

Toni Segarra

VIVIR ES AMAR

-1987-

Índice

01 Lo falso y lo verdadero

02 El conflicto

03 La moral

04 La realidad

05 El odio

06 El dolor

07 La libertad

08 El aprender

09 El deseo

10 La agresividad

11 El amor

12 La ley

13 La mente

14 El miedo

15 La quietud

16 El observador y lo observado

17 La huida

18 El tiempo

19 La sensibilidad

20 La crueldad

21 El sexo

22 La paz

23 La creación de imágenes

24 El renunciamento

- 25 La ilusión
- 26 La vida
- 27 La soledad
- 28 La política
- 29 La ignorancia
- 30 La muerte
- 31 La ternura
- 32 La religión
- 33 La humildad
- 34 La energía
- 35 El perdonar
- 36 El poder
- 37 La violencia
- 38 La acción correctamente
- 39 El sentido de perfección
- 40 La alegría de vivir
- 41 Dios
- 42 El ego -el "yo", el "mi"-
- 43 Los líderes
- 44 La concentración
- 45 El parloteo de la mente
- 46 Los guías espirituales, los maestros, los gurús
- 47 La meditación
- 48 Los más desafortunados
- 49 La dualidad
- 50 La acción que no es acción
- 51 El entregarse
- 52 El percibir
- 53 La enfermedad
- 54 El sentirse vivo
- 55 La tolerancia

56 Los proyectos

57 La pobreza

58 El conocerse

59 Los obstáculos

60 Los hechos

61 Lo interno

62 Las opiniones de los demás

01

Lo falso y lo verdadero

El gusto, el deseo, el placer, trae consigo el disgusto y la desgracia. La necesidad lleva a la verdad. Esta verdad puede ser molesta o halagüeña. Saber distinguirla -nos agrade o nos disguste- y aceptarla enteramente, es el comienzo del orden.

Todos tenemos numerosos retos desde diferentes ámbitos: internos, morales, económicos, ambientales -clima y cultura-, de supervivencia, de superación, etcétera. Si nos observamos profundamente, veremos que toda nuestra existencia está caracterizada y sustentada por el esfuerzo. Todas las mentes, es decir la conducta de cualquier persona que detente algún poder en la ciencia, las religiones, la política, se basan y ha sido conseguida por la inarmonía del esfuerzo. Nosotros -todos los demás- tan influenciados e inconscientes desde la más tierna edad, nos dedicamos a imitar sin cuestionar ni alterar los patrones y las pautas tan dolorosamente establecidos y perpetuados.

La raíz del problema consiste en saber lo que es necesario e ineludible: es necesario el comer, tener ropa y un techo para no estar siempre en la calle. Es necesario sentirse a gusto y seguro en algún lugar y ambiente. Es necesario tener buenas relaciones con todos los seres humanos. Pero las personas, que necesitamos tan poco para poder sobrevivir, lo hemos complicado de tal manera que la vida se hace insoportable para la inmensa mayoría.

Si uno tiene la suerte de poder observar a un animal en plena libertad, se dará cuenta de cuán absurda y tonta es la conducta de muchos hombres: los animales no almacenan; no dicen "esto es mío, esto es tuyo"; no se maquillan ni tienen modas en el vestir; ni usan falsas sistemas de relación. Los animales lo encaran todo de una manera necesaria e ineludible.

¿Podemos desprendernos de lo superfluo, de lo innecesario, sin desequilibrarnos? ¿Podemos cambiar la conducta, heredada de nuestros antepasados, y hacerla sencilla, armoniosa y gozosa? ¿O también esto forma parte del esfuerzo? Donde hay esfuerzo no hay atención. Y donde no hay atención tampoco hay amor.

02

El conflicto

Algo tremendamente difícil, y que parece inalcanzable, es vivir la vida plenamente sin conflicto. Cuando vemos a un ser viviente, o alguna cosa -una casa, un coche, el viento- y estamos divididos de lo que estamos percibiendo, es cuando surge el inacabable conflicto.

El conflicto está estrechamente relacionado con el miedo. No sólo a la ineludible muerte, también a la soledad, a no ser nada -el sentirse vulgar-, a perder el empleo, a la autoridad que está por encima de uno, a la enfermedad y a la vejez. Para que el conflicto desaparezca y podamos vivir una vida de unión y alegría, tenemos que deshacernos de los miedos.

Somos tan egoístas e ignorantes que nos creemos únicos y sumamente importantes. Da la impresión de que los problemas y sufrimientos sólo son nuestros y que los demás ni padecen, ni tienen necesidades apremiantes, como si no fuesen seres vivientes. Si nos entregáramos completamente a la vida y la viviéramos con gran cantidad de amor -compasión por todo-, los miedos y los conflictos desaparecerían. Pero la realidad no es ésta. La vida de los hombres se presenta para unos abundante y sin demasiados problemas económicos; éstos consideran a los demás -a los desafortunados y desgraciados- como algo diferente a ellos, como personas solamente utilizables para algún fin. Los más necesitados no tienen otro recurso que la mendicidad y viven por la calle. Hay otros que defienden, con la brutalidad y la violencia, lo poco que han conseguido; y esperan conseguir un sistema más justo. Las bombas caen y explotan sin cesar, causando muerte y destrucción. Personas consideradas importantes y con gran autoridad, tienen comportamientos fanáticos, crueles y atroces. Se gastan infinidad de millones en armamento y en placeres, mientras gran cantidad de personas se mueren de hambre.

Esta desesperada descripción la conocemos todos y nos la recuerdan todos los días, por el contacto directo con los que sufren, o por medio de las informaciones periodísticas. Pero nuestro encajado, y considerado natural, condicionamiento egoísta, nos resta la energía necesaria para sostener ante cualquier reto la actitud ordenada, que lleva a la unión con todos los hombres y los seres vivientes.

Para poder ver la gran profundidad y belleza de una vida sin conflicto, no es necesario hacer complicadas acciones, ni pertenecer ni sentirse adherido a un ideal; si uno está atento a todo cuanto ocurre dentro de nuestras alteradas mentes, y puede percibir de manera clara cada impulso egoísta, temeroso y divisivo, y puede descartarlos, está haciendo la mayor revolución de los hombres. La revolución no es para instaurar un nuevo poder, es simplemente para desprenderse del temor, del miedo, causante del egoísmo y provocador de conflictos.

