

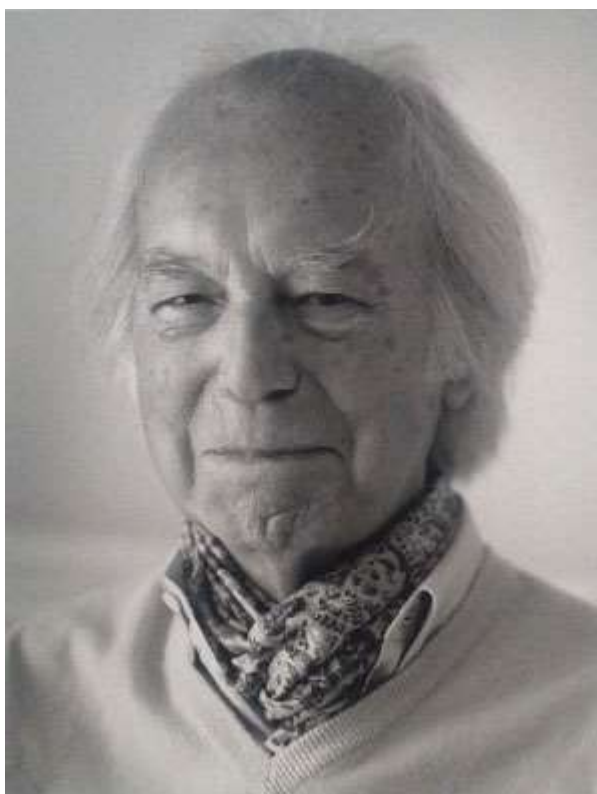
Sea usted lo que es

Una entrevista con Jean Klein

por Stephan Bodian Editor de la revista YOGA JOURNAL (1991)

Introducción

Conocí a Jean Klein en la primavera de 1988 cuando un amigo budista me animó a asistir a uno de sus diálogos. Yo no sabía nada acerca del *Vedanta Advaita*, y desde luego no estaba buscando un maestro. De hecho, después de casi 20 años de práctica budista, había quedado desencantado con la relación maestro-alumno que se encuentra en el corazón de la tradición budista. Muchos de los maestros que conocí utilizaban su poder y autoridad para manipular y explotar a sus estudiantes, y yo mismo terminé por dejar el sacerdocio Zen porque no me sentía cómodo con la identidad y el rol de maestro que estaba siendo impuesto gradualmente sobre mí. Me fui a mi primer diálogo con una mezcla de curiosidad y escepticismo.



Inicialmente estaba impresionado por el lenguaje que utilizaba Jean (que era muy diferente de la terminología budista a la que me había acostumbrado) y por la atención absorta y aparente adulación de sus estudiantes. Los participantes no tomaban parte en la meditación formal, y parecía haber un énfasis en el desapego que me hacía sentir incómodo. Sí, me gustaba la simplicidad, la franqueza, la ausencia de ritual, tónicas, e incienso, pero estaba un poco dudoso que esto podría ser una secta. Aún así, pude sentir una libertad en la ausencia de forma, y volví a ver a Jean varias veces.

En un intento de conseguir una mejor medida del hombre, y de compartir sus puntos de vista no convencionales sobre el yoga con nuestros lectores, decidí entrevistar a Jean para *Yoga Journal*. Cuando llegué a la casa donde se hospedaba, él bajó corriendo por las escaleras a mi encuentro con un mono de colores pastel, mostrando el vigor y la flexibilidad de alguien de la mitad de sus 76 años. Mientras hablábamos estaba sorprendido por su franqueza, su naturalidad, su deleite en cada momento, y la calidad de su atención absorta.

Parecía completamente indefenso, sin una posición o agenda, y sus palabras parecían no surgir de su mente o formación, sino de un profundo manantial de silencio. Yo estaba intrigado. (La transcripción de la entrevista sigue después de esta introducción.)

