convencidos de ello y atribuyamos una independencia a todo lo que es objetivo, permaneceremos prisioneros de la ilusión, de Maya. En realidad, el objeto no es más que una expresión de quien lo percibe y existe identidad absoluta entre el que percibe y lo que es percibido. Cuando esto se comprende, cesa la acción de Maya. El mundo, es decir, los objetos, no son en el fondo más que una expresión, una glorificación de lo que fundamentalmente somos: la Unidad.

## TURIN

*Me parece especialmente importante llegar a comprender que la meditación, la contemplación, no es una actividad.*

*Conocemos la actividad en el estado de vigilia en el que contactamos con los objetos por medio de nuestros sentidos, pensamientos, emociones y afectividad. En el estado de sueño con sueños, aparentemente diferente, subsiste igualmente la actividad psíquica. Estos estados, lo mismo que el de sueño profundo, están superpuestos a lo que llamamos meditación o contemplación. A parecen y desaparecen en ella. Cambian continuamente, mientras que la meditación, la contemplación, es.*

*Cuando comprendéis que la meditación es, al margen de toda actividad, admitís también que toda volición es una actividad, y, desde este punto de vista, querer pensar o querer no pensar son actitudes esencialmente idénticas. Somos, de forma natural, meditación. Solamente hay que llegar a ser consciente de que constantemente estamos haciendo algo. Querer hacer o querer no hacer es siempre hacer.*

*Por tanto, la meditación es. No meditamos sobre algo, no contemplamos alguna cosa, sino que somos contemplación, somos meditación. No hagáis hincapié ni en la aparición ni en la desaparición de los objetos. La meditación es constante, todo transcurre en ella. Es la percepción original de lo que fundamentalmente somos. En nuestra percepción original no hay ni contemplador ni objeto contemplado y la acción se realiza sin autor. Vivir conscientemente en este estado es meditación. Ello tiene como resultado inevitable una modificación en el psiquismo y en el cuerpo.*

*El estado entre el sueño profundo y la vigilia, se sitúa en una dimensión diferente del espacio-tiempo. Podemos admitir que en él las vibraciones del cerebro son distintas de las correspondientes al estado de vigilia activa, pero no nos preocupemos de saber si se trata de ondas alfa o delta. Cuando estamos en estado de meditación es seguro que una diferente distribución de energía se efectúa en nuestro ser, pero no hay que acentuar estas modificaciones. El acento se pone en la tranquilidad.*

*Con las modernas invenciones de la tecnología —pienso en el aparato de bio feedback— se pueden medir perfectamente las actividades corporales, musculares, nerviosas, lo mismo que las vibraciones del cerebro en estado de vigilia, de sueño con sueños y de sueño profundo. Estas modificaciones son evidentes, pero si se quiere llegar a un*

*estado meditativo o contemplativo con este instrumento mecánico, se irá de cabeza al fracaso. Ciertamente podemos reducir las tensiones musculares y también la actividad cerebral gracias a este instrumento, pero en ningún caso nos permitirá detectar esa tranquilidad que no tiene dimensión.*

*Es importante darnos cuenta de que siempre estamos haciendo algo, eligiendo, estableciendo referencias. Por medio de la contemplación —que es el estado natural— podemos constatar perfectamente estos movimientos y entonces nos encontramos por unos instantes al exterior del proceso volitivo. Este estado es una percepción donde desaparece la relación entre observador y cosa observada. Está completamente fuera del tiempo. No podemos localizarlo ni corporal ni mentalmente; por lo tanto, sería mejor hablar de un no-estado.*

*En este no-estado vivido no hay ya separación; se establece una corriente de unidad, de auténtico amor. En esta unidad aparecen la personalidad y la individualidad, pero observamos claramente su naturaleza accidental. Conservamos la capacidad de establecer diferencias entre los seres, sus facultades, su temperamento o su carácter, pero no hay separación. La diversidad se inscribe en la unidad y, en realidad, sólo existe la unidad.*

P.: Cuando durante la meditación hay ausencia de pensamiento, pero se constata el movimiento del cerebro provocado por la respiración, ¿ya no hay meditación? ¿de nuevo se está haciendo algo?

R.: La agitación se produce porque los objetos, las situaciones, no se miran nunca como tales. Se observan siempre a través de la imagen de un yo. Este yo es el que reacciona, el que se opone. Si hay constatación sin juicio, sin conclusión, sin elección, la situación no se refiere ya a un objeto, a un yo, sino a la totalidad, es decir, en realidad, a una ausencia de situación delimitada. En esta observación fuera del espacio y del tiempo, no hay nadie, no hay ya complicidad, no hay ya imagen de un yo. La percepción está causada entonces por una atención sin prensión, sin memoria; se vive únicamente como presencia y los movimientos del cerebro se apaciguan.

No pretendo decir que llegarás inmediatamente a este apaciguamiento, pues hay ciertas costumbres, ciertos esquemas, que han cristalizado en ti, pero, dejando vivir las vibraciones del cerebro, podrás constatar por ti mismo un debilitamiento de estos movimientos. El apaciguamiento definitivo sólo será ya cuestión de tiempo, de vigilancia sin tensión.

Tenemos hábitos, pero, en gran parte, éstos no son más que reacciones. Contemplar el cuerpo no quiere decir fijarlo; este peligro existe cuando la contemplación se vuelve



activa. La contemplación no es ni activa ni pasiva: es. La contemplación está más allá de la actividad y así toda percepción se objetiva, se libera de la huella y de la imagen del yo. Entonces te encontrarás espontáneamente fuera del proceso del tiempo.

P.: Tengo la impresión de vivir identificado con los mecanismos de atracción y repulsión. A veces, creo estar liberado de ellos, pero enseguida vuelven a tomar fuerza. ¿Cómo liberarme de ellos?

R.: No hay más atracción o repulsión que la que existe en función de la imagen del yo que crees ser y que basa su existencia en la definición de lo que le gusta y lo que no le gusta, que se distingue de los demás por sus preferencias y aversiones y construye un universo a partir de la dualidad. La libertad reside en la ausencia de yo. El yo es ilusorio, mera construcción mental, condicionada por tu memoria y por tu afectividad. En realidad, eres totalmente libre. Estos mecanismos pueden invadirte de vez en cuando, pero tú permaneces siempre libre. Despiértate a esta libertad.

P.: Esa convicción, ¿no es sólo un concepto?

R.: La formulación es un instrumento de la comprensión. La convicción auténtica no se sitúa en ese nivel. Las palabras apuntan hacia el “yo soy”. El “yo soy” también es un pensamiento puesto que está formulado, pero no es un pensamiento como los otros. No corresponde a un objeto y podría decirse que un pensamiento sin objeto ya no es un pensamiento. El “yo soy” no te encierra en una determinación intelectual. Te devuelve directamente a la vivencia de tu naturaleza auténtica. Al no ofrecer asidero para una objetivación, te deja libre. Así pues, no es un concepto, sino una percepción original, pero no la percepción de un objeto.

Experimentarás primero esa percepción original en ausencia de objetos y, más tarde, también en presencia de objetos. Lo importante en tu caso es comprender que no eres tú el que actúa, así que, en consecuencia, no te apropias del acto. Sería un robo, pues en el momento del acto no hay más que acto. El que actúa aparece después a causa de la memoria.

P.: ¿Qué diferencia hay entre el que piensa y el pensamiento?

R.: No hay ninguna, pues ni uno ni otro existen realmente.

P.: ¿Hay preguntas que son más decisivas que otras?

R.: Si el que pregunta vive con su pregunta sin mutilarla, sin anticipar, irremediablemente será conducido a la respuesta. La pregunta lleva en sí misma la respuesta. No hay más que dejarla que se manifieste. La respuesta que aquí verbalmente se da surge directamente del silencio, no de un conocimiento anterior. Vive con esta respuesta, sin mutilarla.

P.: ¿Cómo reconocer a un maestro auténtico?

R.: Para saber si estás frente a un maestro, tendrías que ser tú mismo un maestro. No obstante, en presencia de este tipo de hombre es posible experimentar una impresión de seguridad, de afecto caluroso, de ausencia de vulgaridad, de supresión de obstáculos.

Más profundamente, la perspectiva justa consiste en considerar todo lo que vivimos como un maestro. Todo es signo, todo nos invita a descubrir nuestro ser auténtico. El objeto es el maestro, él incita a percibir el sujeto último, sin el cual él mismo no existe. Tú eres el sujeto último.

P.: ¿Qué relaciones deben mantenerse con el maestro?

R.: Para el maestro no hay discípulo.

Desde el punto de vista del discípulo, las relaciones que le unen al maestro pueden analizarse en relación al modelo de las que existen entre un director de laboratorio y su asistente. El primero conoce por sí mismo el camino a seguir para efectuar la experiencia, las condiciones de su éxito, el alcance de su realización. Transmite su conocimiento a su asistente, el cual, al comienzo, debe aceptar a título de hipótesis la posibilidad de tal experiencia para después realizarla por sí mismo. Entonces le toca a él verificar el buen fundamento de las concepciones de su director, confirmarlas, o, en caso de fracasar, invalidarlas. Lo mismo ocurre entre el maestro y el discípulo: si el discípulo no acepta llevar hasta su término el camino propuesto, le será imposible hacer la experiencia y saber exactamente lo que él es. La analogía con el camino experimental aparece aquí plenamente justificada.

El maestro no solamente está establecido en lo que enseña, también ejerce su capacidad de pedagogo, manteniendo, sin embargo, toda su libertad. Percibe a qué nivel de conciencia se encuentra el discípulo y le apoya en su camino, desmonta sus mecanismos, se los expone y le permite liberarse de ellos.

Tal análisis debe ser escuchado por el discípulo simplemente, sin conclusión, pues fluye de la experiencia. La ausencia de conclusión en relación a las indicaciones dadas por el maestro, preserva la autenticidad de la experiencia. Su verdad, su perfume, actúa entonces sobre el discípulo en toda su dimensión.

En esta relación puede ocurrir que el discípulo visualice y fije ciertos comportamientos del maestro, incluso su imagen, pero no habría que dejar que este tipo de reacciones se concretara. Por el contrario, la enseñanza no tiene otro fin que devolver al discípulo a sí mismo. Igualmente, cuando un niño piensa en su padre o en su madre, visualiza su imagen, pero muy pronto le abandona esta imagen y deja sitio al profundo calor que le une a ellos.

P.: ¿Son importantes los escritos del maestro?

R.: Cuando se ha conocido al maestro, sus escritos se asocian a la paz experimentada en su presencia. Su lectura no es simplemente rememoración, pues proporciona la oportunidad de una meditación siempre viva.

Ciertos escritos conservan todavía todo el sabor de la enseñanza, como los Evangelios, ciertas Upanishads o los diálogos de Ramana Maharsi. En este caso, la influencia espiritual transmitida por las palabras se extiende más allá del lenguaje.

P.: Pero cuando se trata de un texto escrito, ¿no corremos el riesgo de querer agarrar el contenido? ¿No hay en ello un impedimento?

R.: Por “agarrar el contenido” supongo que quieres decir encontrarte en él. En este caso, obstaculizas la enseñanza. Pero si se trata de una lectura vacante, de la misma forma que se contempla la salida o la puesta del sol, el texto despliega libremente su significado y se concluye en ti sin tu intervención.

P.: ¿Debemos aliviar los sufrimientos de los demás?

R.: Cuando estamos establecidos en el despertar a nuestra auténtica naturaleza, por este mismo hecho, aportamos una ayuda natural a nuestros semejantes. En el caso de que esta ayuda deba tomar una forma directa, tal forma seguirá siendo una emanación de esta naturaleza profunda, del ser.

Pero si esta ayuda es obra de una persona no beneficiada por esa experiencia, puede no ser más que aparente. El sufrimiento no es necesariamente una anomalía de la creación: ocupa un lugar pedagógico y sirve de señal de alarma. Hay que interrogarlo, pues

ciertamente apunta hacia una fundada justificación. Debemos aliviar, con discernimiento, el sufrimiento que encontramos en nuestro camino; queriendo suprimirlo totalmente, correríamos el riesgo de impedir al interesado que tome conciencia de sus razones profundas.

P.: ¿Cómo enfocar el sufrimiento cuando nos invade?

R.: La palabra “sufrimiento” hace surgir inmediatamente la afectividad. Quitamos la palabra y lo que le acompaña y deja que la percepción se te presente en tanto que observador puro, sin implicarte en ella. Es fundamental eliminar el nombre del sufrimiento, pues ese nombre es suficiente para crear la percepción.

Cuando te identificas con el dolor no eres más que dolor. El dolor está en ti, pero tú no eres el dolor. Si quitas la palabra y la afectividad, quitas ya la mitad del dolor.

P.: ¿Qué papel puede jugar el médico en este proceso?

R.: Un médico debe enseñar a su paciente a vivir con la percepción del sufrimiento, pero antes de nada debe liberarlo del poder que ejerce la palabra. Por ejemplo, si dices a tu paciente que se trata de un cáncer, como todos estamos informados de las connotaciones de este término por los medios de información, en cierta forma creas la enfermedad en él. El médico que le está tratando no debería revelar jamás a su paciente que se trata de ese mal. Por el contrario, debe hacerle preguntas y conducirlo a vivir inteligentemente con su percepción: preguntarle, por ejemplo, qué siente, si su malestar está localizado, difuso, etc. El paciente está obligado entonces a dar informaciones y a hacer frente a su percepción, a aceptarla, a escucharla. Se opera entonces un distanciamiento espontáneo entre él y su mal, por una parte, y entre él y el médico, por otra.

El paciente se encuentra situado entonces, en una actitud propicia para la curación. Si no adopta esta perspectiva, hay que frenar la medicación e incluso impedir la. Es, pues, importante vivir con el sufrimiento.

Si el médico está él mismo orientado, puede incluso enseñar al paciente que su percepción existe en tanto que objeto percibido y que él mismo no es un objeto tal, sino el conocedor. No lo comprenderá quizá de momento, pero reflexionará sobre ello.

P.: Somos el conocedor, pero ¿no somos también el objeto del conocimiento?

R.: El objeto del conocimiento, como el mundo, como todo lo percibido, no es más que una ilusión, no tiene realidad; sólo merece el nombre de real lo que es real en sí

mismo. Un objeto percibido no tiene realidad en sí, depende siempre de un conocedor, no tiene independencia.

Cuando se ha tomado conciencia del conocedor, el error, la ilusión cesa y el mundo no es entonces más que una expresión de lo que fundamentalmente somos. El objeto pierde así su carácter de objetividad.