Es necesario no aplazar, para ocasiones favorables y más cómodas, el sentirse unido a las personas más cercanas y a las más lejanas. Uno debe empezar por el vecino, el compañero, la empleada de la tienda; sin descuidar todos los seres que sufren lejos de donde vive.

03

La moral

Las palabras son símbolos que intentan describir y comunicar algo concreto. Hay algunas que han sido desvirtuadas de su profundo y clarificador significado, convirtiéndolas en algo repetitivo y vulgar. La moral, palabra ante la cual algunos se alteran, ha perdido su gran significado completamente humano y ha pasado a ser usada para designar estados que nada tienen que ver con la realidad cotidiana. La moral es ver cada acción que se hace y saber si es correcta o incorrecta; desechando lo incorrecto sin ningún esfuerzo ni compulsión.

La moralidad es algo muy serio; una persona que haya investigado y asimilado su maravilloso significado, se sentirá disgustada y sin alegría cuando actúe inmoralmente, empequeñeciéndose su infinita percepción. La persona que intenta vivir con la moral, sabe que no puede decir: "Hoy no tengo ganas de amar, ni ayudar, a mi amiga; tal vez otro día le dedicaré mejores atenciones". Esto es falsedad e inmoralidad. Uno tampoco puede pensar: "Más adelante, cuando no esté tan apremiado, intentaré no destruir, sin ninguna utilidad, animales y plantas cuando voy por el parque o por el campo". También debemos saber, a la hora de proveernos de lo necesario para vivir, no amontonar comida que se destruye fácilmente; ni gastar dinero en artículos caprichosos y placenteros.

La moral es el más alto orden, en el que no hay leyes escritas, ni vigilantes que las hagan acatar. La moral es acudir a la hora al trabajo y trabajar correctamente, sin que nadie le obligue. Lo moral y el respeto a los hombres es lo mismo, ya sean incultos y marginados, o educados y refinados. Cuando actuamos con moralidad todo va bien, sin problemas; la vida fluye como un río sin obstáculos, cuya agua, rápida o lentamente, sigue su curso.

La moral, para los que se empeñan en perpetuar el sistema de vida tal como está ahora, con las interminables guerras, brutalidades, agresiones, y los infinitos sufrimientos, es algo muy peligroso y sumamente complicado de poner en práctica. Los hombres que intentan vivir con la moral son vistos como locos, o altamente perturbadores del orden establecido.

La moral es sin opción. Es ver en la calle a un hombre tendido en el suelo y pararse, atenderle intensamente, como si mirásemos algo que es nuestro, propio, viendo en él a toda la humanidad, la tierra y el universo.

04

La realidad

Todas las personas estamos llenas de imágenes, que nos arrastran y, aunque parezca mentira, nos dan energía y fuerza para poder afrontar un nuevo día. Las imágenes en sí, por sublimes que sean, son una huida de la realidad. Los que han nacido y viven en los países pobres, en su mayoría admiran a los que viven en los países más desarrollados y enriquecidos y desean vivir como ellos. Otros se construyen imágenes a semejanza de las personas a las que admiran. Otros se inventan y construyen una imagen de sí mismos, creyéndose que son virtuosos en alguna materia o dedicación. En el fondo, las imágenes son ignorancia y causantes de muchos sufrimientos. ¿Sabes lo que cuesta batir una nueva marca olímpica en dinero y dolor? ¿Sabemos el sufrimiento y el dolor que desencadenamos al querer ajustarnos a un patrón de vida? Todas las cosas están relacionadas entre sí y para proseguir con esta vida de confusión y miserias hacen falta muchos esfuerzos e imitadores.

Hay una energía, inagotable e inmanejable, que no necesita de disciplinas tormentosas y costosas. ¿Nos damos cuenta que la energía que sacamos a diario es de la contradicción, del caos en que vivimos? Seguramente cualquier persona que no efectúe un gran esfuerzo para hacer algo, se encontraría perdida y se creería enfermiza. Cuando uno ve la realidad de las cosas, tal como son, la energía destructiva, el ajustarse, el querer ser esto o aquello, termina. Hay entonces un enfrentamiento directo con la realidad, sin huir y pretender cambiarla inmediatamente. La realidad es lo que es; sin más: somos violentos, somos pobres, somos ricos, somos feos en lo interno, somos tremendamente brutales y ansiosos, somos bien poca cosa,

somos miedosos y nos arrastramos. Cuando nos enfrentamos con algo, sin huir ni querer transformarlo, surge una energía imprevista, nueva e inimaginable, que todo lo transforma, que nada tiene que ver con lo antiguo, lo manejado por nuestras astutas mentes.

No es que el mundo lo vaya a cambiar de arriba abajo, es simplemente el ver la inutilidad, la nocividad del doloroso esfuerzo. Sepa la gran belleza que tienen todos los rostros; mírelos sin imágenes preconcebidas; mírelos y disfrute con ellos; verá algo nuevo; sentirá la energía inagotable que no tiene ni principio ni fin. Entonces, tal vez, vea la inutilidad y la falsedad de las imágenes y sepa enfrentarse con la realidad.

05

## El odio

Cuando algo, en el transcurrir de nuestras vidas, no va bien, hay dos sentimientos, o mejor dos actitudes, al encarar los retos: uno es el de frustración, abatimiento, depresión; el otro es el odio.

El odio, al desarrollarse ampliamente, desemboca en la agresividad y la violencia. ¿Han pensado alguna vez en el sentimiento de odio que tendrá un guerrero, alguien que defiende una idea, una teoría, y está dispuesto a matar y a que le maten? Todas las guerras habidas y las que hay en la actualidad -las abiertas y las encubiertas-, han sido provocadas y sustentadas por el enajenante odio. Cuando uno odia a su compañero, compañera, al hijo, al padre, al vecino, lo está destruyendo. No lo puede ver ciertamente, pero lo está destruyendo. Cuando odiamos a alguien hay una despiadada confrontación sin límites; el motivo en principio es banal y pueril. Y cuando este odio se transmite, como una epidemia, a un gran número de seres humanos, llega entonces el desastre de la guerra.