Varios meses más tarde, cuando nos sentamos juntos para tomar el té durante un retiro de ocho días, tuve una realización visceral impactante: este hombre no me trataba como a su alumno, y él no se consideraba a sí mismo como un maestro — de hecho, él no se consideraba a sí mismo como nadie o nada en absoluto. Me había acostumbrado tanto a los maestros que tenían una identidad y una agenda bien establecida y que me veían en términos del lugar que ocupaba en su esquema. Pero aquí había alguien que estaba vacío, transparente, carente de expectativas — alguien, en otras palabras, que, a diferencia de la mayoría de los maestros budistas que había conocido, en realidad encarnaba las enseñanzas del vacío y el no-yo. En ese momento reconocí que había encontrado al maestro que no sabía que estaba buscando.

Durante los próximos 10 años me dediqué a Jean y al proceso de despertar que él ayudó a catalizar. A diferencia de los pronunciamientos más enigmáticos y el énfasis en la práctica de la tradición Zen, las palabras de Jean eran punteros directos a la verdad más allá de las palabras, y sus diálogos y retiros eran a menudo interrumpidos por largos silencios que me parecían especialmente evocadores. En la siguiente entrevista, mezcla de dos entrevistas separadas de *Yoga Journal* publicadas con varios años de diferencia, Jean ofrece una breve introducción a lo que él llama el "enfoque directo". (La entrevista y el prefacio original se han tomado de mi libro *Timeless Visions, Healing Voices*.)

Prefacio

Jean Klein es un maestro de *Vedanta Advaita*, la culminación filosófica de la tradición hindú. De acuerdo con esta enseñanza de no-dualismo radical, el universo entero es, en esencia, una sola realidad —la consciencia, el verdadero ser de todos los seres— a la que cada uno de nosotros es intrínsecamente capaz de despertar.

Al igual que sus ilustres predecesores en este siglo, Ramana Maharshi (1879-1950) y Nisargadatta Maharaj (1897-1981), Klein no recurre a la terminología o la doctrina de ninguna tradición, sino que en cambio habla directamente de su propia experiencia. De hecho, él está constantemente buscando nuevas formas de expresar lo inexpressable, dándose cuenta de que, si se utiliza una palabra o una frase demasiado tiempo, sus estudiantes se engancharán a ella y por lo tanto dejan de ver la realidad a la que simplemente se refiere. Al más puro estilo Advaita (y al igual que el "señalamiento directo" de los primeros Maestros Zen), sus declaraciones en sí tienen la capacidad de abrir los ojos, aunque sólo sea por un instante, a nuestra naturaleza esencial.

Personalmente, Jean Klein tiene el vigor, la frescura, y la atenta curiosidad de un niño. Habla inglés lentamente, con un acento que combina su origen checo, el alemán de sus días de escuela, y el francés que ha hablado en Francia y en Suiza desde antes de la guerra. De sus primeros años habla poco, creyendo que no tiene ninguna importancia en la obra crítica de la realización de nuestra verdadera naturaleza.

En su último libro, *La Transmisión de la Llama*, él confiesa haber tenido una vida temprana idílica en su hogar en Checoslovaquia (y más tarde de Viena) entre las dos guerras, donde desarrolló su fascinación por la música de toda la vida y comenzó a practicar el violín. En la Universidad de Berlín, continuó sus estudios de música a la vez que se preparó para el ejercicio de la medicina. Cuando los nazis llegaron al poder, huyó con su familia a Francia y luego a Argelia, donde permanecieron durante la duración de la guerra.

Sin embargo, la búsqueda espiritual, que había comenzado en su interior siendo un adolescente, no encontró satisfacción en occidente, y en la década de 1950 Klein hizo las maletas y con su esposa y dos hijas se trasladó a la India, donde esperaba encontrar una cultura que fomentara la auto-indagación. En Bangalore, no mucho tiempo después de su llegada, se encontró con un profesor de sánscrito que lo impresionó con su amable franqueza, humildad, y falta de esfuerzo. Después de varias visitas, este profesor, a quien llamó Pandiji, inició a Klein en una percepción directa de su verdadera naturaleza, que, en el transcurso de tres años, fue capaz de profundizar y clarificar.