P.: Pero entonces, ¿quién sufre en el momento del sufrimiento?

R.: Cuando la persona se identifica con el sufrimiento, se ahoga en él sin estar totalmente ahogada, pues si no, ya no tendría más conciencia del sufrimiento.

Si objetiva el dolor en tanto que objeto percibido, el distanciamiento toma una dimensión infinita. La percepción aparece entonces como un punto en esta inmensa perspectiva y la persona se vive ella misma y se contempla como pura observación, lo que no resulta posible cuando se identifica con el sufrimiento. Por otra parte, éste se vuelve menos punzante, se sitúa en su punto justo.

Se efectúa, pues, una transferencia de energía, un desplazamiento del eje de gravedad; el objeto percibido restablece su lugar natural: la conciencia observadora. Este planteamiento hay que vivirlo no intelectualmente sino efectivamente. Nosotros somos el observador desprovisto de todo motivo, que ni clasifica ni califica, fuera del espacio y del tiempo, ilocalizable. En esta vacuidad despierta, las percepciones juegan su libre juego.

P.: Trato de llegar a la comprensión de lo que soy por medio del pensamiento, pero, de hecho, no tengo la seguridad de que mi investigación sea seria. ¿Está más allá de todo pensamiento lo que yo busco? ¿Cómo llegar a la certeza?

R.: Lo que eres está más allá del pensamiento y no puedes imaginarlo, porque la imagen es todavía un objeto que tomas de la memoria, del pasado. Te voy a poner un ejemplo: miras un objeto, éste existe en tus distintos órganos sensoriales, es visión, audición, tacto... Tú lo sientes, pero en el fondo, este objeto, en sí mismo, no existe. Tu cuerpo es el soporte de los cinco sentidos, sin los cuales ni el cuerpo ni los objetos tienen existencia. Este objeto, en sí mismo, no es otra cosa que percepción sensorial.

Cuando la percepción y el concepto se han desvanecido, no queda más que la vida y esta vida la compartes con todo lo viviente. Puedes tener esta experiencia cada vez que una pregunta encuentra su solución, entre dos pensamientos, entre dos sensaciones. Esta atención no se localiza ni en el cuerpo ni en el psiquismo. Cuando toda localización corporal ha sido eliminada, queda una realidad que no puede ser nombrada. En esta ex-

perencia no hay ni miedo ni ansiedad, ni tampoco sufrimiento. La persona que has creído ser no existe. Sólo puede desaparecer lo que tú no eres, lo que no tiene existencia en sí mismo.

P.: Me pregunto si debo dejar de lado todas estas preguntas...

R.: Caerán por sí solas en un momento dado. Mientras no hayas llegado a una comprensión total no hay que rechazar las preguntas, pues, de todas formas, te van a ir siguiendo. Lo que realmente se ha comprendido se elimina, pero la investigación en el pasado, el análisis, el pensamiento discursivo, no pueden aportarte la auténtica comprensión. Los pensamientos se desarrollan siempre en sucesión, siempre en el tiempo y siempre se refieren al pasado, mientras que la intuición instantánea que te aporta la comprensión es súbita como el relámpago. Es entonces cuando la pregunta se elimina totalmente.

Supongo que comprendes lo que quiero decir con “comprensión súbita”.

P.: Creo haber tenido estos relámpagos en algunos momentos.

R.: Siempre pensamos en referencia a algo, pero en ciertas ocasiones no hay referencia posible. Encuentras seres que son completamente diferentes, no puedes hacer referencia a tu pasado y estás obligado a aceptar la nueva situación. Estas situaciones son las que favorecen los relámpagos de comprensión, porque no han sido fijadas en la mente.

Del modo que hemos explicado, uno queda siempre abierto, no concluye jamás, pues no se puede hacer una conclusión más que a nivel intelectual. Se abandona todo intento de asegurarse en el mundo de los objetos y uno queda únicamente como testigo en el plano de fondo. Lo que eres profundamente no es una imagen, es impensable. Es por error por lo que te objetivas: quieres verte como ves estas flores, como ves un árbol.

Cuando interrogas profundamente lo que llamas “tú mismo”, puedes constatar en la vida de todos los días que te localizas en sensaciones completamente fijadas de una forma casi definitiva. Algunas veces, estas localizaciones parecen desintegrarse, por ejemplo, en la contemplación de una hermosa puesta de sol o escuchando música o poesía. Se tiene entonces la impresión de que el esquema corporal se dilata y de que el cuerpo se transforma en una masa dinámica, aérea, producida por la admiración y la belleza.

P.: La persona que continuamente se sitúa psicofisiológicamente, que está en continua agitación ¿puede experimentar el “yo soy”, el “sí mismo” y estar simultáneamente sumergido en el marco corporal o mental?

R.: Cuando la imagen o la sensación se han eliminado completamente, como algunas veces ocurre antes de decir “he comprendido” o en los momentos de admiración o de asombro, no hay nadie: es una experiencia absolutamente no-dual, sin observador ni cosa observada. Por ejemplo, en el sueño profundo no experimentas ni pensamiento ni imagen ni sensación. Hablo del sueño profundo que dura alrededor de una hora u hora y media; el resto del sueño es únicamente relación sujeto-objeto, pero en el sueño profundo no hay ni imagen ni sensación. Por el contrario, la conciencia permanece, pues la constatación de una ausencia supone una presencia. Es necesaria una observación inmóvil para constatar el cambio.

Esta conciencia no ha nacido ni muere jamás; es un *continuum*, es la vida. Hay que distinguir entre el poseedor de la energía y la energía. Sólo el poseedor de la energía es. No puede revelarse más que por la gracia, que entra en juego cuando has comprendido profundamente que no eres esa energía, es decir, tu cuerpo, tus emociones, tus pensamientos.

P.: ¿Hay que parar los pensamientos?

R.: No se trata de parar los pensamientos, sino de cesar de identificarse con lo que no eres.

Dejando vivir la sensación, la imagen que tienes de ti y su carga afectiva se eliminan y te despiertas a tu naturaleza profunda. En una gran intimidad contigo mismo, puedes depositar, a manera de ofrenda, tus sensaciones, emociones e ideas, como vestiduras que uno se quita; quedará una estricta desnudez que es vacuidad completa, en la que no hay ni observador ni cosa observada. Es lo que yo llamo Dios, empleando un concepto. Es una experiencia incommunicable. Si no dejas vivir esto en ti, como un regalo que te ha sido dado, no lo puedes comprender.

Esta comprensión, como he dicho, es instantánea, fulgurante, cuando hemos visto que no somos un conjunto de imágenes. Entonces queda la lucidez, que se percibe a sí misma por sí misma. No necesita agente para conocerse y puede revelárenos en cualquier circunstancia: un contacto con la belleza, con la música, con lo inesperado. Desgraciadamente, torpedeamos, por decirlo así, esta experiencia, atribuyéndole a continuación una causa: yo lo he hecho... En realidad, el acto se realiza en ausencia de autor.

La experiencia de esta lucidez se realiza primero en ausencia de pensamiento. La unidad aparece entonces en una vivencia fuera del espacio y del tiempo. Más tarde la realización del ser es efectiva, incluso en presencia de pensamientos: entonces eres consciente a la vez del mundo y de ti mismo. Más tarde la realización del ser es efectiva incluso en presencia de pensamientos: eres consciente a la vez del mundo y de ti mismo. Lo importante es la calidad de tu atención en la vida cotidiana. Si te haces la pregunta: “¿puedo encontrarme en la diversidad de este universo o soy radicalmente distinto?”, estás ya abierto a la gracia. Esa pregunta no puede venir más que de lo más profundo de ti mismo.

P.: Usted ha hablado de sueño profundo, pero cuando uno duerme está inconsciente, no sabe que duerme.

R.: En realidad, no hay sueño profundo. Sin el que duerme, sin el que sueña, sin el que vela, no hay ni sueño profundo, ni sueño con sueños, ni estado de vigilia. La existencia de estos tres estados está subordinada a la aparición de los tres personajes en el telón de fondo de la conciencia, que jamás duerme.

P.: ¿Hay incompatibilidad entre la sabiduría que usted enseña y la sabiduría cristiana?

R.: Ninguna religión es propietaria de la sabiduría. La sabiduría no es ni antigua ni moderna, ni occidental ni oriental; es la vivencia en el pleno sentido del término y vivencia no hay más que una. Las diferentes religiones, si proceden de una tradición auténtica, apuntan hacia esta vivencia. Los modos de planteamiento varían según las épocas, las circunstancias, las personas, pero la experiencia de la realidad es una.

P.: Se dice que la naturaleza tiene miedo al vacío. También la individualidad humana parece tener miedo al vacío. ¿Cuál es la naturaleza real de este vacío?

R.: El vacío del que tú hablas es algo que está lleno. Se sitúa en un espacio físico o geométrico. El vacío del que yo hablo está fuera del espacio y del tiempo. En esta perspectiva, lo que yo llamo “centro” no está localizado. Es un punto sin dimensión ni periferia.

El centro está en todas partes y la circunferencia en ninguna. En nuestra vida cotidiana, abandonamos aparentemente este centro para realizar las acciones comunes: lavarse, vestirse, alimentarse, etc. Considero importante constatar cómo abandonamos



intencionadamente ese centro para identificamos con las funciones inherentes a nuestra naturaleza. Nos conocemos en tanto que imagen, buscamos situarnos corporal o psíquicamente en un espacio-tiempo. La imagen siempre está separada de la unidad, la imagen es el conflicto, la enfermedad. Intentamos desesperadamente salir de la enfermedad, de la insuficiencia, de la inseguridad. Constantemente tomamos los itinerarios de lo conocido, de la memoria, del pasado. Buscamos siempre tener experiencias, pero éstas son únicamente movimientos del pensamiento ligados a un objeto. En estas experiencias el deseo es, en ocasiones, colmado, pero el miedo a perder la satisfacción aún está presente. Hay que constatar muy claramente este movimiento.

P.: ¿Quiere decir que lo que se llama “vacío” no es el verdadero vacío?

R.: Exactamente. Nosotros pensamos con palabras. Las palabras no son más que símbolos que apuntan hacia la unidad.

P.: ¿Por qué a algunos se les niega la posibilidad de practicar un yoga auténtico?

R.: ¿Por qué quieres tú practicar el yoga?

P.: Para sufrir menos físicamente y para mejorar espiritualmente.

R.: Parece ser que todavía quieres alcanzar un objetivo.

P.: Cuando se está mal, se tiene ganas de sanar...

R.: Date cuenta de que queriendo detener lo que tú llamas “mal”, resistes, reaccionas y lo fijas. Si tomas conciencia de ello, estará eliminada ya la mitad del dolor, puesto que éste es sólo resistencia.

P.: ¿Resistencia, a qué?

R.: Resistencia a la percepción. Te propongo no resistir. Deja libre expansión a la percepción, acéptala como tal percepción. Si aceptas sin restricción, estarás en posición de observación. Ocuparás efectivamente el centro de tu ser. Entonces la percepción se expandirá y se desvanecerá. Pero tú no aceptas y así mantienes el dolor, lo alimentas. No puede realizarse una curación con una actitud de esta clase. La localización de tu dolor procede de una resistencia en una situación pasada. Has canalizado y fijado esta

reacción. Por medio de la aceptación se produce un “soltar”. Abres la jaula y el pájaro vuela.

P.: Digamos entonces que es la inteligencia la que resulta insuficiente, porque para aceptar hay que comprender.

R.: El que acepta está completamente despierto. En esta observación no obstruida por la memoria, ausente la preocupación por concluir, estás fuera del espacio y del tiempo. Ahí se produce la experiencia de la vacuidad. El gurú interior se revela en ti. Si es posible una armonización, una transferencia de energía, es únicamente en una atención sin intención.

La razón de ser de la percepción es la de revelar al que percibe, que se integra en una visión panorámica en el espacio vacante de la atención. Llegará un día en que te despertarás en esa atención que no es una facultad mental, sino aquello de lo que emerge toda facultad mental.

P.: ¿Tiene la relajación alguna relación con la aceptación?

R.: La relajación auténtica sólo se produce en la actitud de observación de que estamos hablando. En ese momento, ya no superponemos un esquema corporal. En la atención no debe haber visualización del cuerpo, pues tal visualización forma parte del esquema corporal. Observamos una expansión de energía. Esta energía va a desplazarse en un espacio sin límites y tu cuerpo se desvanecerá en la atención.

Tomar la relajación como tema de observación se revela como algo muy fructífero, porque de esta manera tomamos conciencia de que jamás soltamos. Siempre buscamos amarrarnos a algún lugar. Jamás observamos. Nos precipitamos siempre en un proceso volitivo. De esta forma, nunca puede producirse la relajación, si es que uno quiere relajarse, pues el que quiere relajarse pertenece también al complejo de la tensión. La relajación no se produce intencionadamente, sino mediante un dejar-hacer. Desgraciadamente, nunca dejamos hacer.

El cuerpo no es más que un esquema cerebral que se establece en nosotros cada mañana al despertar. Este esquema es, a veces, torpedeado por una buena noticia que inmediatamente produce un aligeramiento y nos pone alas. Por el contrario, una mala noticia desencadena un movimiento centrípeto, una densificación. Pero la transparencia no es nuestro estado ordinario. Tomemos conciencia de que no conocemos nuestro cuerpo, sino sola mente su esquema.

P.: ¿Se puede hacer estallar este esquema, por ejemplo con el uso de drogas?

R.: Sí, algunas drogas te hacen salir del esquema corporal, pero creando otro esquema. Salir del esquema corporal no es posible más que en un total dejar-hacer. Entonces el cuerpo se conoce a sí mismo, redescubre su estado original, su salud, su equilibrio.

P.: ¿Quiere decir que en este dejar-hacer el cerebro no conserva ya su dominio sobre el conjunto del cuerpo? ¿Es que cada zona del cuerpo vive por sí misma sin referencia al cerebro?

R.: El esquema del cuerpo crea una cierta cantidad de nudos. Cuando se le deja al cuerpo la posibilidad de presentarse ante nuestra observación, ya no hay más referencia a estos nudos. Se deshacen y ese aflojamiento se extiende a sus proximidades, que son igualmente esquemáticas, pero que, a continuación, cambian.

Sólo se utiliza una fracción de las posibilidades del cerebro. La actitud de observación evocada aquí, despierta sus restantes posibilidades.

P.: ¿Desaparecen todas las inhibiciones?

R.: Sí.

P.: ¿Es la aceptación total la que hace desaparecer las inhibiciones?

R.: Exactamente.

P.: ¿Puede decirnos qué es la fe?