¿Podremos estar libres del odio alguna vez? Para estar fuera del ámbito del odio, uno tiene que estar completamente vacío de ideas y opiniones, de nacionalidades y de razas. En ese vacío uno tiene gran percepción alerta y tan pronto surge un impulso de odio hacia alguien o algo, lo capta y lo deshecha habiéndose dado cuenta de lo peligroso, inhumano e irracional. Es como si viéramos algo muy peligroso para nuestra supervivencia, un precipicio, un veneno, un asunto sucio.

Al ver lo desgraciado y atroz del odio, tenemos que vivir una vida en la que no lo tengamos que provocar. Tenemos que saber que lo que sembramos, tarde o temprano, eso mismo cosecharemos en enormes cantidades. Esto parece vulgar y poco consistente, pero si tienen malas relaciones con sus vecinos, sin ser cortés, amable, sin ayudarles y sin preocuparse de sus problemas, en el momento en que se necesite de ellos, seguramente no los encontrará. La vida con sus incesantes deseos y preocupaciones, nos hace y empuja a comportamientos ansiosos y deshonestos, dándonos una velocidad tal que siempre estamos tropezando. Y estos tropiezos -que los vemos como obstáculos- son los que nos provocan y hacen odiar.

Al comprobar todo esto, nos damos cuenta de lo necesario del renunciamiento en cada acción, en cada momento, en cada circunstancia. ¿Sabe por qué no cede, sabe por qué actúa como un mono enloquecido? Porque tiene miedo de verse tal y como es, porque se siente solo, porque lleva una vida estúpida y destructiva. Si gozáramos con la naturaleza, viendo la hermosura de los árboles, la frescura de una nube, la inmensa vida de los animales y amáramos con gran pasión a todos los hombres, el odio desaparecería de todos nosotros.

## El Dolor

¿Han sentido alguna vez algún dolor profundo? En el dolor, para que sea en su plenitud, uno no tiene que huir, escapar, intentar eludirlo. Es algo así como una flor: tiene que nacer, crecer y cuando ya está desarrollada del todo, perecer. Estamos acostumbrados a sortear y cortar lo antes posible los ineludibles dolores. Es como si cortásemos la flor antes de su plenitud, sin dejarla que sea en su totalidad. De esta manera, los dolores son interminables e inacabables. El dolor es energía, una energía de gran belleza que, si sabemos utilizarla, nos lleva a un nuevo e inesperado estado. Cuando uno no huye del tremendo y a veces espantoso dolor interno, éste desaparece. O, mejor dicho, uno es todo dolor. No hay dolor y no dolor. Solamente dolor, sin poder ni querer salir de él.

¿Alguna vez han encarado los dolores de una manera directa, sin aplazarlos? Las personas, por el desarrollo de sus mentes, por medio de las experiencias, han descubierto lo que es, e inventado lo que debería ser. Lo que es, es la realidad, el nacer, crecer, gozar, el dolor, la decrepitud y la muerte. Lo que debería ser, es el querer transformar todo esto. De ahí, el querer escapar a todo ello. Por otra parte, cosa del todo imposible.

Uno puede intentar escapar, pero el dolor volverá con más intensidad, con más confusión, con más caos. Todo el patrón de nuestras conductas se basa en el eludir, huir y transformar todo lo que nos causa dolor. No estamos hablando de los dolores físicos, a los que hay que atender de forma debida. Son los dolores que nacen en la profundidad de nuestras mentes y que transforman todas nuestras vidas. Ha habido grandes hombres, que por no huir del dolor transformaron su conducta e influenciaron a gran número de personas, a toda la Humanidad.

La próxima vez que tenga un gran dolor, ámelo, sumérjase en él, disfrute con él. Verá que el dolor ya no es dolor. Sino más bien, un finísimo estado de percepción y sensibilidad hacia todo, donde todo lo falso y las ilusiones desaparecen. Donde uno se convierte en todos. Donde no hay ni centro, ni periferias, sino una gran totalidad.

El gran peligro del dolor consiste, en que éste altera y transforma la realidad en los momentos de mayor intensidad. Es decir, la mente, al verse acorralada y desesperada, inventa momentáneamente salidas confusas -satisfactorias para ella-, que uno tiene que desechar, sin forzarla ni reprimirla. Hay que saber, que la mente se asemeja a un gran estanque, que cuanto más quieto, tranquilo y sereno se encuentra, más se puede percibir lo que hay en su profundidad. Y, al contrario, cuanto más alterado y turbio, menos se puede percibir. Hay que ver cada impulso, cada ola de insatisfacción, y dejarlos que fluyan a la superficie y que se diluyan.

## La libertad

No es de extrañar que, sobre todo los jóvenes, se rebelen contra todo lo que les molesta. Es algo hasta cierto punto deseable y correcto. Después de haber oído innumerables veces, desde la escuela, pasando por líderes y políticos, hasta la universidad, de una manera incorrecta, las excelencias de la libertad, no es de extrañar la confusión reinante en casi todas las partes del mundo. La libertad es considerada como una alternativa a todo lo que se antepone al gusto o al

placer humano. Es algo así, como si estuviéramos encerrados en una cárcel y por medio de la libertad pudiéramos salir. Se habla de la libertad sexual, de la libertad de la mujer, de la libertad de los oprimidos y de los pobres.

No nos damos cuenta de que, por bien adornada y acondicionada que sea, todos vivimos en una prisión. Prisión económica, prisión corporal, prisión laboral, prisión ambiental -clima y cultura-, prisión geográfica de donde no se puede salir. Entonces, toda la energía que invertimos y gastamos, en intentar escapar, es un desperdicio, un derroche, un círculo vicioso que no tiene fin.

La libertad empieza cuando uno se da perfectamente cuenta de que no puede escoger. Uno no puede escoger el sexo -eso es absurdo-, uno tampoco puede escoger el lugar de nacimiento, ni la familia a la cual va a pertenecer, ni ser fuerte o débil físicamente. La libertad es, donde no hay opción. La libertad es moralidad, es orden. No es ir a trabajar a la hora que le plazca a uno, ni derrochar el tiempo y el dinero en distracciones y tonterías.

La mayoría de las personas, sedientas de algo que les dé energía y la paz perdida en la manera absurda de vivir, creen que podrán reencontrarlas por medio de la lucha sin fin hacia lo que piensan que es la libertad. Basta ver el dolor, la confusión y las muertes que ha causado y causa en todas partes dicho empeño, sin haberse desprendido de los obstáculos que son fundamentales para obtener la libertad.