Durante este período, Klein vivió muy intensamente en el no-saber, mirando el mundo con apertura y receptividad "sin formular conclusiones". También continuó teniendo un contacto regular con Pandiji, que tomó la forma de largas conversaciones que "agotaban el pensamiento", así como momentos de estar juntos en silencio. "Su ser era la transmisión", dice Klein. "En un maestro verdadero, esto es todo lo que es la transmisión."

Entonces, un día en Bombay, Klein alzó la vista y miró algunas aves que volaban y de inmediato se vio permanentemente despierto en la apertura que antes sólo había sido un estado transitorio.

En 1957, haciendo caso a las sugerencias de Pandiji, Klein volvió a Europa para compartir su comprensión con los demás. Sin embargo, a lo largo de los años él no estableció ningún centro u organización. En su lugar, prefirió viajar de un lugar a otro para responder preguntas y enseñar su forma especial de hatha yoga para aquellos que se reúnen, en seis países europeos y Estados Unidos, para estudiar con él. Se han publicado seis colecciones de sus diálogos, incluyendo *¿Quién soy yo?* y *La Sencillez de Ser*.

El método de yoga que Klein enseña, lo que él llama trabajo corporal, o el enfoque corporal, es una exploración suave, no directiva de la interrelación entre el cuerpo físico y la energía o cuerpo sutil. "Quedaros con la sensación", aconseja a los estudiantes mientras les conduce por los asanas o posturas preparatorias. "No os dejéis atrapar en el esfuerzo o el logro final. Mantened viva la sensación".

El objetivo, según Klein, no es mayor flexibilidad o alineación, sino más bien un cuerpo y una mente que están relajados, abiertos, amplios, y por lo tanto más receptivos a la visión o despertar espiritual. De hecho, el hatha yoga es poco más que un "instrumento pedagógico" para Klein, un medio hábil en el trabajo más grande de "transmitir la llama" de la auto-realización. Aunque él se dedica a este "pasatiempo", como él lo llama, su estilo de enseñanza es a la vez enérgico y preciso.

Klein se interesó por primera vez en la conexión entre el pensamiento, la sensación y el movimiento mientras estudiaba música y medicina en la universidad. Antes de partir hacia la India, ya había comenzado a explorar "ciertos movimientos para la canalización de la energía dispersa en el cuerpo", y mientras estudiaba con Pandiji viajó varias veces para aprender hatha yoga del mundialmente famoso pandit Sri Krishnamacharya. También recibió directrices en el método de Cachemira para trabajar con el cuerpo energético de un *muni* (sabio silencioso) errante que conoció en Bangalore. Pero él se apresura a señalar que, si bien estos dos hombres le ayudaron a perfeccionar su conocimiento del cuerpo, sólo tenía un verdadero maestro, aquel que lo introdujo a la naturaleza de la realidad.

Entrevista

Stephan Bodian: Jean, le encuentro a usted y su enseñanza muy interesante por varias razones. Por un lado, usted es un occidental que fue a la India mucho antes de que esos viajes fueran populares y terminó alcanzando un alto grado de realización. ¿Qué le movió a ir a la India?

Jean Klein: Tenía la esperanza de encontrar una sociedad donde la gente viviera sin conflictos. Además, creo que tenía la esperanza de encontrar un centro en mí mismo que estuviera libre de conflictos — una especie de presentimiento o anticipo de la verdad.

SB: Mientras estaba en la India, encontré un maestro con quien estudié durante varios años. ¿Cuál es el valor de un maestro en la vida espiritual?

JK: Un maestro es alguien que vive libre de la idea o imagen de ser alguien. Sólo hay función; no hay nadie que funcione. Es una relación de amor; un maestro es como un amigo.

SB: ¿Por qué es tan importante para alguien en el camino espiritual?

JK: Porque por lo general la relación con otras personas consiste en pedir o exigir — sexo, dinero, seguridad psicológica o biológica. Entonces, de repente te encuentras con alguien que no te pide ni exige nada; sólo da.