R.: La fe es el presentimiento de la verdad. Si nos dejamos absorber completamente por el presentimiento que procede directamente de lo que se presiente, si lo dejamos vivir sin asociarlo a ninguna cosa objetiva, pronto o tarde nos despertaremos a la realidad de nuestra naturaleza, el ser. La fe no es la proyección de ningún tipo de entidad.

## SAINT-PAUL DE VENCE

*Cuando la observación es completamente virgen, no se realiza ya a partir de un punto de vista. Se trata entonces de una visión estable, global, comparable a la hoja blanca que constituye el soporte de la escritura; captados por el desarrollo del relato, perdemos la noción de la hoja en blanco. Solamente nos conocemos en nuestras experiencias, es decir, de un modo objetivo, pero hemos perdido el sabor que está detrás de toda experiencia y de toda percepción.*

P.: Cuando ya no se dirige la atención a los objetos, como ocurre cuando la mente se apacigua y se está atento a la atención, me parece que nos encontramos en un momento especialmente delicado. ¿Podría hablar de ello?

R.: Cualquiera que sea la naturaleza de la percepción, ya se trate de una cosa observada en el exterior o de un objeto que te parece más cercano a ti, a tu cuerpo, la observación de la que aquí hablamos es exactamente la misma. Hay que ver de una forma real que superponemos constantemente un esquema cerebral a la percepción de nuestro cuerpo. Este esquema, en el fondo, no es más que una reacción. Se debe, pues, observar este movimiento y dejar que la sensación se presente en una atención completamente virgen.

El cuerpo es un objeto percibido por los cinco sentidos, se hace cuerpo porque lo sentimos, pero no se debe tratar de configurarlo o representarlo. Libre de referencias, libre del sujeto que experimenta, el cuerpo te contará su historia, que es ajena a todo esquema fijado. Verás que todo lo que se presenta durante el día toma un aspecto completamente distinto en esta observación que no juzga y que no forma parte de la estructura de la persona. Todo pensamiento o intención, todo sujeto de experiencia, no son, en el fondo, más que reacciones destinadas a evitar el sufrimiento. El sujeto que experimenta no es más que defensa. Cuando no hay un experimentador, las cosas cambian, pero lo esencial permanece.

P.: Nos dice usted que no hay que juzgar, pero lo cierto es que, a causa de la educación, tenemos una noción del bien y del mal. ¿Puede hablarnos del bien y del mal?

R.: Bien ¿para quién? Mal ¿para quién? Lo que en una determinada época estaba bien, hoy está mal. Lo que está bien en ciertas partes del globo, está mal para nosotros y viceversa. No se pueden fijar normas universales del bien y del mal.

P.: ¿No hay bien, aunque sea la acción justa la que nos guía?

R.: Una acción no se repite jamás. Naturalmente, existe en cada caso una forma correcta de actuar apropiada al instante concreto, a las circunstancias; pero un código moral está destinado a asegurar una sociedad. Mientras los hombres que constituyen esta sociedad se crean entidades personales, será necesario un código de ese tipo. Lo que nos deja sin deseo en una inmensa libertad, en una realización total, eso es el bien. Lo que nos deja en un conflicto, en una carencia, eso es el mal.

P.: ¿Siempre se sabe uno sí mismo?

R.: Cuando se está alegre no se sabe, porque cuando se sabe se convierte en un estado. La verdadera alegría no es un estado.

P.: ¿Quiere esto decir que incluso si se recibe una mala noticia, en este estado del que usted habla, se acepta lo que viene y se está interiormente en paz?

R.: Interiormente se está en paz y lo que se suele llamar “una mala noticia” es sólo una noticia. Lo más que puede decirse es que esa noticia no es apropiada a la situación. No hay objeto malo ni objeto bueno. El mundo es esencialmente bueno, el hombre es fundamentalmente bueno.

P.: ¿Quién ha creado a la persona?

R.: La objetivación, la personificación, son inherentes a la realidad misma; en el fondo, es sólo un juego. Detrás de la personificación se esconde la realidad, siempre fuera del alcance de la persona. Se te revela cuando has reconocido profundamente que la persona no es más que un objeto como cualquier otro, un pensamiento como cualquier otro.

P.: Usted ha escrito: “la realidad se revela en el fondo del desierto”. ¿Por qué esta imagen?

R.: El desierto es una observación no habitada, exenta de concepto, una observación completamente desnuda: el Sahara. Cuando la observación es completamente virgen, en ausencia de un sujeto que experimenta, está totalmente libre, vacía, y entonces ella se conoce a sí misma.

P.: Cuando el vacío es completo ¿hay todavía observación, nombre y forma?

R.: ¿Quieres decir cuando el vacío se conoce a sí mismo? En ese momento ya no hay nadie que contempla, es un estado no-dual. Estás en un espacio infinito en el que juega la omniposibilidad. Por lo general, podemos ser conscientes de una flor, de un árbol, pero no nos conocemos en tanto que conocedor. No nos sabemos en el acto de conocer.

P.: ¿Qué es lo que sucede en nosotros cuando contemplamos las danzas sagradas de la india?

R.: Fuera de la presencia de Shiva no hay danza. Shiva, que es el Atman, la realidad última, la conciencia, conoce el mundo en movimiento a través de su danza, crea el mundo sin ser afectado en modo alguno por su creación. Shiva eres tú mismo, tú mismo en tanto que observación.

Cuando no se ha visto nunca esa clase de formas y movimientos, esa manera de jugar con el espacio, se produce al principio un cierto desconcierto, pues siempre se pretende encontrar los movimientos a que se está ya acostumbrado en los ballets de ópera o en las danzas expresivas. La música que marca el ritmo de esta danza, muy diferente a nuestra música occidental, también nos sorprende. Nos quedamos un poco a la expectativa. Los textos poéticos que se invocan, completamente simbólicos, nunca determinan. Hay que trasponerlos inmediatamente para llegar a una comprensión profunda. Por tanto, no tenemos posibilidad de encontrarnos en tanto que objeto y, sin pretenderlo, nos vemos conducidos hacia una atención sin referencias, completamente virgen, como Shiva, como la realidad, y en medio de este desierto surge el movimiento de las estrellas.

Todos los movimientos que percibes están exclusivamente formados de energía: es un cosmos en movimiento constante que jamás se repite, carente de toda finalidad, entregado a la danza para expresar la pura alegría de ser.

P.: ¿Qué quiere decir cuando afirma que el hombre es profundamente bueno?

R.: El nombre y la forma aparecen en el ser y se reabsorben en el ser. A nivel del ser, de la observación pura, no se puede hablar ni siquiera de bondad. Amor sería quizás la

palabra más apropiada para esta vivencia. La bondad emana del amor: primero está el amor y después la bondad.

Tan pronto el hombre se identifica con el nombre y la forma, con lo que aparece y desaparece, se separa de su origen, de su finalidad, de su realidad. Entonces nacen forzosamente la inseguridad, el miedo, los conflictos, y en esta situación no puede ya, efectivamente, ser bueno.

En la unidad del ser no hay oposición.

P.: A veces se tiene la impresión de que ha desaparecido la imagen, pero no obstante vuelve sin cesar. ¿Cuál es exactamente su raíz?

R.: No se puede hablar de la raíz de una imagen que no existe. No tiene raíz, es un accidente.

P.: Pero, para mí, la imagen tiene existencia...

R.: Contempla cómo tú mismo la creas constantemente.

P.: Sí, pero sin embargo no desaparece.

R.: Exactamente. Para convencerte de que la imagen existe, la proyectas. Sin esta proyección, que no es más que un acto reflejo, un hábito, no hay imagen. Cuando se vive una unión profunda con un ser hay afecto, pero no imagen.

P.: En ocasiones hay afecto, pero la imagen viene con frecuencia a turbarlo y lo transforma en afectividad. Esto supone una dificultad para trascender la imagen.

R.: Hay que amar la aparición de esta imagen con un amor global, porque haciéndolo así, la verás íntegramente. No tienes que culpabilizarte, ni siquiera juzgarte. No te pido tampoco que la aceptes, sino que la ames. En ese momento, el antiguo hábito que te separa del amor te abandonará; ten la seguridad de ello.

P.: Todo trabajo sobre las energías, ¿no es todavía un asegurarse?

R.: No se trabaja sobre las energías, se las libera.

Cuando estás totalmente a la escucha de tu cuerpo, asistes a un inmenso soltar en todos los niveles: muscular, nervioso, etc. Esto permite que se de a continuación una nue-

va orquestación de la energía; pero no se trabaja la energía, todo es energía. La energía es también conciencia, fluye de la conciencia.

P.: ¿Es inagotable la energía?

R.: Inagotable. La persona que observa de manera inocente, no se conoce todavía en tanto que observación. Lo importante es situarse de una manera estable en este conocimiento, haya o no percepción de objetos.

Se puede decir que me conozco primero en mis reacciones, defensas y juicios preestablecidos para asegurarme en el futuro, lo que constituye una cierta forma de conocerse.

La segunda etapa consiste en darme cuenta de que puedo considerar todo lo que se percibe como un objeto y que yo soy el que lo percibe.

En un tercer estadio, me descubro en esta observación y ya no hay entonces nada más que observar. Al principio estoy identificado con el objeto, luego me considero conocedor de ese objeto y, por fin, me encuentro siendo el conocedor.

En cuarto lugar, me sé en esta inocencia incluso en presencia de objetos.

Este es el sentido del aforismo Zen, según el cual al principio las montañas son montañas, luego dejan de serlo y finalmente vuelven a ser montañas de nuevo. En este punto ya no hay objetos aislados, sino la experiencia de la realidad última. Al principio el mundo es irreal; en la medida en que depende siempre de un conocedor, no tiene realidad en sí mismo.

P.: ¿Es posible ser consciente a la vez de los objetos y de la conciencia?

R.: Sí. Las dos son una sola cosa.

P.: La memoria es necesaria para poder sobrevivir, al menos corporalmente. ¿Qué actitud tener respecto a ello?

R.: No hay que visualizar las percepciones, las sensaciones. Lo que tú llamas corporalidad es una imagen cerebral que fijas cuando piensas en tu cuerpo. Te recomiendo no visualizar y dar a tu cuerpo la posibilidad de presentarse ante ti, es decir, dejar el campo libre a todas las sensaciones.

P.: ¿De dónde nace la poesía?



R.: El elemento esencial de la poesía es el ritmo. Inicialmente, se está habituado por un ritmo muy profundo que, en toda su verdad, acciona el dinamismo cerebral y busca la palabra, pero la base es una forma rítmica. Eso se siente; si no, no hay poesía.

P.: ¿Somos nosotros ritmo también?

R.: Nosotros no somos más que ritmo. La energía que se despliega no es más que ritmo.

P.: A propósito del ritmo, ¿cuál es el interés de la astrología?

R.: En el fondo es también un medio que la persona utiliza para asegurarse.

P.: ¿Pero el objetivo de las ciencias tradicionales no es precisamente acabar con esa pretensión de asegurarse?

R.: Lo que aquí nos interesa es lo que constituye el principio de todo y la forma de descubrirlo. Esta verdad se ha transmitido de maestro a discípulo y en este sentido, es tradición. Hay que distinguir entre tradición y tradicionalismo.

P.: En este sentido se dice que el corazón de la tradición está en la relación maestro-discípulo. ¿Puede usted explicar este punto?

R.: ¿Te refieres a las relaciones entre el que enseña y el que es enseñado? No hay nada que enseñar: lo que fundamentalmente somos no se enseña como la historia o la geografía. El que verdaderamente enseña apunta hacia lo que no es susceptible de enseñarse, es decir, hacia tu naturaleza verdadera.

Puedes hacer numerosas preguntas que surgen de tu experiencia, pero la respuesta que se te da no puede fijarse mentalmente. Te deja siempre en un plano no mental, sin referencia conocida para orientarte y permanentemente eres devuelto a ti mismo. Esto es todo lo que puede hacer el maestro. Naturalmente, lo que se enseña fluye de lo que no puede enseñarse. Es el perfume de la flor que tú eres. Es por este motivo por lo que se te aconseja no intentar memorizar las respuestas que aquí se dan: no reteniendo nada, el perfume habitará en ti.

P.: ¿No puede decirse que el que enseña, establecido en esta no-dualidad, en cierta forma orienta al enseñado?

R.: El que enseña te muestra por todos los medios que tú no eres el que crees ser. Te quita todo asidero y cuando ya no queda ninguno, quedas disponible en un despertar a ti mismo que no se deja verbalizar.

P.: Como usted decía el otro día, la inseguridad total es la seguridad perfecta...

R.: Sí. En la inseguridad objetiva encuentras la seguridad no objetiva.

P.: ¿Tiene el samadhi algo en común con el despertar espontáneo en esta presencia?

R.: Es importante que no te identifiques con tu imaginación. Es decir, no debes tomarte por lo que no eres. Todo lo que aparece y desaparece, todos los estados que conoces no son "tú". Cuando te sientes identificado con un objeto limitado, puedes constatar que esa identificación existe sólo mientras tú la piensas. Cuando tomas conciencia del funcionamiento de tu psiquismo, de este psiquismo en continua oscilación entre pasado y futuro, entre lo que eres y lo que quisieras ser, no sigues siendo víctima de ese artificio.

En la mayoría de las personas, el psiquismo funciona en un plano horizontal, entre el pasado y el futuro, lo que ocasiona una pérdida de energía muy considerable. Desde el momento en que permaneces en calidad de espectador, como mero testigo, te sitúas espontáneamente al exterior de estas oscilaciones creadas por el sujeto que no es él mismo, sino una creación que se atribuye autonomía e independencia. Cuando ya no eres cómplice de estas oscilaciones, es decir, cuando las contemplas, entonces las despojas del alimento que necesitan y se debilitan hasta el punto de reabsorberse en la contemplación. Esta contemplación no está aquí ni allá, no podemos nombrarla, no podemos situarla en un dominio perceptivo o conceptual. Este estado es el samadhi auténtico, es nuestro estado natural. No podemos adquirirlo, puesto que ya lo somos. Todo estado susceptible de ser adquirido no es más que un paraíso artificial.

Lo importante es no considerarte como actor, como pensador, sino simplemente como contemplador. En esta contemplación debes dejar vivir lo que se presenta en ti, debes dejar que el pensamiento se articule libremente. Nunca se deja concluir los pensamientos, siempre se superponen, se interrumpen. Deja concluir, sin sacar conclusiones, todo lo que se presenta.

Esta comprensión produce un distanciamiento, un despegarse de los pensamientos. Estos se debilitan y todas las energías dispersas entre el pasado y el futuro convergen en

un momento dado y se unen en un solo punto no localizado. Este punto es el ahora: ahí se encuentra tu verdadera base.