Las revoluciones sociales y políticas, no han traído la libertad a los hombres. El dejarse llevar por los placeres y los sentidos -dinero, sexo y drogas-, tampoco ha traído la libertad. En las revoluciones de los sistemas sociales, ha habido un mero cambio de los que mandan y dirigen. Pero la autoridad, brutal y despiadada, y la falta de una profunda justicia, persisten. En cuanto a los degenerantes placeres, la dependencia arrastra a los hombres a desesperadas e inimaginables situaciones, que causan gran dolor y sufrimiento.

La verdadera libertad, es algo que las personas han confundido y, a la vez, han desestimado. La libertad es, el máximo respeto a uno mismo y a todos los demás.

08

El aprender

Cuando uno quiere ser serio y vivir en la verdad, algo que debe hacer es cuestionarlo todo. Ha de cuestionar lo que dice la autoridad científica, lo que dice la tradición, lo que ha aprendido y visto por medio de las experiencias. Ha de cuestionar su propia personalidad, sus costumbres, sus maneras -consideradas aceptables y normales- cotidianas de vivir y encarar las cosas. Si uno quiere cambiar su agónica manera de vivir, con su fealdad y su miedo, por una manera sana, lúcida, alegre, en la que el egoísmo no tenga cabida, ha de inquirir con absoluta libertad en todos los retos y ámbitos.

Una persona que tenga miedo no puede aprender. El aprender es de instante en instante. Aprender no es: "Me he quemado la mano con el fuego; ya no me acercaré más". Aprender es volverse acercarse al fuego poniendo toda la atención para no quemarse. Es tener una mente fresca, sana, en la que no tenga cabida el gran peso del pasado. Siempre que alguien dice que sabe, es que no sabe. Pues el aprender no es hacia lo conocido, sino a lo desconocido. ¿Puede alguien, que tenga la vida completamente asegurada y atiborrada de comodidades, tener esa cualidad de la mente para aprender?

Una persona que tenga un buen empleo, con buen sueldo, que tenga esposa e hijos que le obedecen y a quienes domina, es muy raro que quiera cuestionar e inquirir su rutinaria y aburguesada manera de vivir. El aprender es desde el vacío, donde nada es y todo puede ser. Todos tenemos tantas ganas de conseguir lo que hemos proyectado y manoseado, que lo nuevo, lo que está más allá de la mente humana, desaparece, huye, es estorbado.

Cuestionar e indagar seriamente, es algo tremendamente peligroso. Uno puede dejar el agobiante trabajo, dejar el hogar familiar, dejar de ir a la iglesia o al templo, abandonar las ideas repetitivas de un ideal político, desplazarse de las insanas aglomeraciones humanas a lugares más tranquilos y pacíficos. En el aprender tiene que haber una gran pasión por vivir. En mirar el resplandeciente Sol como si fuera la primera vez, en oír el lejano canto de un pájaro como si jamás hubiera sido oído, en sentirse cada día como nuevo, expectante.

09

### El deseo

Siempre que nos encontramos confusos, divididos, alterados, es porque el deseo domina nuestras mentes. ¿Sabemos la gran maravilla que es vivir sin un solo deseo? El deseo es la raíz y el causante de todo el gran sufrimiento que padecemos los hombres. Para verlo y observarlo, hay que tener una mente extremadamente serena y clara. Desgraciadamente, la mayoría de los hombres viven una vida de desdicha, locura y ansiedad; dominada y apremiada por las presiones de la sociedad, que los maneja, dirige y destruye. Cuando uno ve la falsedad y la peligrosidad del deseo, se abre un nuevo estado donde no hay límites ni barreras. El deseo es el condicionamiento. "Deseo que se me respete y halague; deseo triunfar, realizarme; deseo sentirme seguro".

Cuando vemos a una persona que nos agrada y atrae, en el primer instante está la percepción, luego la queremos conseguir y por último llega la obsesión, con su brutal deseo. El deseo es el causante de todas las amarguras, los odios, las guerras. ¿Vemos de una manera directa y profunda todo el dolor que desencadena el deseo? ¿Podemos descartar y desprendernos de todos los deseos, los más insignificantes y los más exagerados? ¿Vemos el dolor y el deseo que hay en el hombre que se afana por llegar a ser importante; por tener coches, ropas, un puesto de trabajo seguro y bien pagado?

Si no logramos deshacernos de los deseos, nuestros hijos heredarán el mismo sistema absurdo y despiadado de vivir, que nosotros hemos recibido de nuestros mayores. Vemos que con este sistema los estamos dirigiendo al odio, a la división, a la destrucción, a la guerra. Sabemos que todos los días mueren en los campos de batalla hombres que han sido condicionados para empuñar un arma y destruir a otros hombres. El deseo y el ansia de poder, ha puesto en grave peligro la existencia del hombre en este hermoso planeta.

Para lograr desenredar la gran trama del deseo hay que descartar lo falso, lo deshonesto, lo insano, lo sucio. Si lo logramos, aparecerá el orden, la armonía y la paz.

10

### La agresividad

Desafortunadamente, muchas personas son pisoteadas y maltratadas desde la más tierna edad. Muchas de estas personas, no conocen lo que es el respeto hacia ellos y se ven empujados y abocados a la agresividad. Podemos construirnos una vía por medio de la bondad en la vida, pero esta no estará exenta de irrespetuosidad y malos tratos. Es la herencia directa del animal. El hombre va bien vestido, conduce coches y máquinas, ha ido por el espacio infinito y puesto el pie en la Luna, está educado en unas cuantas pautas, pero en lo hondo de su ser todavía existe la animalidad despiadada.