Un verdadero maestro no se toma a sí mismo como maestro, y no toma su alumno como alumno. Cuando ninguno de los dos se toma a sí mismo como algo, hay una unión, una unidad. Y en esta unidad, la transmisión se lleva a cabo. De lo contrario el maestro seguirá siendo un maestro por el alumno, y el alumno siempre será un alumno.

Cuando la imagen de ser algo está ausente, uno está completamente en el mundo pero no es del mundo; está completamente en sociedad, pero al mismo tiempo libre de la sociedad. Somos verdaderamente un elemento creativo cuando podemos estar en sociedad de esta manera.

SB: ¿Qué es lo que le enseñó su maestro?

JK: El maestro trae claridad mental. Eso es muy importante. Llegas un momento en que la mente no tiene referencia y sólo se detiene, con naturalidad, simplemente. Hay un silencio en el que cada vez más vives conscientemente.

SB: Y el maestro le muestra cómo hacerlo. ¿Ha aprendido alguna técnica de meditación o de yoga de su maestro?

JK: No, porque lo que realmente eres nunca se alcanza a través de la técnica. Te alejas de lo que eres cuando utilizas la técnica.

SB: ¿Qué pasa con la noción del sendero espiritual — la idea de que entras en un sendero, sigues un cierto camino de experiencia establecida, y, eventualmente, alcanzas alguna meta?

JK: Pertenece a la psicología, a la esfera de la mente. Estos son caramelos para la mente.

SB: ¿Qué pasa con el argumento de que si no practicas no puedes lograr nada?

JK: Primero debes ver que en toda práctica proyectas una meta, un resultado. Y en la proyección de un resultado permaneces constantemente en la representación de lo que proyectas. Lo que *eres* fundamentalmente es un abandono natural. Cuando la mente se vuelve clara, hay un abandono, una quietud, llenada con una corriente de amor. Siempre que hay un meditador, no hay meditación. Cuando el meditador desaparece, hay meditación.

SB: Así que, al practicar alguna técnica de meditación, de alguna manera estás interfiriendo con el abandono.

JK: Por supuesto.

SB: ¿Cómo?

JK: Interfieres porque piensas que hay algo que lograr. Pero en realidad lo que *eres* fundamentalmente es nada que obtener, nada que alcanzar. Sólo puedes alcanzar algo que permanece en la mente, conocimiento. Debes ver la diferencia. Ser uno mismo no tiene nada que ver con la acumulación de conocimientos.

SB: En ciertas tradiciones —el Zen, por ejemplo— tienes que meditar a fin de agotar la mente; a través de la meditación la mente con el tiempo se desgasta y queda en reposo. Entonces, una especie de apertura tiene lugar. Pero usted está sugiriendo que el proceso de meditar interfiere de alguna manera con esta apertura.

JK: Sí. Esta práctica se sigue produciendo por medio de la voluntad. Para mí, el objetivo de la meditación es sólo buscar al meditador. Cuando nos damos cuenta de que el meditador, el que busca a Dios, la belleza, la paz, es sólo un producto del cerebro y que por lo tanto no hay nada que encontrar, hay un abandono. Lo que queda es una corriente de silencio. Nunca se puede llegar a este silencio través de la práctica, a través de logros. La iluminación —siendo comprensión— es instantánea.

SB: Una vez que has alcanzado esta iluminación o esta corriente, ¿existes entonces en ella todo el tiempo?

JK: Constantemente. Pero no es un estado. Cuando hay un estado, hay mente.

SB: ¿Así que en medio de esta corriente también hay actividad?

JK: Oh, sí. Actividad y no-actividad. La conciencia intemporal es la vida detrás de toda actividad y no-actividad. La actividad y la no-actividad son más o menos superposiciones sobre esta seidad constante. Está detrás de los tres estados de vigilia, sueño y dormido, más allá de la inhalación y la exhalación. Por supuesto, las palabras "más allá" y "detrás" tienen una connotación espacial que no pertenece a la seidad.

SB: En medio de toda actividad, entonces, eres consciente de esta presencia, esta claridad.

JK: Sí, "presencia" es una buena palabra. Usted es presencia, pero no es consciente de ella.