P.: ¿Qué actitud adoptar ante el sufrimiento físico?

R.: El dolor existe para alguien. Si te identificas con tu dolor, te ahogará completamente en él y entonces luchas y te defiendes. El dolor te permite situarte, comprender que no eres lo que está dolorido. Eres, de alguna manera, el conocedor del dolor.

Cuando dejas despertar completamente la sensación, llega un momento en que no queda más que una masa sensible. Eliminarás así una gran parte del dolor. En el fondo, el dolor, al igual que el sufrimiento psíquico, son signos que nos permiten situarnos. Cuando todo va bien, el placer, las cosas agradables, nos parecen naturales, mientras que la experiencia del dolor, del sufrimiento, nos proporciona la ocasión de situarnos en un eje que trasciende el placer y el sufrimiento, en un eje que es presencia silenciosa. Sólo este eje, este centro, representa una posición liberadora en donde el dolor puede encontrar la posibilidad de eliminarse. De esta manera el organismo encuentra de nuevo su equilibrio, porque en el fondo el dolor no es más que una ruptura de la armonía.

Toda intervención sobre el dolor es completamente arbitraria. El auténtico médico conoce la naturaleza de las cosas y esta naturaleza es funcionamiento armónico. Su presencia y su intervención tienen como fin ayudar al cuerpo y al psiquismo a encontrar de nuevo la armonía. Pero para reintegrar el equilibrio es muy importante que tú mismo tomes conscientemente la actitud de observación, porque el desequilibrio no procede de la naturaleza misma, sino de la intervención de un yo, de un sujeto, de una persona. Esta persona, aislada, genera el conflicto, la desarmonía.

Cuando contemplas el sufrimiento y el dolor, te desligas también de la persona y esta posición, que es atención total, esta conciencia una, permite que todo vuelva de nuevo al orden, se trate de ti o de otra persona.

P.: Usted ha dicho que el plano de fondo escuchaba la pregunta; si estuviéramos suficientemente silenciosos ¿debería venirnos la respuesta?

R.: Cuando estás silencioso, cuando no hay elección ni referencia, estás en el plano de fondo y en ese momento no hay pregunta.

P.: Cuando hay una pregunta ¿es porque no se está en el plano de fondo, siendo el yo el que la formula?

R.: Sí.

P.: ¿Una pregunta que nace del yo puede ser una pregunta justa?

R.: ¿Quieres decir que si hay una pregunta que engloba a todas las demás?

P.: Exactamente.

R.: La pregunta que engloba a todas las preguntas es “¿quién soy yo?”

P.: Pero si es el yo el que todavía se hace la pregunta ¿puede considerarse una pregunta auténtica?

R.: ¿Quién si no podría hacer la pregunta? El que es no la hará.

P.: Entonces, si el que es no hace la pregunta por el hecho de que él es y si, por otra parte, el yo, por el hecho de no ser, no puede hacerla, ¿dónde está la pregunta?

R.: Una pregunta surge siempre de un conflicto, de otra forma no hay pregunta. Antes de que el yo formule la pregunta ya presiente la respuesta. El yo tiene un origen y este origen se presiente; si así no fuera, no habría conflicto. Para que pueda hablarse de conflicto hay que conocer también un estado de no-conflicto.

Sólo la presencia de la verdad permite presentir un estado de no-conflicto, que es el origen de todo. El yo no se hace la pregunta “¿quién soy yo?” más que cuando ha alcanzado una cierta madurez. A partir de ese momento ya no falta más que encontrar la respuesta correcta.

P.: El presentimiento es un poco como el perfume de la flor; cuando se está cerca de la flor se huele su perfume, pero, sin embargo, no se suele encontrar en la vida cotidiana. Uno conoce la pregunta, vive más en la pregunta, pero ya no tiene ese presentimiento de forma tan intensa, lo que impide la formulación de la pregunta.

R.: El presentimiento, digamos el perfume de la flor, está cubierto por la forma y el nombre de la flor. Si quitas el nombre de la flor y el concepto de la forma ¿qué queda?

Sólo el perfume. El nombre y la forma es lo que superpone la serpiente a la cuerda<sup>1</sup>. El perfume de la flor y nuestro perfume, cuando vivimos en perfecta unidad, no se distinguen en absoluto. En el estado meditativo no hay más que un único perfume. Si quitas el nombre y la forma a tu amada sólo queda el amor que tienes en identidad con ella. Entonces ese perfume os une. En ese perfume no hay ya memoria afectiva impregnada de un devenir y la vida se vuelve creativa, abierta a la omniposibilidad. Tú sigues siendo el mismo, pero la memoria afectiva te ha abandonado por completo.

Antes, cuando el yo tenía necesidad de seguridad, de encontrar referencias, no se veía más que los clichés; ahora las cosas comienzan a hablarte en un lenguaje diferente. Miras el mundo como el niño que ve la vía láctea por vez primera, lo que genera un cambio radical en tus relaciones. No fijas ya tu entorno, no esquematizas más, no catalogas, tu mirada es nueva a cada instante lo que conlleva el establecimiento de unas relaciones armoniosas con tu entorno, mientras que la persona que pretende asegurarse encierra a su entorno.

P.: Sabemos que no basta que aparezca un “liberado-en-vida” para que todo lo que es vivo se libere.

R.: El término “liberado-en-vida” es incorrecto; es la traducción de *jivan-mukta*, un término totalmente falso, puesto que no hay *jiva*, no hay individuo. No hay nadie a quien liberar, no se puede liberar algo que no existe; por lo tanto, es un vocablo inadecuado.

---

<sup>1</sup> Alusión al conocido ejemplo de la tradición vedántica, según la cual la ignorancia hace ver una serpiente donde sólo hay una cuerda.

## DEVADATTA

P.: ¿Cuál es el sentido de la creación?

R.: La finalidad del objeto es revelar al sujeto último. El objeto aparece en la conciencia y apunta hacia ella. El científico busca el significado de un objeto en relación a otros, ya que el objeto, en cuanto tal, le deja en la insatisfacción, pues en cierta forma plantea el interrogante de su origen. Este camino está, a fin de cuentas, abocado al fracaso. El objeto que es la supuesta causa del anterior, al no ser él mismo nada más que otro objeto, no puede encontrar su significado más que en relación a su propia causa, lo que implica una regresión al infinito.

Por el contrario, el que busca su naturaleza verdadera enfoca el significado del objeto en relación al sujeto, es decir, a la conciencia. Siendo ésta impensable, por el hecho de ser el testigo de los pensamientos, el camino conceptual se detiene espontáneamente, dejando al que busca en la experiencia de su auténtica naturaleza. Entonces cae en la cuenta de que el objeto no es más que una expresión, una prolongación del sujeto. De hecho, no hay ni sujeto ni objeto, todo esto no es más que memoria.

En el momento de la percepción sólo hay percepción. No hay sujeto, pues un pensamiento y una sensación no pueden existir simultáneamente en la conciencia. Por la misma razón, tampoco hay objeto. El sujeto auténtico, la conciencia, jamás puede ser percibido, no está ligado al espacio-tiempo, a la aparición y desaparición de objetos. Los objetos aparecen en el estado de vigilia o de sueños, pero el sujeto último es el soporte y la luz de todos los estados.

Vivimos momentos en los que el pensamiento, la sensación, la emoción, están ausentes. Estos momentos revelan la presencia. No podríamos hablar de ausencia si no hubiera presencia. En nuestros diálogos, es esta presencia lo que nos interesa. A ella nos remitimos sin cesar, hacia ella apuntamos continuamente.

P.: Me parece difícil tratar de apuntar continuamente hacia esta presencia lúcida...

R.: Sólo una mirada libre de valoración, de referencia, de enjuiciamiento, de conclusión, puede revelarse a sí misma. En una mirada así, estás fuera del proceso miedo-seguridad, fuera de la oscilación entre pasado y futuro.

En esta mirada global se revela la omniposibilidad. Por el contrario, cuando se ocupa el punto de vista de la persona se queda prisionero de la memoria.

P.: ¿Por qué se habla con palabras cuando es suficiente la mirada?

R.: Nadie te impide hablar únicamente con la mirada, nadie te obliga a buscar un contacto verbal. En una sociedad mundana, únicamente conocemos relaciones a nivel de lenguaje. En el fondo, el lenguaje apunta hacia lo que está detrás de él. Las grandes obras maestras apuntan esencialmente hacia lo vacío.

P.: ¿Cómo vivir los problemas de la vida cotidiana apuntando al mismo tiempo hacia la armonía?

R.: En ausencia del yo no hay más que amor y entonces ya no hay problemas. El problema no se plantea más que para alguien. Este alguien, al ser una fracción, no puede ver más que fracciones.

La auténtica inteligencia fluye siempre del plano de fondo impersonal. Allí donde no hay nadie hay comportamiento justo y pensamiento justo; de otra manera, sólo hay relación de persona a persona, de objeto a objeto, y de esta manera sólo se vive en el plano de las reacciones.

P.: ¿Por qué el yo tiene tanto miedo de abrirse a lo impersonal?

R.: En lo impersonal no hay sitio para un yo. El yo es un objeto como otro cualquiera. Cuando este yo se hace objeto de una escucha no aprehensiva, no puede mantenerse y se desvanece, muere en la contemplación. Desde el momento en que te liberas del yo, los traumatismos y los nudos que le acompañan se liberan también; es la persona quien mantiene los traumatismos. Sólo una escucha vacía de la noción de persona puede liberarlos.

En una escucha así, la imagen, la fijación, el traumatismo, desaparecen. La imagen existe en relación a pasado y futuro. Al dejar vivir la imagen, la afectividad que le es inherente se libera, porque el traumatismo es debido a un punto de vista fragmentario, creado por una reacción, un rechazo, una resistencia. Si se mira globalmente desde esta actitud impersonal de la que hablamos hacia aquello que opone resistencia, la imagen se

despoja de su carga afectiva y recupera su estado natural que no es otro que la plenitud. Querer liberarse de un traumatismo manteniendo su base, el yo, la persona, no es más que una pérdida de energía.

P.: Ha dicho usted que en la meditación no había que formular, pero constato que el flujo de pensamientos continúa; ¿qué hacer?

R.: Si dejas libre al pensamiento, más pronto o más tarde se consumirá, pero si entras en la sucesión de pensamientos, si te objetivas, no haces más que alimentar la agitación mental. Es preferible que centres únicamente tu interés en lo que ocurre en el plano corporal, en la sensación. De esta manera no continuará la formulación. Dejarás la sensación totalmente libre y descubrirás en ti una gama de sensaciones muy variada: pesadez, gravedad, calor, vacío, ligereza, etc. Observa estas sensaciones. Por “observar” quiero decir que dejes libre curso a la sensación, sin visualizar el cuerpo. Verás cómo se produce una unificación de la sensación. La opacidad, la pesadez, la cerrazón, no son más que superposiciones. No son más que memoria.

Cuando dejas despertar la sensación, cuando dejas hablar al cuerpo sin superponerle tus esquemas habituales, encuentras un cuerpo diferente. Dejándole contar su historia, permaneciendo como atención, no hay verbalización. Comprendes que tú no estás en el cuerpo, sino que el cuerpo está en ti, en tu observación. En el fondo, no existe nada que no esté en tu observación. Un día vas a encontrarte en esta observación, vas a ser conscientemente esta observación.

P.: En este estado perfecto ¿no habría peligro de hacerse egoísta, de no ocuparse por los demás, de no comprenderles ni ayudarles?

R.: En esta observación no hay “los demás”, pues la observación es el corazón de todos los seres vivos. Cuando vives en esta intimidad contigo mismo, si en el plano de las apariencias encuentras a otro que desea ser ayudado, entonces surgirá en ti una ayuda espontánea, eficaz, apropiada a las circunstancias, sin convertirte en ningún momento en un profesional de la ayuda.

La angustia del que tiene necesidad de ser ayudado es esencialmente un poste de señalización para él. En este amor que tienes en unidad con él, tienes que ayudarlo y lo haces naturalmente para aligerar su tarea, pero no habría que quitársela totalmente.

En este despertar a la atención, hay adecuación a cada instante. La acción fluye espontáneamente de esta observación. No deja residuos en ti ni rémoras psíquicas con el riesgo de convertirse a continuación en objetos a los que la persona se refiera, sea para



atemorizarse, sea para quejarse. La necesidad de recapitular y de prever desaparece. Llevas una vida rica, creativa, en una presencia continua a ti mismo.

P.: ¿Cómo mantener esta presencia a sí mismo haciendo una factura o pensando en un problema técnico? Parece que eso es difícil...

R.: El acto fluye espontáneamente de la observación, pero para articular la acción son necesarios el artesano y sus instrumentos. Tu observación siempre está presente. Es una presencia a la presencia. Eres conscientemente el espectador que está en la sala y disfrutas del espectáculo que se desarrolla en el escenario.

De esta observación fluye la inteligencia. Cuando te das cuenta de que tu instrumento no es apto para efectuar tal o cual acción, esa inteligencia hace lo necesario para documentarle, para informarte, a fin de hacerte capaz de esa exteriorización. No puedes escribir música sin tener nociones de composición, no puedes hacer un cántaro de barro si no has aprendido a trabajar la cerámica, eso es evidente. En la atención, en la humildad, se forman los instrumentos necesarios. Encuentras el lugar, la persona, las circunstancias que te instruyen.

P.: ¿Qué son los sueños?

R.: Un estado de vigilia.

Cuando sueñas no hay sueños. Es en el estado de vigilia cuando dices “he soñado”.

P.: En el fondo, cuando se está prisionero de la imagen —aparezca ésta en los sueños o en el estado de vigilia— se tiene la impresión de que sólo ella existe.

R.: Los tres estados —vigilia, sueño con sueños y sueño profundo son superposiciones. Lo que se superpone no es más que una imagen asociada a un estado afectivo. Las imágenes aparecen y desaparecen en este silencio que es nuestra naturaleza auténtica. Conocemos nuestras relaciones con las imágenes, pero no conocemos lo que fundamentalmente somos, pues nos dejamos atrapar por el encanto de las imágenes.

P.: Si en realidad somos silencio ¿cómo es que lo olvidamos hasta el punto de identificamos con el cuerpo y el pensamiento?