Los grandes problemas, el egoísmo, el hacinamiento humano en cualquier lugar, las grandes cuestiones pendientes de solución, todo esto nos aboca a la agresividad. Cuando nos abalanzamos hacia cualquier reto, ¿vemos la brutalidad de nuestro comportamiento? ¿Vemos la agresividad que desencadenamos en las personas de nuestro alrededor? Si fuéramos compasivos con todos los seres humanos y nuestro comportamiento estuviera fuertemente fundamentado en el renunciamiento, seguro que la agresividad desaparecería. La realidad no es ésta. Entonces, ¿cómo solucionar este grandioso e intrincado problema? La única solución, es que no se separe la vía de la bondad, es renunciar a uno mismo. Hay que renunciar no sólo en lo físico -que es lo que menos importa-, sino también a la opinión que cada uno tiene de los otros seres humanos. Todos nos creemos muy importantes. Y estamos excesivamente celosos de nuestras ideas, posesiones, amigos y de nuestra raza. Y tras muchos miles de años que el hombre se encuentra sobre la Tierra, no ha podido encontrar la paz y la armonía.

¿Podemos renunciar hoy, ahora mismo a todo, al apellido, a la familia, a las ideas, a nuestras tendencias divisivas? Ciertamente es arduo y difícil de conseguir, debido a nuestra estúpida e inatenta vida. Si tuviéramos la gran atención necesaria en cada instante del día, la agresividad no tendría cabida.

Cuando alguien le insulta, o no llega a la cita prevista, ¿qué siente? Si se conforma armoniosamente, sin resentimiento, y sin aceptación como algo ordenado desde una autoridad -sin poder cuestionarlo-, entonces se está por encima de la vulgaridad de los hombres. Pero si tales reveses e insultos le provocan un gran acceso de agresividad, no lo detenga. Mírelo atentamente, abra una brecha dentro de usted para poder ver su peligroso estado.

11

El amor

¿Qué es el amor? ¿Es sexo? ¿Es posesión? ¿Es retorcimiento mental? ¿Es egoísmo? ¿Es obsesionarse por alguien o por algo? Sin lugar a dudas, todas estas preguntas están dentro del gran ámbito de la vida cotidiana de los hombres, pero el amor no es nada de esto. El amor es ver la tendencia de la mente a actuar de manera placentera y segura -según su criterio- y descartar tal comportamiento de una manera no represiva, ni tolerante. En el momento que vemos las olas mentales y las observamos tan atentamente, ellas mismas desaparecen. El comportamiento humano no es así: o nos asustamos y lanzamos a correr, o nos aferramos a lo que creemos seguro y nos agrada. El amor, sin duda, es ver todo esto y actuar con un inquebrantable renunciamiento.

Renunciamiento no quiere decir abstinencia en sus múltiples formas, ni seguir absolutamente un patrón de conducta, o una ley. Renunciar es ver con gran serenidad y cordura; y desistir de algo que va a provocar dolor, sufrimiento y caos en los seres vivos. Esto es bastante fácil de

asumir y muy difícil de practicar. Todos tenemos intereses que nos atraen inimaginablemente; todos tenemos ganas de conseguir algo seguro y estable. Y todo esto nos acelera y nos hace descuidados, sin tener la necesaria percepción mental para poder renunciar a lo negativo para que advenga lo positivo. Uno no tiene que ir a lo positivo -eso es falso-; solamente tenemos que descartar, renunciar a lo negativo; y lo que surja de ese desprendimiento es el máximo orden, que es amor.

Para que el amor sea en su plenitud, tenemos que olvidarnos de las normas sociales, tales como el miedo, la obediencia, el sentimiento de inferioridad o de superioridad. El amor es no tener ningún motivo para vivir que nos arrastre, y actuar desde el vacío y hacerlo correctamente. Es sentirse a gusto en cualquier lugar donde uno vaya. Es ver a todos los hombres como a uno, ver qué motivaciones les impulsa a la maldad, a la desgracia; y quererlos, ayudarlos, e informarlos para que surjan de su agónica manera de vivir.

El amor también es oír el canto de un pájaro, ver como desaparece la niebla matutina, ver como se mecen las verdes hojas de un arbusto y sentir a los seres humanos muy cerca y dentro de uno.

Tener una gran pasión por la vida, donde el pasado es quemado y destruido en la entrega al presente -el ahora-, es amor. Sin amor, la vida se convierte en desdichada y agobiante, donde a cada paso que damos nos encontramos más confundidos y aturdidos. El amor vence estas torturas y nos hace nuevos, como niños tiernos e inmaculados.

12

La ley

Todas las leyes escritas y custodiadas, todas las normas y sistemas formulados y contenidos en los libros sagrados, se desvanecen, como el hielo al sol, ante el amor. La ley es el soporte del poder -estatal o personal-. Cuanto más inseguro y temerosos se encuentra uno, más se acoge a las leyes. No es que uno tenga que ir en contra de las leyes; más bien, cada uno tiene que inventarse, de instante en instante, por medio del renunciamiento, la ley y el orden correcto.

Por las leyes se odian, se destruyen y se matan los seres humanos; la ley es como la autoridad, déspota e inflexible. Vivir sin ninguna ley es como si uno fuese un hombre que no da ninguna importancia a nada, y a la vez, tiene un exacto y correcto comportamiento, sin necesidad de ninguna autoridad exterior que sancione. Por la falta de disciplina -en el sentido de aprender- y de desprendimiento, es por donde llega la brutalidad de la autoridad. Desafortunadamente,

la autoridad -al igual que casi todo- es reclamada sin darnos cuenta.

Una de las leyes que no se ven a simple vista y que tienen una gran influencia entre las personas, son las sociales, las del grupo, las de la tribu. Cualquier persona que tenga una personalidad abierta, directa y compasiva, lo puede experimentar al entrar en contacto con otras personas de distintas costumbres. Cualquier lugar de trabajo, cualquier calle o barriada, cualquier sitio o país, tiene su propia, aislante y destructiva ley. Una persona que acepte en su vida la manera de vivir con la verdad, la realidad y la bondad con todos los hombres, debe tener una mente y un cuerpo fuertes y sanos, y una pasión ilimitada para con todo lo que es la vida, para no verse alterado, perturbado y arrastrado por las egoístas e inmorales leyes.

¿Nos imaginamos lo qué ocurriría si no hubiese extranjeros ni nacionalidades? ¿Por qué cuándo llega alguien que no nos es familiar, desplegamos las dolorosas defensas? Sin lugar a dudas es por el miedo y la inseguridad a perder cuanto somos y tenemos. Una de las cosas más necesarias para hacer la revolución psicológica, para que advenga lo nuevo, lo no pensado ni imaginado por las mentes, es desprenderse del miedo. Miedo al ridículo, miedo al poder, miedo al vecino, miedo a caer enfermo, miedo a la muerte, miedo a no ser nada, a la soledad. Todos los que hacen, dirigen y custodian las leyes, cuentan con el gran peso del miedo. Si no existiese el miedo no habría autoridad, ni ley, ni guardianes; sólo habría compasión y orden.