SB: A menudo ha llamado a lo que enseña la vía directa, y la ha contrastado con lo que usted llama las enseñanzas progresivas, incluyendo la tradición del yoga clásico y la mayoría de las formas de budismo. ¿Cuál es el peligro de las enseñanzas progresivas, y por qué cree usted que la vía directa está más cerca de la verdad?

JK: En la vía progresiva, se utilizan diversas técnicas para alcanzar gradualmente estados más altos. Pero sigues estando constantemente en la mente, en la relación sujeto-objeto. Incluso cuando renuncias al último objeto, todavía permaneces en la dualidad de sujeto y objeto. Estás todavía en una especie de estado en blanco, y este mismo estado en blanco se convierte en un objeto muy sutil. En este estado, es muy difícil renunciar a la relación sujeto-objeto. Una vez que lo has alcanzado, te quedas bloqueado en él, fijado a él. Hay una especie de quietud, pero no hay nada de sabor, de gusto. Para llevarte al punto en que el objeto se desvanece y permaneces en esta seidad, se necesita un gran maestro de circunstancias excepcionales.

En la vía directa, te enfrentas al fin último directamente, y el condicionamiento pierde gradualmente su impacto. Pero eso lleva tiempo.

SB: Así que el fin último disuelve el condicionamiento.

JK: Sí. Hay un abandono, y al final permaneces en la seidad.

SB: Usted dice que cualquier tipo de práctica es un obstáculo, pero al mismo tiempo sugiere prácticas a la gente. Enseña una forma de yoga a sus estudiantes, y a algunos les recomienda la auto-indagación, como la pregunta, "¿Quién soy yo?" Parece paradójico — no práctica, pero usted enseña una práctica. ¿Qué prácticas enseña, y por qué utiliza prácticas en absoluto?

JK: Tratar de practicar y no tratar de practicar son ambos práctica. Yo diría más bien escucha, estate atento, y ve que realmente *no* estás atento. Cuando ves que en ciertos momentos de la vida diaria no estás atento, en esos momentos estás atento. Después ve cómo funcionas. Eso es muy importante. Sé completamente objetivo. No juzgues, compares, critiques, evalúes. Vuélvete cada vez más acostumbrado a escuchar. Escucha a tu cuerpo, sin juzgar, sin referencia — sólo escucha. Escucha a todas las situaciones de la vida diaria. Escucha desde la totalidad de la mente, no desde una mente dividida entre positiva y negativa. Mira desde lo total, lo global. Los estudiantes generalmente observan que la mayoría de las veces no están escuchando, aunque nuestra forma natural de comportamiento es escuchar.

SB: El camino que usted está describiendo es a menudo llamado el "alto sendero sin barandilla", que es el camino más difícil de todos. La persona promedio no sabría por dónde empezar a hacer lo que usted está diciendo. La mayoría probablemente podrían estar atentos a su inatención, pero después de eso, ¿qué? No hay nada a que aferrarse.

JK: No. No hay nada a que aferrarse, nada que encontrar. Pero es sólo aparentemente un camino difícil; en realidad, yo diría que es el camino más fácil.

SB: ¿Cómo es eso?

JK: Escuchar algo es fácil, porque no pasa por la mente. Es nuestro comportamiento natural. Evaluar, comparar, es muy difícil, porque conlleva un esfuerzo mental. En este escuchar hay una acogida de todo lo que sucede, un despliegue, y este despliegue, esta acogida, es atemporal. Todo lo que acoges aparece en esta atemporalidad, y hay un momento en que te sientes atemporal, tú mismo caes en la acogida, te sientes en la escucha, en la atención. Porque la atención tiene su propio sabor, su propio gusto. Hay atención a algo, pero también hay atención en que no hay objeto: nada que ver, nada que escuchar, nada que tocar, sólo atención.

SB: Y en ese momento de pura atención, ¿te das cuenta de quien está prestando atención?

JK: Yo diría que esta atención, completamente libre de elección y reflexión, hace referencia a sí misma. Porque es esencialmente atemporal.