R.: Estamos acostumbrados a vernos como objetos, a ser un hombre o una mujer de unas determinadas características. Vivimos y reaccionamos en función de esta proyec-

ción. Creemos ser una entidad personal. Esta proyección no es más que una fracción desgajada de la unidad. Una fracción es siempre un desequilibrio, un limitado punto de vista, y toda acción que de él dimane sólo puede propagar el desequilibrio. Cuando estás silencioso, libre de toda recapitulación o proyecto, no hay imagen. Por tanto, no hay tampoco conflicto, miedo o deseo. Cuando esto se experimenta no hay duda posible. Uno sabe lo que es.

P.: ¿Cómo guardar este silencio en la acción?

R.: No puedes guardar silencio en la acción porque entonces proyectas un estado silencioso. Dos estados no pueden coexistir. El silencio no es un estado, pues de un estado se entra y se sale. El silencio es el fundamento de todo, pero no es un objeto.

Un día serás consciente de este silencio en el curso de la acción. No busques objetivarlo, es decir, crear un estado silencioso. Todo apunta hacia ese silencio, todo lo que existe fluye de él y desaparece en él. Entre dos percepciones, entre dos pensamientos, entre dos estados, hay silencio. En el silencio no hay sitio para la persona.

P.: ¿El silencio es Dios?

R.: Sí, sin el concepto “Dios”.

P.: ¿El silencio es el presente?

R.: Sí, todo aparece en el silencio. Nuestro cuerpo y todas nuestras facultades aparecen en él. Nuestro cuerpo está en nosotros, pero nosotros no estamos en el cuerpo. El cuerpo aparece en nosotros en tanto que idea y percepción. Cuando nos despertamos por la mañana, es el cuerpo el que despierta en nosotros y no a la inversa.

P.: Hay seres que por la noche hacen viajes extraordinarios y luego no lo recuerdan.

R.: Sí, pero esos viajes no son otra cosa que imágenes que se suceden en el silencio de que estamos hablando. En cuanto a su rememoración, ésta es forzosamente una facultad mental. Lo que esencialmente somos trasciende las facultades mentales.

P.: ¿Se pueden revivir, al despertar, los maravillosos sueños de la noche?

R.: Es en el estado de vigilia cuando dices “he soñado”. Todo lo que has soñado era sólo una proyección mental; así pues, los sueños tienen la misma realidad que el estado de vigilia. En el fondo, los sueños y la vigilia son lo mismo.

P.: ¿Se elaboran los sueños a partir de los recuerdos?

R.: Los sueños son residuos no vividos en el estado de vigilia, algo así como una puesta al día. Naturalmente, el tiempo es diferente. En sueños puedes vivir una vida de ochenta años en diez minutos. El espacio también es diferente.

P.: ¿Es liberador el sueño?

R.: No más que el estado de vigilia. Cuando dejas desarrollarse los acontecimientos que se te presentan, sin intervenir, sin dirigir, sin dominar, son estos acontecimientos los que se liberan en ti.

Si hay intervención por parte de un yo, de la persona, se crean reacciones y son estas reacciones las que impiden la liberación. A menudo diferenciamos el estado de vigilia del de sueños, pensando que en el primero podemos dirigir nuestros pensamientos y nuestros actos. Pero en el sueño los dirigimos igualmente. Los intentos hechos por el psicoanálisis para interpretar el estado de sueños a partir de la vigilia resultan muy aproximados.

El fundamento de todos estos estados es el silencio. No se trata aquí de un silencio mental. Se puede estar mentalmente silencioso, pero la mente no es más que una función y el silencio trasciende la mente. El silencio está absolutamente fuera del espacio-tiempo y no podemos localizarlo ni corporal ni mentalmente. El silencio es el fondo común de todos los seres. Es el origen, el soporte y el fin de toda percepción.

P.: En tal caso ¿por qué tenemos al despertar la sensación de un cuerpo particular y no la de todos los cuerpos?

R.: La sensación pasa a través de tu propio cuerpo, el mundo se despierta cuando el cuerpo se despierta en ti.

P.: Entonces ¿cada despertar realizado en el ser debería ser maravilloso?

R.: ¿Y por qué no es maravilloso el despertar?

P.: Siempre tengo la sensación de que soy yo quien despierta.

R.: Lo que normalmente se llama “cuerpo” es una imagen fijada en el cerebro, un complejo de atracción-re pulsión, de defensa-agresión. Cuando el cuerpo recobra su estado natural es perfectamente armonioso: las sensaciones no eran más que superposiciones, accidentes. En general, el cuerpo es explotado por el yo. Las reacciones del yo se graban en el cuerpo; si se libra de ellas, se vuelve radicalmente otro: pura vacuidad.

P.: ¿Puede nuestro *karma* ser modificado o atenuado por el silencio?

R.: Tú no eres tu *karma*.

P.: No, pues el *karma* no es más que el *ego*, es decir, una ilusión.

R.: ¿Conoces tu *karma*?

P.: ...

R.: El *karma* sólo existe en relación a la persona. Cuando has comprendido que no eres la persona, que esta persona es sólo una fabricación, que es sólo memoria, ya no hay *karma*. No quiero decir que todo se pare: el espectáculo continúa, tú permaneces como espectador, te identificas con uno de los personajes de la escena; por tanto, tendrás que actuar y padecer como él.

P.: ¿Viene esto a suprimir el objeto y el sujeto?

R.: Sí.

P.: ¿Cómo?

R.: Viendo los mecanismos en los que estamos encerrados, aceptándolos, amándolos. Este discernimiento nos sitúa espontáneamente al exterior del proceso. Entonces somos solicitados por lo que profundamente somos.

Ningún acto de voluntad permite alcanzar lo que somos, pero podemos ver lo que no somos.

P.: Hace poco se ha dicho que el silencio es Dios. Pero Dios no ha sido siempre silencio, se ha manifestado hace mucho tiempo. ¿Por qué ese silencio desde hace dos mil años?

R.: No podemos definir el silencio, se vive. Con la desaparición de la noción de persona estamos atentos sin esperar nada en particular. En un momento dado, el silencio se revela a sí mismo por sí mismo, sin intermediario.

P.: ¿Sólo se accede al silencio después de la muerte del *ego*?

R.: Mientras todavía hay *ego*, el silencio es desconocido, porque el *ego* jamás puede vivir el presente, está en constante oscilación entre el pasado y el futuro. Lo que esencialmente eres, alegría pura, aparece de una forma abrupta, instantánea. El silencio despierta, tras un examen en profundidad, en la convicción de que no hay nada que alcanzar: por este hecho, cesa toda espera y espontáneamente se efectúa un soltar.

El silencio es intemporal. Nacimiento y muerte son sólo proyecciones. Los pensamientos y las sensaciones nacen y mueren. Después de la expiración hay un silencio y viene la inspiración sin que te preocupes de ello; el cuerpo se encarga de hacerlo. Creyéndote obligado a ocuparte de ello, no ves los momentos de silencio; por ejemplo, al final de una expiración, cuando muere un pensamiento, cuando se apaga un sonido.

P.: ¿Puede el psicoanálisis conducirnos a ese estado?

R.: El psicoanálisis es una terapia de la persona. Esta persona es totalmente hipotética, no tiene existencia en sí. Por medio de esta técnica puedes vaciarla de toda sustancia e incluso proporcionarle un equilibrio relativo, pero sigue siendo una persona.

P.: ¿Es, pues, esta vía un callejón sin salida?

R.: Se trata de una perspectiva que, en un momento dado de la vida, puede tener su razón de ser: un yo purificado, un cuerpo menos recargado, son más capaces de recibir reflejos de la realidad, pero no son más que reflejos. Cuando estás presente a ti mismo sin recapitular ni anticipar, te sitúas en la intemporalidad. No estás ya identificado con el espacio ni con la duración. No te desplazas, estás siempre y en todas partes en tu casa. Este no-estado fuera del espacio-tiempo constituye la referencia inmutable sin la cual ni el espacio ni el tiempo pueden existir.

P.: ¿Por qué no vivimos así de forma permanente?

R.: Lo que profundamente eres es algo permanente. Eso no puedes evitarlo.

P.: Sin embargo, la persona recobra sin cesar la ventaja.

R.: Sí; toma conciencia de ello. Es un reflejo como otro cualquiera. Mira las situaciones que vives, déjalas presentarse a ti en toda su extensión. Dales la ocasión de expresarse hasta el final, que se desarrollen en ti, en tu atención intemporal. Acepta estas situaciones, ámalas.

P.: ¿Y si no se las ama?

R.: ¿Quién no ama? Cuando está ausente la persona no hay ni simpatía ni antipatía.

p.: ¿Significa esto que no hay ya manifestación, en la medida en que ésta reposa en la polaridad atracción-re pulsión?

R.: Esta bipolaridad concierne a la persona. En realidad, no hay ni positivo ni negativo. En una actitud exenta de proyección, todas las alternativas convergen. Positivo y negativo dependen de la memoria.

P.: ¿Se efectúa esta convergencia en el plano de la manifestación?

R.: La manifestación se desarrolla según sus propias leyes. La convergencia trasciende lo manifestado y lo no manifestado.

P.: Si el yo desaparece de la situación ¿puede decirse que queda entonces la situación consciente de sí misma?

R.: Sí, exactamente. Ella trae consigo su propia solución que se desarrolla en tu lucidez sin referencia. En esta visión global encuentra su lugar justo, su peso justo, su desenlace justo.

P.: ¿Ofreciendo resistencia a la situación creamos una nueva situación?

R.: Sí. Eso implica conflicto. El *ego* jamás puede llevar una situación a su término. Sin embargo, todos conocemos momentos en los que no intervenimos: cuando escuchamos música, cuando miramos pasar las nubes, cuando contemplamos la cara de un niño. En este estado, vivimos en identidad con lo que nos rodea: esto es lo que se llama amor. El resto no es más que relación de objeto a objeto, de concepto a concepto, de percepción a percepción.

P.: ¿La existencia de la imagen del cuerpo se debe a que solamente funciona una pequeña parte del cerebro, estando inhibida la otra? ¿Desaparecería el *ego* si se pudiera suprimir toda inhibición y pudiera funcionar el cerebro en toda su potencialidad?

R.: Indudablemente.

P.: ¿Hay un centro regulador diferente del cerebro o es el cerebro este centro?

R.: El cerebro depende de la observación última.

P.: ¿Que no es localizable?

R.: Efectivamente.

P.: ¿Serían los niños totalmente libres si no se proyectaran imágenes sobre ellos?

R.: En principio sí. Pero tu hijo se mueve en un entorno que tiene la costumbre de calificar. Como vives muy cerca de él, es muy importante verle con una mirada nueva en cada momento. De esta forma no encuentra asidero para formarse un personaje.

El niño se encuentra encerrado por la imagen que proyectas sobre él. La idea que te haces de tu hijo se manifiesta en el tono de tu voz, en tus gestos, en tus formulaciones, en todo tu comportamiento cotidiano. Toma conciencia de ello.

La educación tiene como fin exclusivo la formación de personas útiles a la sociedad que puedan defender sus estructuras. Pero igualmente tenemos un destino espiritual que sin ser antisocial, muy al contrario, no se limita a la esfera social.

La educación escolar solamente forma una parte del cerebro. Es la parte izquierda, la que se utiliza para la adquisición del lenguaje, el análisis, las magnitudes numéricas, los esquemas cerebrales. La parte derecha del cerebro se deja completamente abandonada. Allí es donde reside la intuición, la síntesis, el sentido artístico, el sentido de las relaciones entre las cosas, la espiritualidad.

Hay que inducir a los niños a mirar, a escuchar, a sentir. En ese momento el niño toma interés y sin dejar de divertirse, trabaja y aprende. Antes de nada hay que enseñarle a ver, a sentir dónde se encuentra el interés.

P.: ¿Elige el niño el lugar en el que se encarna?

R.: Tú también has elegido, pero has olvidado por qué has hecho esa elección. Has olvidado muchas cosas.

P.: ¿Hay alguna diferencia entre el místico y el ser realizado?

R.: El místico vive en la realidad y al que se le llama *jñanin*, un ser despierto, se sabe en la realidad. Hay una diferencia entre los dos. El místico vive en la realidad, pero le falta el discernimiento. El ser despierto se sabe en la realidad y tiene discernimiento.

P.: ¿Quiere decir esto que se encuentra en la posición de testigo?

R.: No se encuentra en ninguna posición condicionada, sabe lo que es y vive este ser.

P.: ¿Debe ser permanente la vigilancia o es suficiente la vigilancia intermitente?

R.: El silencio vigilante es permanente. Uno se sabe en este silencio, en esta vigilancia, sea en ausencia de objetos o en su presencia, en ausencia de acción o en la acción.

P.: ¿Cómo explica usted la transferencia de energía?

R.: Únicamente puede hacerse una transferencia cuando ocupamos la posición de testigo. En ese momento, las energías circulan fuera de toda fijación y se integran en la totalidad. No hay energía buena o mala, sino simplemente energía.

P.: ¿Es preferible el silencio al lenguaje?

R.: En una asamblea en la que no hay formulación, en la que no hay referencia a las palabras, se desarrollan otras antenas, se descubren otros medios de encuentro. Los encuentros a los que estamos habituados no tienen lugar en el plano del lenguaje y del pensamiento más que en una escasa medida.



Hay que permanecer abierto a los demás; si no, se siente únicamente una ausencia de cosas. El que vive esta apertura intensamente, íntimamente, no acentúa el lenguaje, la formulación, sino más bien el espacio, el vacío entre las palabras.

P.: ¿Hay que intensificar este vacío para que se desarrollen las antenas, como usted dice?

R.: Los objetos se sitúan en un espacio-tiempo para perder luego su objetividad. Eso es el talento del artista. No es suficiente dejar un espacio entre dos elementos para que apunten hacia el vacío. Las grandes construcciones arquitectónicas en Grecia, en la India, siempre están incorporadas al paisaje, a la totalidad. Todo fluye del vacío y todo retorna al vacío. Lo que fluye del vacío no es, en realidad, más que una expresión, una objetivación de ese vacío y constituye un cántico a la plenitud. La forma remite a su origen, a la vacuidad que no tiene forma. La manifestación no tiene otro fin que glorificar lo no manifestado.

P.: ¿Cuál es la razón de mi vida ahora?

R.: No te dejes encerrar en un estado. La vida se expresa y se estructura en múltiples estados. Pero los estados no son la vida. Cuando hablas de la vida, ya eres la vida. Eso no es un estado, sino un no-estado.

P.: ¿Estar lúcido es estar disponible?

R.: La lucidez es el plano de fondo en el cual aparecen los objetos, pero cuando desaparecen permanece la lucidez.