La próxima vez que se acoja, reclame e intente imponer las leyes y las costumbres peculiares de un grupo, o del entorno donde vive, piense que está provocando un gran sufrimiento, caos y desdicha, en seres humanos que son igual que uno mismo. Piense en el dolor, en la desesperación que hacemos sentir con nuestro comportamiento egoísta, despiadado e inhumano. Entonces, tal vez, verá la tontería, la inutilidad de las leyes y costumbres. Y se verá como un ser humano diferente, como nuevo; en el que la conexión con los otros será algo natural, sin esfuerzo.

13

La mente

La mayor ilusión de los hombres es creer que nuestros pensamientos y nuestra mente son únicos, como si fuera de nuestra propiedad. Cada hombre piensa y actúa, casi en su totalidad, según el cúmulo de circunstancias a que está sometido y por las que está influenciado. Es como cuando alguien vive en una casa con varias personas: su comportamiento estará influido por sus relaciones con los demás. La mente, es la totalidad de todas las mentes de los hombres: del europeo, del americano, del oriental, del inculto, del sabio, del rico y del pobre. Salvo escasas circunstancias u ocasiones, la mente total domina, invade y aplasta a la mente individual. Esta es la mayor brutalidad a que estamos expuestos: lo bueno puede trocarse en malo, lo sano en insano, lo justo y honesto en arbitrariedad y suciedad; solamente con dirigir -por unos cuantos- nuestras indefensas y sensibles mentes.

Los gobiernos soberanos de todas las naciones, los que detentan algún poder en diversas áreas, saben lo influenciables e indefensos que somos. A ellos no les importa el sufrimiento, la desdicha y la agonía que siembran y desencadenan en las frágiles personas. De ahí el caos reinante en todas partes: las falsas riquezas y las condiciones inhumanas han arrastrado y amontonado a las personas, que vivían en zonas rurales y en los descampados, hacia las grandes ciudades, empequeñeciéndolas, humillándolas, deteriorándolas. Cada hombre se ha convertido como un robot, una máquina de sangre y hueso, que va vestido y tiene ademanes refinados, pero se encuentra más perdido, esclavizado y atormentado que nunca. El gran maravilloso sentido de la vida, que es la ayuda y la entrega a los demás, se ha convertido en una fría y enloquecida competición. La vida de un hombre, y de cualquier ser viviente, tiene la importancia que el miedo a la ley y a la autoridad le impone, sin sentir que uno es el otro, los demás, todos.

Muy pocas personas, por desgracia, tienen la suficiente lucidez para estar despiertas a todos los retos y a que les rodea, para no ser atrapados y arrastrados por las grandes opiniones establecidas, que es lo que forma la gran mente humana. Para ello -para no ser atrapados- es necesario aquietarse la mente y el cuerpo, sentirse seguro, tranquilo y en armonía con todo y con todos. Y esto se consigue teniendo una actitud, una vía, en la vida en la que uno esté al

servicio de los demás, sintiendo una gran bondad por todos los hombres y un renunciamiento ante todo lo que sea egoísmo. Sin una gran seriedad y honestidad, desde lo más pequeño hasta lo más grande y resaltable, nuestras delicadas mentes no pueden encontrar la paz y la quietud necesarias para ser ágiles, flexibles, nuevas y únicas.

14

#### El miedo

Algo que el hombre arrastra de siempre, desde hace miles y miles de años, es el miedo. Todos tenemos miedo; y esta tremenda y abrumadora carga la aguantamos, la soportamos, como si fuera algo natural e ineludible. ¿Podemos desterrar, desentrañar la trama del miedo? ¿Nos damos cuenta que vivir con miedo es un tormento para nosotros y para los demás? El miedo es una distracción más de nuestras desequilibradas mentes. El miedo es un escape de la realidad incambiable. Uno tiene miedo de morir, miedo a la autoridad gobernante, miedo a enfrentarse consigo mismo -con lo que de verdad es-, miedo de perder lo que ha conseguido con la brutalidad del esfuerzo, miedo a cambiar lo viejo por lo nuevo y desconocido. En el miedo siempre hay un sentimiento de impotencia e inferioridad. Uno no sabe si en lo nuevo, en lo que la mente no ha manoseado, podrá o no salir adelante satisfactoriamente; pero si no lo intenta se quedará bloqueado, siguiendo el viejo patrón de agonía y desesperación, que es el miedo.

Cuando a nivel mental y psicológico hay más conservadurismo, con todas sus injusticias y arbitrariedades, es porque hay un gran sentimiento de miedo. Éste arrastra a abismos dolorosos e impensables. Uno debe preguntarse: ¿para qué vivo? ¿Qué importancia tiene vivir con el miedo y el temor? La vida es para vivirla plenamente, sin el deseo desbordante, ni la temeridad peligrosa, pero también sin miedo. De lo contrario, nuestra existencia está dominada por la repetición y el tedio angustioso, asfixiante. La vida, tal como la vivimos, tiene muy poca importancia, solamente algunos momentos fugaces nos dan un poco de alivio. Por eso, el sexo, las drogas y las diferentes distracciones -cine, lecturas, charlas sin sentido-, han invadido y han adquirido la importancia desmesurada que los hombres le han dado. El miedo hace de los hombres animales de rebaño: los aprieta, los reúne, los junta en lugares de reunión, insanos y peligrosos.

Un hombre que no tenga miedo sabe dónde está el peligro y lo elude si no hay necesidad de enfrentarse con él. Pero si el renunciamiento, la rectitud, y el orden le llevan a situaciones donde hay necesidad de mirar el peligro cara a cara, sabrá cómo hacerlo y saldrá beneficiado. Este es el gran misterio del miedo: una vez asumido, transcendido, desenmarañado, se convierte en amigo y en una palanca hacia la libertad.