SB: El maestro Zen Dogen dijo: "Da un paso atrás y dirige tu luz hacia adentro para iluminarte a ti mismo". Eso parece ser similar a lo que usted está diciendo.

JK: Sí, pero hay que tener cuidado. Volver la cabeza hacia adentro es todavía hacer algo. Y realmente no hay adentro ni afuera.

SB: Me he dado cuenta de que usted emplea la palabra "atención". ¿Es la misma que la que los budistas llaman mindfulness (atención plena) — estar intensamente conscientes de cada movimiento, cada sensación, cada pensamiento?

JK: Mindfulness hace hincapié sobre todo en el objeto, lo percibido, y no en la percepción, que nunca puede ser un objeto, al igual que el ojo no puede ver su visión. La atención de la que estoy hablando es sin-objeto, sin-dirección, y en ella todo lo que es percibido existe potencialmente. Mindfulness implica una relación sujeto-objeto, pero la atención es no-dual. Mindfulness es intencional; la atención es el verdadero estado de la mente, libre de la voluntad.

SB: ¿Qué me dice del yoga que usted enseña, y que llama "trabajo corporal"? ¿Qué es, y por qué lo enseña?

JK: Usted no es el cuerpo, los sentidos y la mente, el cuerpo, los sentidos y la mente son expresiones de su conciencia atemporal. Pero para comprender completamente que usted no es algo, primero debe ver lo que no es. Usted no puede decir "yo no soy el cuerpo" sin saber lo que es. Así que indague, explore, mire, escuche. Y descubrirá que conoce sólo ciertas fracciones del cuerpo, ciertas sensaciones, y estas son más o menos reacciones, resistencia. Finalmente llega una sensación del cuerpo que nunca ha tenido antes, porque cuando usted lo escucha se revela, y el cuerpo sensitivo, la energía del cuerpo, aparece. Es muy importante sentir y entrar en contacto con la energía del cuerpo. Porque al principio su cuerpo es más o menos un patrón o estructura superficial en la mente, formado por reacciones y resistencias. Pero cuando realmente escucha el cuerpo, usted ya no es cómplice de estas reacciones, y el cuerpo recobra su sensación natural, que es vacuidad. El cuerpo real en su estado original es vacuidad, un estado completamente vacío. Entonces siente la aparición del cuerpo elástico, que es el cuerpo energético. Cuando hablamos de "trabajo corporal", se trata principalmente de encontrar este cuerpo energético. Una vez que el cuerpo energético ha sido experimentado, el cuerpo físico funciona de forma totalmente diferente. La estructura muscular, la piel, la carne, se ve y se siente de una manera completamente nueva. Incluso los músculos y los huesos funcionan de manera diferente.

SB: ¿Cómo es el yoga que usted enseña?

JK: En realidad no es yoga. Es un acercamiento al cuerpo basado en la enseñanza de Cachemira. El método de Cachemira es en gran parte un despertar de las energías sutiles que circulan por el cuerpo. Estas energías se utilizan para espiritualizar el cuerpo, para que sea *sátvico* [literalmente, "puro" o "verdadero"]. En un cuerpo sátvico ya hay un abandono. Puedes ver más claramente lo que no eres — tus tensiones, ideas, fijaciones, reacciones. Una vez que lo falso es visto como falso, lo que queda es nuestro ser atemporal.

Por espiritualizar el cuerpo, por lo tanto, me refiero a orquestar toda la energía dispersa que pertenece a lo falso. Nuestro acercamiento es una exploración sin voluntad o esfuerzo. Está inspirado por la verdad misma. El cuerpo natural es una expresión, una prolongación, de esta verdad.

SB: Pero tengo entendido que utiliza las asanas tradicionales del Hatha Yoga.

JK: Cada gesto, cada posición que el cuerpo puede adoptar, es una asana; hay ciertos arquetipos que ni siquiera se mencionan en los textos clásicos de Hatha Yoga. Pero hay posiciones arquetípicas por excelencia que traen armonización al cuerpo y la mente. Sin embargo, antes de ir a estos arquetipos, hay que preparar el cuerpo. De lo contrario, el yoga no es más que una especie de gesticulación. Lo que se ve en su mayor parte en Europa y los EE.UU. es gimnasia, gesticulación, y no tiene nada que ver con la integración del cuerpo.