Estar lúcido con respecto a la lucidez no es una percepción, ni un objeto, ni una idea, ni una imagen. Es una inmensidad, una apertura al espacio infinito en el cual uno se sabe. Esta apertura sin dimensiones en el soporte, la luz que alumbra el sol, la luna, las estrellas y toda la creación. Una lucidez así subsiste en la pura conciencia, sin dinamismo excéntrico ni concéntrico. Si cesamos de identificarnos con el movimiento nos descubriremos en tanto que inmensidad.

P.: ¿Es la muerte del cuerpo físico un retorno a la vida, en tanto que no-estado?

R.: El cuerpo es un pensamiento y, por consiguiente, un despliegue de energía que sigue la curva de nacimiento, culminación y decrepitud. No te preocupes del destino del

cuerpo. Es más importante observar su manifestación en ti. El cuerpo, en el fondo, no es más que un espacio-tiempo que aparece en el silencio inmenso, en el espacio infinito de tu naturaleza real.

Para el que jamás ha nacido, no se plantea el problema de la muerte. Lo que es la muerte, lo que viene después, no es más que una curiosidad para la persona. Lo esencial es descubrir la vida; una vez descubierta, no se plantea el problema de la muerte ni el problema del cuerpo.

## LA SAINTE-BAUME

P.: ¿Cuál es el sentido profundo de la aceptación?

R.: En su sentido psicológico habitual, este término designa una actitud de resignación y de renuncia a los deseos. Se sobreentiende así una forma de privación forzada, dolorosa incluso, alcanzada mediante un acto de la voluntad, un acto de violencia respecto a uno mismo. Es evidente que una disciplina de este tipo no aporta más que resultados aleatorios y en ningún caso un apaciguamiento auténtico. Este sólo puede aparecer en una comprensión profunda de nuestra naturaleza real. La actitud de aceptación preconizada aquí consiste en una observación no excluyente de todo lo que se presente y en ausencia de toda intención de juzgar, definir, criticar o concluir, en ausencia incluso de toda intención de observar. Una actitud tal te abre a la totalidad de la vivencia, a tu naturaleza verdadera. Nada tiene, pues, en común con el renunciamiento.

La aceptación no es ni activa ni pasiva, no consiste ni en sufrir algo ni en agarrarlo, sino que correspondería más bien al pasado de testigo vigilante que no se toma por tal y que estaría en condiciones de registrar todos los datos de una situación, sin prejuizar qué es lo que acaecerá. A la inversa, podría también calificarse de activa y pasiva en la medida en que si no hay en ella proyección ni retención, tampoco hay rechazo ni resistencia sino, al contrario, atención y disponibilidad.

En la aceptación somos penetrados por la corriente inagotable de la vida y vibramos al unísono con ella.

P.: Dice usted que la aceptación nos abre a la totalidad. ¿No excede a nuestras posibilidades de asimilación una apertura de tal dimensión?

R.: No debe tomarse la totalidad en el sentido de una compilación completa de objetos exteriores o interiores supuestamente constitutivos del mundo. Un inventario de estas características carecería evidentemente de interés e incluso resultaría simplemente imposible. La totalidad no resulta de una totalización; se despliega en una aceptación virgen, vacante, pero esta vacuidad no se llena ni se vacía. No se pone el acento en el contenido, sino más bien en el continente aunque no haya nada que contener. Puede

corresponder a una sensación de espacio ilimitado, pero no se trata de un espacio físico ni psicológico.

La totalidad no implica, pues, adición ni tampoco sustracción, ya que es no-excluyente. Nuestra observación ordinaria es siempre local, fragmentaria, polarizada en un determinado acontecimiento con exclusión de los demás. La observación total acoge todo lo que se presenta sin privilegiar nada y sin rechazar nada. No aspira por tanto a asimilar una sustancia ni a poseerla. Si tuviera una finalidad, ésta sería más bien la de dejar vivir lo que se presenta en nosotros, permitiendo así una autoregulación natural. Pero no tiene fin, es en sí misma su propio fin coincidiendo así con nuestro propio ser, gratuita y perfecta como la belleza de una flor.

Ninguna connotación de densidad o complejidad debe acompañar la noción de totalidad; si quisiéramos adjudicarle una a toda costa, sería más bien la de transparencia o unidad. Pero, en realidad, la totalidad no es una noción, es una vivencia que se basta a sí misma.

P.: ¿Puede aplicarse igualmente al tiempo este sentido de la totalidad? ¿No es en sí mismo lo que se nos escapa, no pudiendo por consiguiente formar parte de la totalidad?

R.: Antes de decidir, convendría preguntarse sobre la naturaleza real del tiempo. Creemos pertenecer al tiempo, pero un examen más en profundidad nos muestra que no somos el tiempo.

Ya se trate, en efecto, del tiempo exterior, mecánico, astronómico, o del sentimiento interior de la duración, el tiempo aparece como un objeto percibido. Sea cual fuere la unidad que se considere, del año al segundo, el tiempo objetivo corresponde de hecho al recorrido de un espacio, la revolución de nuestro planeta o la trayectoria de una aguja en una esfera. Tiempo y espacio son inseparables. El tiempo objetivo no tiene, pues, un carácter absoluto, no tiene realidad en sí, es correlativo al espacio. En cuanto al tiempo psicológico, la duración interior, sabemos bien que es esencialmente variable según las circunstancias y los individuos. Debemos constatar la relatividad de la noción de tiempo.

Si llevamos más lejos el análisis, deberemos admitir además que el tiempo, lejos de existir independientemente de nosotros, aparece como una categoría, una construcción de la mente humana. Sin la distinción entre pasado, presente y futuro no hay tiempo propiamente hablando. Ahora bien, esta distinción resulta artificial. En efecto, la conciencia y su objeto son uno y no puede haber más que un sólo objeto de conciencia a la vez. Por consiguiente, cuando pienso en el presente, no existen ni pasado ni futuro. Sucede lo mismo con cada uno de los otros dos términos: si pienso en el pasado, no hay ni

presente ni futuro; si pienso en el futuro, no hay ni presente ni pasado. La ligazón entre estos tres términos, que constituye propiamente la definición de tiempo, no es más que una operación de la memoria. Sin memoria no hay tiempo. El tiempo no es más que memoria.

Pero el proceso intelectual de la memoria no es otra cosa que un objeto de la conciencia. En realidad, cual quiera que sea el contenido de la conciencia, un recuerdo, un proyecto, una percepción, éste contenido está siempre en el presente. Sólo el ahora existe. El único tiempo real es el presente que constituye nuestro eje; por consiguiente, el tiempo, en el sentido corriente del término, no existe. Pasado, presente y futuro pueden ser pensados, pero no pueden serlo más que en el presente. No hay, pues, realmente, pasado y por consiguiente, no hay memoria. Vivir en el presente no es pues un objetivo que deba ser alcanzado, es nuestra naturaleza misma. No somos nunca prisioneros del pasado sino únicamente de la creencia errónea de que ese pasado permanece presente.

La cuestión del tiempo se desvanece cuando tomamos conciencia de nuestra dimensión auténtica, el presente eterno. No se trata de una simple concepción teórica sino de una experiencia que transmuta toda nuestra existencia.

P.: Puede suceder que se nos presente una pregunta en ausencia del instructor. ¿Hay que memorizarla para exponerla en su momento?

R.: El que se plantea la pregunta no debería hacer ningún esfuerzo por retenerla ni por encontrar rápidamente una respuesta como si quisiera desembarazarse de ella. Tendría que vivir con su pregunta de la misma forma que una madre lleva un niño en su seno. Entonces prosigue la gestación natural de la pregunta, se decanta, se afina y, por último, nos remite al silencio y de esta forma se resuelve. La respuesta no puede más que vivirse y no se sitúa en el plano de la formulación.

P.: Parece que con la pregunta pasa lo mismo que con la percepción. ¿Si se le deja vivir, finaliza en su extinción siendo ésta la respuesta?

R.: Sí. Esa es una vía diferente a la vía progresiva destinada a colmar la ignorancia mediante la adquisición de sucesivas informaciones. El punto de vista de la ignorancia consiste en querer alcanzar un fin, mientras que desde nuestro punto de vista el camino sería más bien regresivo, operando por despojamiento.

P.: Si la pregunta conduce necesariamente a su respuesta ¿podría ser cada uno su propio maestro?

R.: La vida es nuestro maestro. Somos discípulos de la vida, pero en general, malos discípulos.

P.: ¿Acaso porque no queremos conocer la respuesta?

R.: Muy a menudo el discípulo rechaza la respuesta porque la regresión, la desconcreción que lleva consigo, conduce a la muerte de la persona.

P.: ¿Es por querer ser alguien por lo que no somos?

R.: Queremos percibir nuestro ser como un objeto, situarlo como un sentimiento, una sensación, un concepto, en suma, como una forma exterior e independiente. Vivimos en la creencia de que la prueba de la realidad de un ser reside en una existencia separada de nosotros. Pero el yo que fabricamos no es más que un espejismo que desaparece una vez se examina.

En la extinción de la persona, la imagen del yo no encuentra ya asidero, lo que puede dar lugar a una inquietud profunda. Es pues necesaria una preparación, una maduración para poder abrirse a la ausencia de toda representación, a la percepción original en la que desaparecen observador y cosa observada.

P.: ¿Es legítimo hablar de percepción e incluso de conciencia, en términos absolutos, si desaparecen el observador y la cosa observada? ¿No es toda percepción, percepción de algo?

R.: En el momento de la percepción, sujeto y objeto no son más que uno; en consecuencia, no hay dualidad y tampoco percepción, propiamente hablando.

Entre dos percepciones, entre dos contenidos de conciencia, en el sueño profundo, no hay ni objeto ni sujeto y por tanto, rigurosamente hablando, tampoco conciencia, entendiendo este término en su sentido etimológico de “saber con”. Por esto se recurre a la expresión “ser conocimiento”, “ser-conciencia”. Pero el ser tampoco puede definirse en el plano del lenguaje. Hay que reconocer sus límites, igual que los del pensamiento.

P.: Una vez se ha producido la experiencia silenciosa de nuestro ser, más allá del lenguaje, ¿subsiste la posibilidad de su utilización?

R.: Sin duda. El lenguaje es sólo un conjunto de signos; apunta hacia algo diferente a sí mismo, hacia su origen.

P.: ¿No correría esta utilización del lenguaje el riesgo de ser una fuente de ambigüedades, de fomentar la creencia de que la enseñanza se desarrolla en el plano verbal?

R.: Cuando se ocupa ese no-estado inmutable que es nuestra verdadera naturaleza no hay ya deseo ni necesidad, por decirlo así. Se vive efectivamente la plenitud. Se habla cuando las circunstancias lo exigen, pero el lenguaje se emplea entonces de manera distinta, para cantar la alabanza de la realidad que es la de toda la eternidad y que trasciende el lenguaje y el pensamiento. Por lo demás, cuando se deja que el pensamiento siga su curso sin ponerle impedimentos ni impulsarlo, termina por extinguirse, abdicando en cierta forma de sí mismo como si hubiera reconocido sus propios límites.

P.: La verbalización no es más que una expresión de la energía y como tal tiende hacia su propia conclusión. Pero la energía, en sí misma, no concluye. ¿Puede tomar otras formas de expresión? En otros términos, ¿es suficiente dejar apagarse el proceso de la formulación para conocer la paz?

R.: Si se deja apagar la formulación, se conocen momentos de vacuidad que la psicología considera en general como vacío. Más exactamente, hay conciencia de una ausencia de pensamiento, de sensación, etc. Si esta conciencia de la ausencia se vive como tal, todavía subsiste un objeto, el objeto “conciencia de la ausencia”. Si se vive inocentemente, no hay objeto, hay unidad.

Cuando el discípulo está advertido de la posibilidad de esta vivencia de conciencia pura, se abre a ella y no la considera como un vacío sino como el elemento auténtico en el que se desarrolla su vida. Esta conciencia pura no se manifiesta como un despliegue de energía excéntrica, no es productora de pensamientos como la conciencia funcional del estado de vigilia. Existe en sí misma y por sí misma. Evidentemente, como acabamos de ver, el término de “conciencia” no es ya completamente apropiado. Sería mejor hablar de vivencia no-dual.

P.: ¿Puede decirse que en el hombre corriente no hay dualidad, sino simplemente creencia en la dualidad e ignorancia de esa vivencia no-dual de la que el sabio sería consciente?

R.: El hombre corriente no conoce más que los objetos. Conoce sus reacciones, sus deseos, sus miedos.

P.: Pero, incluso a ese nivel ¿no es necesariamente no-dual ese conocimiento y, en última instancia, todo conocimiento?

R.: Efectivamente; en última instancia, no hay dualidad. La ilusoria dualidad aparece en la no-dualidad. En el momento de la percepción somos uno con ella. Ocurre lo mismo con todos los contenidos de la conciencia: piensa miento, imagen, sensación, etcétera.

La conciencia no puede aprehender más que un sólo objeto a la vez. En el momento de la percepción, el objeto deja de ser tal. No es diferente de la conciencia que lo percibe. Es solamente después cuando hacemos la distinción sujeto-objeto. Así pues, no hay nunca dualidad real.

P.: Si es así en el hombre corriente ¿cuál es la diferencia entre éste y el sabio?

R.: En el sabio, conciencia y objeto percibido son uno. Pero él se sabe conciencia y no se confunde con los objetos que aparecen en ella. El hombre corriente vive como si hubiera dualidad entre el mundo y él; su memoria, cree, le aporta la prueba. El sabio sabe que la memoria no es más que un modo de pensar, sabe que no tiene realidad en sí misma.

P.: ¿En qué consiste esta ilusión de dualidad aportada por la memoria?

R.: Cuando el hombre corriente percibe un objeto, por ejemplo ese árbol, cree que el objeto continúa existiendo incluso si él deja de percibirlo, duerme o abandona el lugar en que se encontraba. Para el ignorante el mundo existe fuera de la conciencia.

P.: ¿Dónde interviene la memoria en esta creencia errónea?

R.: Esta creencia procede únicamente de la memoria. La conciencia se concibe como un objeto en el que se reflejan los objetos exteriores. Pero este reflejo no está producido por el objeto exterior, sino que está inscrito en la memoria. Un objeto no puede existir fuera de la conciencia. Si se examina la naturaleza del objeto, se descubre que sólo está constituida por la percepción y el concepto. Cuando digo “este árbol existe porque yo lo percibo”, ignoro que su sustancia, de hecho, se vuelve la de mi percepción. Mi percep-



ción procede a primera vista de mi cuerpo, de mis sentidos. Si me aparto de la percepción, el objeto subsiste exclusivamente como concepto. Sus cualidades —forma, color, masa, densidad, etc.— son categorías mentales. Sólo son mente. Pero si dejo que se eliminen igualmente estas calificaciones, no solamente las que proceden de mi cuerpo sino también el nombre y la forma que proceden de la mente, el objeto aparece en su propio ser. Entonces no queda más que el objeto en sí mismo.