15

#### La quietud

Para cualquier cosa que haga, si lo quiere hacer correctamente, es imprescindible y necesaria la quietud. Un ingeniero, para diseñar un gran puente, necesita la quietud; para quererse, respetarse y amar, las personas necesitan quietud; una madre, en el momento en que queda embarazada, y durante largo tiempo después de que nazca su frágil y delicado hijo, necesita de una gran y profunda quietud. La quietud no quiere decir estarse quieto, sentado o retirado,

apartado de todo. Para que llegue este inmenso y maravilloso estado de la mente, es necesario descartar lo inmoral, lo deshonesto, la irrespetuosidad con cualquier ser viviente. Es como si alguien hubiera perpetrado un atraco, una mala acción, o actuase fuera de la ley: la quietud desaparece, se desvanece; la belleza de la vida se troca en fealdad distorsionada, en ansiedad, en miedos. La quietud aquí no existe. Y lo más grave y peligroso es que no se ve la puerta de salida de la confusión para poder entrar en la serenidad y con ella la quietud.

Lo más importante y necesario es descartar, sin sentimientos románticos y nostálgicos, la causa que desencadena el desorden y el caos. La mente intentará, por todos los medios, falsear y alterar la realidad cruda y dura, para volver -para no salir- a lo que se ha aferrado durante largo tiempo. Este es todo el obstáculo tan difícil de deshacer y que obstruye el libre fluir de la quietud. Uno tiene que plantearse seriamente, como cuando quiere cruzar un río de orilla a orilla: o descarta las causas que destruyen el sosiego y la quietud, o seguir viviendo en la locura, la desesperación y el conflicto.

¿Nos damos cuenta de que en todo esto está implicado el destructivo deseo? Podemos vivir sin reprimir nada, ni desear tampoco nada. Podemos vivir una vida en la que los acontecimientos diarios no nos alteren, no nos arrastren. Podemos sentir gran pasión por toda la vida y tener quietud a la vez. Debemos poner toda nuestra energía en actuar con la virtud y el orden, con la bondad, la sinceridad y la humildad, y conseguiremos así que llegue la quietud.

¿Vemos y oímos de la misma manera, estando confundidos y alterados? Cuando llueve y el agua enriquece toda la tierra, los árboles y las plantas, y los animales se cobijan, ¿podemos sentir en nuestro corazón toda la belleza, sin tener quietud? ¿Podemos captar la necesidad de ayuda de una persona apurada, sin la quietud? ¿Podemos ver la necesidad de renunciar a nuestros egoístas deseos, tan vulgares y mezquinos, sin tener ese gran estado de percepción y claridad que es la quietud?

16

#### El observador y lo observado

¿Alguna vez hemos mirado un árbol, o una montaña, sin tener nada en la mente, como si los mirásemos por primera vez? En este mirar hay observación completa. Es algo así como si penetrásemos en la misma esencia del árbol, o de la montaña. Lo "normal" y lo vulgar es mirar algo con la cabeza llena de conceptos e ideas. Como cada uno tenemos nuestras tendencias, ideas e inclinaciones, la realidad queda transformada a nuestro condicionamiento. Cuando uno observa algo lo cataloga, lo asocia y traduce, según las experiencias anteriores. Si han sido placenteras se detiene en ello; si han sido desagradables y dolorosas huye e intenta desarraigarse lo más pronto posible. De esta manera nuestras vidas no tienen nada de originales, nada de serviciales, nada de verdaderas.

Una de las grandes ilusiones de los hombres es sentirse diferente de la persona que uno tiene delante en un momento dado. Uno puede ir a una oficina, encontrándose extraño y ajeno a ella, pero en el momento en que se dirige a un empleado, uno es exactamente igual que él. Podrá cambiar sus características físicas, su manera de vivir y actuar, pero psicológicamente -en ese preciso momento- es igual al otro. Es algo así como si hubiera habido una fusión, una absorción de las dos mentes. Este es el gran y maravilloso milagro de la vida, que uno puede utilizarlo de

manera espontánea y natural, para bien de los hombres. O negarse a ello creyéndose diferente y desencadenando la división, el conflicto y el caos.

Hay quienes quieren forzar un cambio exterior, sin haber hecho un cambio interior. Esto es lo que propugnan los políticos y los líderes religiosos en todas las partes del mundo. Uno cree y dice: "Cambiemos el sistema de vivir -exteriormente- y él nos cambiará internamente." Creen que planificando y haciendo un mero cambio de los que mandan y dirigen, todo se va a resolver. Cuando el cambio ha de venir y llegar desde lo más profundo de cada uno. Entonces, todo lo que se encuentre, o haga, estará tocado, bañado e influenciado por el orden interno de cada uno. Es como si una persona agresiva y neurótica quisiera encontrar armonía y tranquilidad en las relaciones con los demás. Mientras uno no haya descartado y purificado su corazón de todo lo que nos provoca la confusión y el desorden, el cambio será absurdo y una continuación de lo antiguo -de lo que se pretende cambiar-.

Saber mirar y observar, es ver y comprender instantáneamente toda la complejidad de la vida. Saber observar una nube, que brilla de blancura; saber oír -que también es observar-, el canto de los pájaros; saber entender y amar intensamente a nuestro amigo y amiga, para ayudarles y hacerles más felices.

17

La huida

¿Sabemos por qué huimos? Sin lugar a dudas porque estamos confusos, asustados, sin paz interior. Porque nos han empujado, y nosotros sin saberlo, a sembrar la semilla del dolor y el sufrimiento. En la huida hay miedo que nos arrastra y nos lleva hacia estados más caóticos y deteriorantes.

¿Vemos como en la huida, acelerándonos o paralizándonos, está implícito el deseo? El deseo de querer cambiar la realidad, las situaciones. En la huida, también va unida la mentira, que es otro deseo para eludir lo que nos molesta y estorba.

En la mentira hay toda una siembra de miedo, de brutalidad y de locura. Cuando más huye uno, más aislado y débil está. Solamente puede haber relación con los que toleran y aceptan la mentira. La huida, y con ella la mentira, debe cesar para que vuelva la lucidez, la quietud y la armonía. El escollo, el obstáculo, está en no ver, de una manera directa y profunda, la peligrosidad y la inutilidad de la huida. Todos escondemos algo: alguna parte del cuerpo, que nos parece vergonzosa; algunas opiniones, que nos pueden comprometer; ciertas etapas de la vida, cuando se es sumamente ignorante, estúpido y atolondrado.