SB: ¿Tiene alguna otra razón para no utilizar el término "yoga"?

JK: Sí. El término "yoga" significa "unir", y por lo tanto debe haber algo para unirse, algo que lograr. ¿Pero unir a quién? ¿unir a qué? En cierto modo el acercamiento corporal ayuda a escuchar silenciosamente. Es a través de la escucha real del cuerpo que se llega a la verdadera ecuanimidad de la mente y del cuerpo.

SB: ¿Debe practicarse esto todos los días?

JK: No haga una disciplina de ello, porque en la disciplina hay anticipación — ya estás recalcando un objetivo. Esto no pertenece a la exploración.

En términos prácticos, espere hasta que sea invitado por la energía del propio cuerpo. Esta llamada de nuestro estado natural no es la memoria. Viene de las necesidades del cuerpo y aparece espontáneamente. Vaya hacia ello como lo haría con una invitación a cenar. De lo contrario, estará violentando al cuerpo.

En su vida diaria puede experimentar momentos de absoluto silencio en los que no hay nada que hacer, nada que evitar, nada que lograr. En estos momentos, usted está completamente armonizado con esta quietud sin ningún esfuerzo. Sea cada vez más consciente de estos momentos sin tiempo, momentos en los que no puede pensar, porque cuando piensa, el momento ya ha pasado. Momentos presentes libres de todo pensamiento. A menudo, usted tendrá estos momentos cuando se lleva a cabo una acción, cuando termina un pensamiento, por la noche antes de dormir, por la mañana cuando se despierta. Vuélvase cada vez más familiarizado con estos intervalos entre dos pensamientos o dos acciones — intervalos que no son una ausencia de pensamiento, sino que son presencia misma. Simplemente deje que su ser se armonice con estos momentos atemporales. Acójalos cada vez más, hasta que un día se encuentre establecido en esta atemporalidad, y sea consciente de la luz detrás de todas las percepciones.

SB: ¿Así que usted no recomienda la práctica de la meditación como una disciplina regular?

JK: No.

SB: Usted habla de la quietud y el silencio. ¿Son estos los objetivos de la vida espiritual?

JK: Cuando hablo de la quietud y el silencio, nadie está quieto y nadie está en silencio, sólo hay silencio y quietud. Esta quietud no se refiere a alguien o algo.

SB: ¿Así que en medio de esta quietud hay actividad?

JK: Sí. La quietud es como la bisagra de una puerta. El cuerpo es la puerta que se abre y cierra constantemente, pero la quietud nunca se mueve.

SB: T.S. Eliot lo llamó "el punto inmóvil del mundo que gira". Puesto que la práctica no tiene un objetivo —de hecho, no hay ni siquiera una práctica— ¿cuál es entonces el propósito de la vida espiritual? Obviamente, la mayoría de nosotros diríamos que no estamos iluminados o liberados, y así sentimos la necesidad de ir a algún lugar donde no estamos. Entonces parece como si necesitéramos llevar a cabo algún tipo de vida espiritual. ¿Cómo es eso?

JK: Yo diría que estamos constantemente, sin saberlo, siendo solicitados por lo que *somos* fundamentalmente. Pero el sentimiento por el cual somos solicitados se confunde muy a menudo con algo objetivo, por un estado, por alguna quietud mental relativa, que podemos lograr a través del esfuerzo o de la práctica. Buscamos este estado como una especie de compensación por la quietud real. En el momento en que eres realmente solicitado por la necesidad interior y te enfrentas a ella y la visitas, serás tomado por ella. Pero en general estamos buscando una compensación.

SB: Este proceso del que está hablando es muy diferente de la forma en que solemos hacer las cosas. Por lo general, tenemos una idea en la mente de hacia dónde vamos y entonces nos ponemos en camino hacia una dirección determinada y usamos nuestra voluntad para llegar allí.