P.: ¿Queda algo distinto a un vacío? ¿Cómo expresar lo que es un árbol después de un examen así?

R.: El árbol es lo que yo soy, es decir, conciencia y nada más. Cuando lo percibo, cuando lo pienso, no aprehendo más que a mí mismo.

P.: ¿No hay en este análisis un círculo vicioso? Se parte de una noción, la del árbol, que pertenece pues a la conciencia y se desemboca en la conciencia como ser del árbol. ¿No es una conclusión inevitable contenida en el punto de partida?

R.: Cuando toco el árbol, creo conocer una materia diferente de mi conciencia. Esta percepción exige, de hecho, la presencia en cierta forma de la conciencia como soporte; si así no fuera, tampoco tendría conciencia de la percepción. La percepción, en sí misma, está penetrada por la conciencia. El concepto, en tanto que conjunto de determinaciones mentales, es sólo una especificación de la conciencia. Incluso si tiene por origen la percepción, ello no invalida en nada su pertenencia a la conciencia, puesto que acabamos de ver que la percepción también depende de la conciencia. Por consiguiente, percepción y conceptualización tiene como sustancia la conciencia.

P.: ¿En que se diferencia la percepción y la conceptualización?

R.: Fundamentalmente, no se diferencian en nada: pertenecen a la conciencia y son productos de ella. Se podría matizar, diferenciar sus modalidades, pero en última instancia las dos son expresión de la conciencia. Por consiguiente, el modo constituido por su acción no es exterior a mí. La conciencia no está en el mundo, sino a la inversa.

No hay, pues, objeto propiamente hablando. El mundo se despierta cada mañana al mismo tiempo que yo.

No se desemboca en esta conclusión más que pasando necesariamente por el proceso de examen de la percepción y del concepto. No se trata de un simple análisis intelectual. La posibilidad de vivir en unidad con el objeto en sí, con el universo en su esencia, se

ofrece en toda su plenitud al que sigue rigurosamente tal investigación. La comprensión de todos sus frutos cuando es vivida.

P.: Escuchándole, de la impresión de que todo desaparece: objeto, percepción, concepto, mundo, memoria... Y el asunto llega al colmo cuando se cree comprender que esta disolución coincide con la apoteosis del ser. ¿No es esto una paradoja?

R.: Estrictamente hablando, no. Hay paradoja cuando se permanece prisionero de los límites de la lógica, del lenguaje.

P.: A pesar de todo, tengo la impresión de que su explicación desemboca en la conclusión de que el ser es la nada.

R.: Para poder hablar de la nada es necesaria una presencia, de otra manera no es posible ningún enunciado. La ausencia no se constata más que sobre un fondo de presencia.

P.: La estructura del lenguaje es dual: el ser se opone a la nada, lo verdadero a lo falso, el bien al mal, la felicidad a la desgracia, etc. ¿Existe un hogar que trascienda estos pares de opuestos?

R.: El hogar más allá de los contrarios reside en la conciencia, cuyo patrimonio es la simultaneidad.

P.: Pero anteriormente hemos admitido que este término de conciencia era inadecuado...

R.: Se trata de un no-estado más allá del espacio y del tiempo. Estas son sólo dos categorías concebidas en el marco de la mente humana. En realidad, como hemos visto, el tiempo no tiene existencia real. Sólo el presente eterno existe. Este presente no se opone al pasado ni al futuro. No es fugaz, sino inmutable. No pertenece al movimiento, sino que éste aparece y desaparece en aquél. No es cuantificable, no es presencia a un objeto. Es pura plenitud de ser.

P.: Tengo la impresión de patallar, de volver siempre a las mismas palabras. ¿Es por olvido de que los problemas no se resuelven en un plano verbal?

R.: El lenguaje constituye un conjunto de símbolos sin los cuales no podemos pensar. La palabra está precedida por el sonido que la compone. El sonido tiene por origen un impulso. ¿De dónde viene? De un silencio donde no existe ni centro ni periferia, ni espacio ni tiempo. Este no-estado es el momento inmutable y siempre nuevo, el lugar no localizado de donde emana la energía. Es imposible representarlo adecuadamente pues no podemos representar más que por la imagen.

P.: En otros términos, lo que somos es impensable. Sin embargo, sigue siendo legítimo pensar a condición de no olvidar.

R.: Sí, el pensamiento es sólo una fracción de nuestras posibilidades.

P.: Cuando algunos pensadores, y no pocos, definen al hombre como ser pensante, no contemplan, pues, lo esencial de nuestra naturaleza...

R.: Sigue siendo incontestable que el ser humano se distingue de los demás seres vivos por su facultad de pensar.

P.: ¿Pero es esa su naturaleza esencial?

R.: No.

P.: ¿Cuál es?

R.: Pura alegría de ser, sin calificación.

P.: ¿Podría definir más exactamente el papel del pensamiento?

R.: Antes de nada, es importante distinguir dos formas de pensamiento: el espontáneo y el intencionado. El segundo corresponde a lo que Heidegger llamaba pensamiento calculador. Su intervención se produce arbitrariamente, su sustancia nos lleva de nuevo a la memoria fabricada por el yo para garantizar su seguridad, para mantenerse. Lo impregna la afectividad, los residuos psíquicos lo entorpecen, los esquemas estereotipados lo sobrecargan.

El pensamiento espontáneo, vivo, creativo, adaptado a las circunstancias, surge en determinadas ocasiones privilegiadas en que escapamos a las reacciones prefabricadas. Se desarrolla plenamente cuando hemos reconocido su origen, el silencio, la escucha sin

intención. Entonces ya no nos referimos a la memoria, nos abrimos a la totalidad, ocupamos una posición universal.

P.: ¿No es la universalidad una categoría mental?

R.: En el caso presente no es una categoría, una forma de hablar o de pensar. De hecho se trata de una vivencia que trasciende las funciones mentales. La vivencia cotidiana que los filósofos existencialistas han acentuado en exceso no es el término último. Los diversos estados, las experiencias, los fenómenos, no existen como tales sino que se inscriben en esta vivencia fundamental. A pesar de ser generalmente ignorada, inexpressada, inexpressable incluso, no deja de estar siempre potencialmente presente. Se devela en la escucha sin intención.

P.: Según esto, parece pues que el vacío sería el origen de lo lleno.

R.: El vacío está vacío de cualquier intención. Este término debe entenderse aquí únicamente en ese sentido; no como resultado de una eliminación voluntaria, metódica, progresiva, de los distintos objetos y proyectos, sino de la comprensión profunda, auténtica, de que todo lo que buscamos nos ha sido dado ya. La mirada inocente, libre de pasado y de futuro, abierta a la frescura del instante, es nuestra mirada original. Abraza la multiplicidad en la paz de la unidad.

La intención siempre es fraccionaria, unilateral. Su movimiento, del centro hacia la periferia, no sigue más que uno de los radios con exclusión de los demás. Por el contrario, la actitud no-intencionada, desprovista de dinamismo, acoge en todas sus dimensiones la llamada de lo que se presenta.

En un enfoque intencionado la comprensión se realiza analíticamente, en sucesión. Por el contrario, sin intención, se produce instantáneamente en el vacío. La percepción tiene lugar directamente sin pasar por un sujeto intermediario, sin padecer las deformaciones inherentes a este último. De todas formas, incluso en este caso, sigue siendo un despliegue de energía, movimiento y luz.

P.: ¿Es la energía el último término?

R.: La energía es aún un objeto percibido. Lo que esencialmente somos no se reduce a una manifestación, ni siquiera una manifestación de naturaleza sutil y dimensión cósmica. Nuestro ser profundo es pura conciencia, pero no te quedes en este concepto. Tu naturaleza auténtica debe ser vivida, debe llegar a ser una íntima convicción. Esta

vivencia última trasciende todas las formas que, además, emanan de ella. Llegado el caso, se expresa a través de estas formas, las engrandece, pero permanece idéntica a sí misma tanto cuando se actualiza como cuando reposa en sí misma. Esta vivencia fundamental, el ser, no obedece a ninguna necesidad de exteriorización; posee en cierta forma la necesidad de desplegarse o no, realizada o inmutable en uno y otro caso.

P.: ¿Cómo reconocer a un auténtico sabio?

R.: Frente a quien parece corresponder a lo que se espera de un sabio hay que preguntarse si la plenitud que le habita depende de factores externos o si su fuente reside en él mismo, autónoma y suficiente. Si esta plenitud se muestra como incondicionada, entonces se trata de nuestra naturaleza original. Ahora bien, se plantea una pregunta legítima: ¿cómo conocer o más bien reconocer definitivamente lo que somos desde toda la eternidad? Ante aquél que, despegado de todo estado psíquico, desprovisto de proyecto personal, manifiesta todos los signos de una alegría constante, de una disponibilidad ilimitada, te corresponde a ti pedir si le es posible enseñarte la plenitud. Puede ocurrir que no posea los medios pedagógicos.

P.: ¿Se podría estar liberado pero no tener capacidad de enseñar su alegría?

R.: Sí.

P.: Lo que usted dice parece implicar que si hay pruebas de la sabiduría, sin embargo existen signos.

R.: Sí. El principal, el hecho de estar constante y espontáneamente presente.

P.: Para verificar si uno podría trabajar con un sabio, parece que tendría que enrolarse en el aprendizaje —en la hipótesis de que él enseñe—. ¿Sería imposible tener la certidumbre desde el exterior?

R.: Sí. La investigación resulta indispensable.

P.: ¿Pero no se corre el riesgo de perderse detrás de impostores?

R.: Puedes haber sentido ocasionalmente esta plenitud y encontrar seres que proyectan una ausencia de estado. Frecuéntales, y llegarás a discernir si es real o no. Si has

despertado ya a ciertas percepciones sutiles, una especie de radiación positiva y benefactora puede igualmente sentirse al lado de un verdadero sabio. Su facultad de no ver jamás elementos negativos en los fenómenos, de reconducirlos siempre a la unidad que trasciende positivo y negativo, constituye un indicio suplementario. Pero tu investigación debe dirigirse primero sobre la cuestión de saber si su alegría es constante. Si no es ese el caso, tendrás derecho a objetar: he aquí un ser que pronuncia bellos discursos, pero lo que dice no parece estar integrado en él.

P.: ¿Debe poder observarse permanentemente la armonía entre la vivencia interior de un sabio y su exteriorización en las palabras y en el comportamiento?

R.: En un ser establecido en la realidad pueden subsistir, no obstante, ciertos hábitos contingentes. Huineng llega a declarar, no sin humor, que es posible ser ladrón y sin embargo ser sabio. Una joya recubierta de barro no deja de ser una joya. Pero no deduzcas conclusiones precipitadas...

La discriminación del discípulo debe ejercerse sin concesiones con respecto al maestro mientras no haya adquirido una seguridad sobre el tema. Esta investigación también forma parte de la enseñanza. Llevarla hasta sus últimas consecuencias, siempre que se trate de una investigación seria, no es ninguna desviación.

P.: ¿No hay en todo hombre una velada intuición de la unidad?

R.: Todos hemos conocido momentos en que desaparece la necesidad de añadir o sustraer algo a una situación, en que no se impone ninguna búsqueda de un complemento o prolongación. La sensación de una perfecta suficiencia, no dependiente de nada, se despliega en nosotros. Tales momentos apuntan hacia lo eterno. Pero, en general, los olvidamos sumergiéndonos de nuevo en la búsqueda de satisfacciones relativas.

P.: ¿Está la plenitud a nuestro alcance?

R.: No cesa de estar presente.

P.: ¿Ofrecen algunas experiencias, como por ejemplo la estética, esta velada degustación previa de la plenitud de una forma más intensa?

R.: El sabor de la inocencia puede revelarse en la experiencia estética, religiosa o, fortuitamente, fuera de toda categoría vivencial. Siendo incondicionada, no puede

asignársele ninguna causa verdadera. Por otra parte y hablando con propiedad, no se trata de una experiencia sino de la matriz en la que toda experiencia se desarrolla, sea ésta cual fuere. Si focalizamos la atención sobre la experiencia perdemos contacto con nuestro elemento natural, la inocencia. Si nuestra mirada permanece conscientemente limpia de toda intención, no nos turbará ninguna experiencia. Por el contrario, se vivirá en su justa medida y nos remitirá siempre a la unidad.

No pongamos pues el acento sobre la ocasión concreta en que se nos ha develado ese anticipo de la plenitud. No hay un tipo de experiencia especial que deba ser buscado de forma exclusiva. Las tareas cotidianas, la actividad profesional, los acontecimientos en su multiplicidad, tienen lugar en el seno de esta unidad sin alterar su plenitud.

P.: ¿Puede definir de manera más precisa la experiencia estética de naturaleza no-dual?

R.: La auténtica experiencia estética puede comprenderse a la manera platónica. Pienso particularmente en el relato de su iniciación que hace Sócrates en *El Banquete*. La auténtica obra de arte no dimana de la emotividad, de la sensualidad, de la avidez. El acento no está puesto en ella misma sino en el no-estado del que fluye. Podría decirse que se concreta de tal forma que desemboca en su desconcreción. En arquitectura, por ejemplo, las proporciones de un edificio en que se manifieste la belleza son tales que la utilización que allí se hace del espacio tiene como finalidad la eliminación del espacio mismo en su sentido estructurado y apremiante. En los templos egipcios o griegos, las enormes masas que entran en juego se organizan de tal forma que producen una aérea impresión de ligereza. La modalidad específica que aquí sirve de instrumento de expresión, la masa, se niega en cierta forma a sí misma en provecho de la vacuidad original.

Sucede lo mismo en la música, donde la ejecución de algunas fugas de Bach, ciertos adagios de Mozart o determinados movimientos de algunos cuartetos de Beethoven conduce al oyente a la suspensión de toda actividad crítica, incluso de toda formulación. Semejantes obras nacen del silencio y retornan al silencio fundiéndose en él. La sensación de que todo está dicho se apodera del que escucha. Nada se puede añadir a lo absoluto.

Sin embargo, en una producción artística desprovista del sentido trascendente que acabamos de contemplar, puede existir una gran belleza. Cultiva nuestra sensibilidad, halaga nuestros sentidos, seduce nuestra inteligencia, satisface nuestro sentido de las proporciones, pero no obstante sigue siendo de orden pasional. Puede expresarse en ella el alma colectiva, pero te mantiene en determinadas capas psíquicas sin abrir el acceso a

lo divino. Es frecuentemente el caso de la música romántica, incluso de gran calidad. Pero no es eso lo que hay que entender por obra de arte.

P.: ¿Tendría, pues, la obra de arte auténtica un sentido metafísico?

R.: Completamente. Ese es su sentido en las civilizaciones tradicionales. En el mundo moderno puede ser redescubierto intuitivamente por algunos artistas.

La auténtica obra de arte no tiene más que un valor de pretexto. Su finalidad reside en su propia desaparición ante lo supremo. Podría decirse a este respecto que consigue su éxito cuando logra hacerse olvidar.

La belleza no es más que una faceta de lo divino, la forma de lo sin-forma.

P.: ¿Cuáles son las aptitudes requeridas en un artista para cumplir esa función sagrada?

R.: El artista debe dejar vivir en él la intuición creadora, sin intelectualizarla, sin sacar conclusiones. Nos encontramos a menudo con obras en las que la primera inspiración fluye de la unidad, pero que en algunos de sus elementos han recibido un tratamiento artificial y convencional. Esto puede obedecer a razones exteriores, como, por ejemplo, cumplir un encargo en un tiempo determinado. Pero también puede ocurrir que el autor haya perdido el hilo de la intuición inicial.

P.: ¿Cómo evitar que se nos escape la intuición?

R.: Lo primero es no querer retenerla, sino, por el contrario, observar su ritmo propio, su inspiración. Paul Valéry decía a propósito de la creación poética: “los dioses, generosamente, nos dan el primer verso a cambio de nada”. Las dificultades, según él, comenzaban después. Sin embargo, existe la posibilidad de mantener la intuición mediante la actitud interior de manera análoga a como se prolonga el sonido utilizando el pedal del piano. Ello implica una ausencia de querer-hacer. Dicho en otras palabras, no hay que tomarse por un artista. Demasiado a menudo, la impaciencia del autor, la voluntad de acabar, el miedo a perder la imagen de una reputación que hay que mantener, hacen recurrir a una estrategia enfermiza de composición. El auténtico artista desaparece en tanto que artista ante la celebración de lo que constituye el objeto de su obra. La preocupación por expresar las peculiaridades de un yo, el punto de vista de un individuo, supone una irremediable agresión a la inspiración profunda.



P.: ¿Se descubre la misma exigencia impersonal en el artista que en el sabio?

R.: Ni uno ni otro obedecen a una exigencia voluntaria. La universalidad que se expresa a través de ellos es el resultado de una ausencia de estado y, naturalmente, de sus aptitudes respectivas. Belleza y verdad expresan lo divino. Su manifestación en la humanidad responde a determinadas condiciones. Pero lo incondicionado sólo se revela cuando desaparece lo condicionado.

## BERKELEY

P.: La realidad se expresa en múltiples nombres y formas. Usted me ha hecho comprender que el mundo sólo es actividad cerebral: existe cuando se piensa. Mi pregunta es: ¿tenemos que limitarnos a experimentar la realidad sólo indirectamente o podemos ser en identidad con ella?

R.: Si vives intensamente con tu pregunta llegarás a comprender que el mundo existe porque tú eres. Tu psiquismo y tu cuerpo forman parte de él. Esta comprensión instaurationa inmediatamente una distancia entre ti y el mundo. A partir de ahí, el mundo aparece en el silencio de la libre observación.

P.: Dice usted que el mundo existe porque yo soy. ¿Qué es este “yo soy” distinto del mundo y del cuerpo?

R.: Cuando cesa el hábito de perseguir un objetivo, de formular, de identificarse con los objetos, eres remitido a ti mismo. En una comprensión súbita, no relacionada a un sujeto, descubres que el universo tiene por hogar tu conciencia lúcida, la tranquilidad. Ella es la que genera la multiplicidad, ilumina todos los fenómenos, se expresa en una pluralidad de formas y se despliega en un lenguaje. En ella todo se termina y retorna al origen. Lo que el mundo es no se diferencia de ti mismo, tu esencia es la suya.

En esta soledad profunda surge el presentimiento de tu naturaleza auténtica, te invade, te absorbe. El único fin de todo ser no es ser esto o aquello, sino ser. Ser es suficiente en sí mismo. Cuando esto se comprende, todo tu ser vuelve a la calidad de puro ser.

P.: Si comprendo bien, el pensamiento “mundo” tiene su origen en el silencio, en la conciencia. Sin embargo, esta conciencia parece obnubilada por el pensamiento especulativo, intencionado. ¿Cómo advertir esta superposición?

R.: Familiarízate con una actitud de atención sin reacción, sin motivo, sin justificación. El dinamismo del pensamiento arbitrario se apaciguará en tu silencio lúcido.

P.: Dejar que un proceso espiritual así se ocupe de uno ¿viene a ser como “estar abierto a la apertura”, según la expresión de Martin Heidegger?

R.: Exactamente. Cultivando el arte de la “espera sin espera”, como también dice Heidegger, se lleva a cabo un proceso de maduración y nos es dado así el saborear un anticipo de lo que fundamentalmente somos. Generalmente vivimos inmersos en un movimiento hacia la periferia que nos hace perder el sabor de nuestra identidad. Familiarizarse primero con una actitud de apertura a los objetos y después más profundamente con la apertura misma, permite volver al centro y establecerse allí firmemente.

P.: ¿Se refiere eso, según el mismo autor, a una aproximación a lo que está “más cerca que lo cercano”?

R.: Los textos sagrados lo evocan poéticamente así: “Eso está más cerca de ti que el gesto de coger una flor”. En la experiencia humana, lo más cercano, lo más íntimo, lo esencial, parece a menudo lo más lejano.

P.: Podemos decir que en una atención no recargada por el pasado, el pensamiento se libera y vuelve a encontrar su espontaneidad. ¿Cómo casar este pensamiento creativo con el pensamiento especulativo elaborado por la memoria e indispensable en algunas ocasiones?

R.: El pensamiento espontáneo que tiene su origen en el ser no se deriva de la representación anticipada de un proyecto. De ninguna manera excluye el pensamiento intencionado, práctico o especulativo, como tú dices, sino que lo libera de su carga afectiva. A decir verdad, la distinción entre pensamiento espontáneo y pensamiento calculador no es más que una forma de expresarse. Una única corriente de conciencia integra estas diversas formas de pensamiento. Los grandes artistas, los matemáticos eminentes, aportan la prueba de este matrimonio del pensamiento creativo con el especulativo en la lucidez intemporal de donde surgen la belleza y la verdad.

P.: En el mismo orden de ideas, Heidegger señala que la naturaleza del pensamiento espontáneo consiste finalmente en su propia extinción.

R.: El pensamiento especulativo, repetitivo, generado por la necesidad de afirmarse que experimenta el yo —el cual, por otra parte, es sólo un pensamiento— nos mantiene

en un círculo vicioso. Condicionado, constituido por el pasado, nunca puede resolver el problema de nuestro ser. Lo conocido no engendra más que lo conocido.

El despertar a nuestro estado natural tiene lugar mediante la suspensión del querer-hacer. En este soltar, la noción de un “yo soy” no interviene; si interviniera velaría la realidad. La contemplación de lo que es equivale a un no-actuar, a un no-saber que se despliega en la total desnudez.

El pensamiento calculador nunca puede operar la transmutación. Puede aportar cambios, pero únicamente en el plano mental: elegir o elaborar nuevas ideas, instaurar esquemas de comportamiento inéditos. Tal novedad, por otra parte, es muy relativa, pues no se trata más que de una redistribución de lo ya conocido, pero sin dejar de pertenecer a una estructura psicológica centrada en el yo. Todo movimiento intencionado confirma el dominio que este último ejerce. Un enfoque de este orden no selecciona más que una de las posibles eventualidades en una situación que se presenta, restringiendo así el horizonte de tu vida.

Parar este proceso volitivo y limitativo se revela como algo necesario para permitir el advenimiento del conocimiento de ti mismo. Mientras no se perciba con claridad la futilidad de las producciones mentales, toda detención del pensamiento, de la mente, conlleva ordinariamente inseguridad, miedo, perturbación. Ahora bien, en una perspectiva espiritual, toda exploración de orden mental debe finalizar con vistas al conocimiento del ser. Nuestra naturaleza verdadera se revela cuando el psiquismo entra en reposo.

P.: ¿Cuál es el agente unificador de las energías hasta entonces dispersas?

R.: La presencia del silencio intemporal es por sí sola suficiente para operar la armonización. En él se encuentra la raíz de nuestro ser, la fuente de donde mana y en donde confluye la energía.

P.: Da usted a entender que el yo no tiene realidad. ¿Puede decirnos por qué?

R.: El yo, la conciencia de un sí mismo, no es más que un concepto más, creado por el hombre desde la óptica de un comportamiento social. Nace en el nombre y la forma que el niño interioriza bajo la influencia de sus padres y de todo lo que le rodea. Calificado, juzgado, definido como tal, el niño cristaliza el complejo de imágenes, sensaciones y denominaciones que le llegan. Se identifica con ese conjunto, lo fija en él, lo enriquece a medida que se desarrolla su vida, se distingue de los demás por medio de él. Pero, ¿cuál es la realidad de una noción tal?

Démonos cuenta de que no tiene una existencia más duradera que la del instante en que se piensa. Además, lejos de estar dotada de unidad, la representación de un sí mismo corresponde de hecho a innumerables situaciones, cada una de las cuales añade un determinante suplementario y en ocasiones contradictorio, al conglomerado formado. En este sentido, parece legítimo decir, como afirma Herman Hesse, por ejemplo, que no hay un yo, sino dos, tres, mil. Por lo cual se hace imposible circunscribirlo.

Constituido por la memorización de las informaciones y de las experiencias ofrecidas por los acontecimientos de la vida, ocupa el centro de nuestro psiquismo, pero de hecho se trata de una usurpación. Tomado por el sujeto, no posee más que la realidad relativa de un objeto, puesto que es percibido, cognoscible.

La realidad no es un objeto percibido.

P.: Con frecuencia siento violencia en mi interior, algo así como una efervescencia desordenada. ¿Cómo puedo hacer para liberarme de ella?

R.: Tu problema no puede resolverse en los términos de un yo; la violencia, como el miedo, forma parte de su universo. Es el resultado de un condicionamiento y, por consiguiente, del pasado. Por efecto de una investigación rigurosa, esta proyección del yo tiende a desvanecerse. Cuando esta noción ya no tiene sitio y estás libre de ella, también lo estás respecto al miedo y a la violencia.

P.: ¿Juega el tiempo algún papel en la realización?

R.: “Mañana”, no es más que un modo de pensar. Fuera de la mente humana, ni hoy ni ayer ni mañana existen; sólo existe la vida que no depende del tiempo.

La inteligencia que se manifiesta en todo momento a través de ti cuando vives en el silencio sin elección, se despliega en el universo entero, inherente a todos los seres, presente en todo lo que vive. Emerge espontáneamente cuando aparece un desequilibrio, una desarmonía. El cuerpo nos expresa sus necesidades directamente, sin intermediario, a poco que le escuchemos. Pero generalmente, cuando esta inteligencia nos solicita, le hacemos frente interponiendo justificaciones de orden personal.

Vivir esta comprensión puede parecer difícil, a primera vista, pero a continuación se confirmará que está bien fundada.

P.: Ha dicho usted que las facultades mentales no son más que el pasado. En este caso, ¿cómo puede producirse una percepción directa?

R.: Cuando la percepción se efectúa directamente, fuera de toda motivación, de todo finamismo, se opera un cambio de registro y nos encontramos en un plano de inteligencia animado por una energía completamente distinta, incondicionada, más allá de la memoria. Esta inteligencia entra en juego cuando el yo y su aparato de facultades se detienen. La percepción se descubre entonces iluminada por nuestra lucidez intemporal. No se limita ya a un haz del campo perceptivo, sino que abarca la totalidad de éste.

Nos han enseñado a percibir en función de una intención, en función de análisis, comparaciones, justificaciones, etc. La observación sin motivo, sin reacción, nos es generalmente extraña. No se trata de negar la necesidad de utilizar nuestros talentos o nuestras capacidades para destacar en un campo. Para hacer esto, efectivamente, debemos apropiarnos de los elementos que la observación nos ofrece, pero es importante permanecer lúcido respecto a las restricciones que el intelecto nos impone.

El pensamiento debe reconocer sus propios límites. La plenitud se vive lúcidamente en una perfecta inocencia. La percepción verdadera, original, no se refiere a un centro, al yo, sino a la totalidad en sí misma. Esta percepción independiente de un centro de mando aporta la comprensión inmediata y proporciona espontáneamente la respuesta a toda situación.

Cuando nos habita el silencio sin elección vivimos el sueño profundo conscientemente sin abandonar el despertar. En este sueño consciente la mente permanece en reposo y la imagen de un yo no ocupa ningún lugar.

P.: ¿En qué plano se desarrolla la meditación?

R.: La meditación no es un estado psíquico más. Se trata de una ausencia de estado, de movimiento, de noción. Si te viene cualquier pensamiento —el de que el universo y tú sois uno o que tú eres el que medita— eso indica que sigues siendo prisionero de la estructura cerebral.

El movimiento de la intuición o de la inteligencia no debe atribuirse a la meditación. Cuando la mente queda en reposo, no subsiste ni la experiencia ni ningún otro despliegue en el tiempo y el espacio. Estás instalado en tu propio ser, sin ninguna determinación, sin función que cumplir, sin localización en el espacio o en un lugar de tu cuerpo, sin limitación a la esfera psíquica.

Sólo eres ser. No hay en ello restricción alguna, sino plenitud en la que eres totalmente lo que eres, sin establecerte como tal.

La corriente de la vida con sus crecidas y decrecidas, sus meandros, sus contracorrientes y sus remolinos, sigue libremente su curso sin arrastrarte ni rechazarte, sin que haya necesidad de dominarla o de filtrar el oro y el barro que acarrea.

En esta vacuidad inalterable, libre de la noción de una persona, llegas a ser realmente creativo. Espacio, tiempo, movimiento, fluyen de la totalidad viviente de esta corriente. Dejando de estar enmudecido por lo condicionado, se te abre el conocimiento no mental. Hasta entonces no conocías de la vida más que su superficie concreta, su expresión en el marco del espacio y del tiempo. De ahora en adelante, la lucidez silenciosa ilumina desde el interior la vida fenoménica y le da su verdadero significado.

Lo manifestado adquiere su sentido a partir de lo no manifestado.