JK: Pero todo hacer tiene un motivo determinado. Creo que este motivo es ser libre — de uno mismo, libre de todo conflicto.

SB: El motivo es bueno, en este caso, pero la respuesta está un poco equivocada.

JK: Cuando usted se vuelva cada vez más familiarizado con el arte de la observación, primero verá que usted no observa; cuando ve que usted no observa, está inmediatamente fuera del proceso. Hay un momento, una especie de intuición, cuando se ve a sí mismo libre de toda voluntad, libre de toda representación; se siente a sí mismo en esta plenitud, en este momento más allá del pensamiento. Es principalmente a través de la observación y la atención que llega a sentir lo que es usted fundamentalmente.

SB: ¿Cómo describiría la liberación?

JK: Le voy a dar una respuesta corta. Es ser libre de usted mismo, libre de la imagen que cree ser. Esa es la liberación. Es toda una explosión ver que no eres nada, y luego vivir completamente en armonía con esa nada.

El acercamiento corporal que yo enseño es más o menos un hermoso pretexto, porque en cierto modo el cuerpo es como un instrumento musical que hay que afinar.

SB: Y nos afinamos para tocar en él la canción de nuestra propia nadedad.

JK: Exactamente. La liberación significa vivir libremente en la belleza de tu ausencia. Ves, en un momento, que no hay nada visto ni veedor. Entonces lo vives.

SB: Esto es a lo que usted se refiere como vivir libre de la memoria psicológica.

JK: Por supuesto.

SB: ¿Es realmente posible vivir en el mundo en este estado de total apertura y libertad de nuestra propia identidad, haciendo las cosas que hacemos — llevando vidas muy ocupadas, cuidando de la familia, etc.?

JK: Sí. Usted puede vivir en una familia perfectamente sin la imagen de ser un padre o una madre, un amante o un marido. Usted puede educar perfectamente a sus hijos a no ser algo, y tener una relación de amor con ellos como un amigo, en vez de como un padre.

SB: Un maestro de la meditación Vipassana que también es psicólogo clínico ha escrito, "Usted tiene que ser alguien antes de poder ser nadie", lo que significa que para muchas personas, sobre todo ahora en Occidente, que han sido criadas en familias disfuncionales, hay muy a menudo tal profunda falta de autoestima y tal conflicto o incertidumbre de lo que son de manera cotidiana, que primero tienen que desarrollar una fuerza psicológica y emocional antes de que puedan emprender el camino de convertirse en nadie. Hay personas que le han oído decir que en última instancia no tenemos identidad, no somos nada, y vivimos en esta nada, y se dan la vuelta y dicen: "Oh, sí, ya lo sé". De lo que realmente están hablando es de su propio vacío interior, su propio sentimiento interno de carencia o privación, que es una especie de enfermedad. ¿Está de acuerdo en que tenemos que ser alguien antes de que podamos ser nadie?

JK: En primer lugar tienes que ver cómo funcionas. Y verás que funcionas como alguien, como una persona. Vives constantemente eligiendo. Vives totalmente en la estructura psicológica del "me gusta" y "no me gusta", que te trae aflicción. Tienes que ver eso. Si te identificas con tu personalidad, significa que te identificas como tu memoria, porque la personalidad es memoria, lo que yo llamo la memoria psicológica. En este ver, este natural abandono, la personalidad desaparece. Y cuando vives en esta nada, algo completamente diferente emerge. En lugar de ver la vida en función de las proyecciones de tu personalidad, las cosas aparecen en tu vida como son, como hechos. Y estas apariciones naturalmente traen su propia solución. Ya no estás identificado con tu personalidad, con la memoria psicológica, aunque tu memoria funcional continua. En cambio, hay una personalidad cósmica, una trans-personalidad, que aparece y desaparece cuando la necesitas. Tú eres nada más que un canal, respondiendo de acuerdo a la situación.

Esta entrevista fue publicada en YOGA JOURNAL, Número 83, noviembre/diciembre de 1988.

Fuente: [Stephan Bodian](#)