¿Dónde no hay mentira? En los libros hay mentira, en la televisión hay mentira; en las escuelas, en los institutos, en las universidades, hay mentira; en la familia, en los gobiernos, en las iglesias, en todas partes hay mentira. ¿Podemos acabar ahora mismo con todas las mentiras? ¿Podemos estar libres del terrible agobio de la mentira? Indudablemente, uno no puede acabar con las mentiras del dirigente, del maestro, del periodista. Pero lo que sí podemos hacer es acabar -destruyéndolas para siempre- con nuestras pequeñas y grandes mentiras; que nos hacen huir, causando intranquilidad interior y confusión.

Cuando alguien le rete profundamente, sea sincero, no escape; diga la verdad. En la verdad hay la gran maravilla de la compasión. Y donde hay compasión, hay comprensión y amor.

Seguramente esa cosa que queríamos ocultar, y de la que huíamos frenéticamente, sea la llave para abrir la puerta y entrar en una manera de vivir donde la mentira, el engaño y la distorsión, no tengan cabida.

18

### El tiempo

Cuando decimos: “Intentaré desprenderme más adelante -la próxima semana, el mes que viene, o en la estación siguiente- de algo que obstruye la armónica relación con las personas”, estamos engañándonos y continuando con la división y el sufrimiento. El tiempo es otra de las ilusiones que ha inventado la mente. Está el tiempo cronológico -el del reloj-, que es necesario para ir a la hora a una cita, o a trabajar. Está el tiempo necesario para curarse una herida corporal. Donde el tiempo no debe tener cabida, es en el ámbito psicológico. Cuando uno dice: “Yo llegaré a ser mejor, a ser bondadoso, sincero y serio”, ya está implicando el factor tiempo.

El tiempo es la creencia de que el problema irresuelto ahora, podrá ser resuelto más adelante; o sea, cuando pase un tiempo. De esta manera, siempre estamos aplazando los tremendos y graves problemas: relacionales, humanitarios, de adaptación, miedos; y vivimos de la espera. La vida se ha convertido en esperar un largo tiempo algo, que nos pone ansiosos y brutales, disfrutarlo sensitivamente y sufrir por su rápido deterioro. ¿Podemos vivir sin esperar, sin desear absolutamente nada? ¿Podemos tener, y gozar, la mente completamente vacía? ¿Podemos deshacernos de las ilusiones absurdas y conflictivas? En el querer, en el desear, allí nace y crece el tiempo. Yo he sido aquello que no me ha gustado y me ha conducido a la situación presente, que tampoco me satisface; entonces invento el futuro -lo que debería ser- y espero que, por medio del tiempo llegue a transformar la realidad tan fea y dolorosa.

En todo este proceso del tiempo, uno no se da cuenta de que el presente, el ahora mismo, es irremplazable e intocable. Cuando tenemos un fuerte reto no pensamos, solamente actuamos; la mente no actúa clasificando, o analizando, el tiempo se ha detenido. El problema consiste en tener la energía infinita, que lleva consigo la pasión por la vida toda. Para que los hombres nos queramos, nos respetemos y amemos, sin ninguna división, es necesaria la energía de la atemporalidad.

Cuando uno ve por la calle a alguien que necesita ayuda, ¿puede prestársela sin que actúe el factor tiempo? ¿Puede detener su prisa -que es tiempo y deseo- y amar intensamente prestando la ayuda? ¿Podemos sentir la gran libertad de la atemporalidad, donde todo es presente y nuevo?

El gran reto del hombre es darse cuenta de que su existencia es “tiempo”. Y que por eso, para que la vida en este planeta, colorido y rico, sea sin angustia ni desdicha, debemos vivirla como si fuese el último instante.

19

### La sensibilidad

Hay personas que han sido pisoteadas y maltratadas repetidamente durante un período de su vida, y esto, de una manera inconsciente, les ha hecho perder la sensibilidad. Los que trabajan largas jornadas, los pobres y marginados, los que tienen algún grave problema por resolver,

tienen muy poco desarrollada su sensibilidad. ¿Qué sensibilidad puede tener una persona que pasa encerrada en una fábrica, u oficina, largas horas de trabajo? ¿Qué sensibilidad puede sentir una persona a quien le falta todo lo necesario para sobrevivir? Una persona maltratada y a la que no se trata con el respeto y la dignidad que se merece, ¿puede tener sensibilidad?

La sensibilidad es captar de una manera instantánea todo cuanto nos rodea y tener la gran virtud del servicio y la compasión. Una sensibilidad que capte las múltiples gamas de colores y sonidos, pero no perciba el sufrimiento y el dolor de los hombres, y no intente disolverlos, es placer sensitivo. Antes que nada, debemos saber que no somos piedras. Que los seres vivientes tampoco son piedras. Que todos sufrimos enormemente cuando se nos maltrata y se nos priva de lo necesario. Ser sensible es ver el dolor allá donde está y darle una solución inmediata, instantánea, sin lugar a dudas, sin optar entre lo correcto o incorrecto. El estorbo para tener una actitud tan limpia y honesta, radica en que la mente está ocupada y dominada por “su” problema irresuelto. De esta manera, las respuestas son de segunda mano; están teñidas y bañadas por la fragmentación, que distorsiona la acción y resta la infinita energía necesaria para actuar correctamente y con sensibilidad.

Estamos acostumbrados a enfocar los problemas y las cuestiones que nos alteran sin la profundidad y la seriedad que son necesarias e ineludibles. De esta manera, cuando tenemos un reto, o una cuestión que nos altera, intentamos eludirla y resolverla lo más rápidamente posible, sin entrar en su esencia y captar toda su grandiosa amplitud. Estamos acostumbrados a alterar el curso de las cosas; que para que salgan bien no se pueden acelerar, ni detener. Es algo así como la flor que nace, crece y en su plenitud muere; nosotros queremos matarla antes de hora, o que no salga o no florezca a su tiempo. Para que un hombre sea sensible, tiene que vibrar todo su cuerpo y su mente ante la amiga y el amigo que sufren; ante el animal herido; ante la grandiosidad de un árbol y una pequeña flor; ante la hermosura de la luz del cielo; y sentirse, a la vez, indestructible y tan vulnerable como una hoja.

20

### La crueldad

Las personas creen que, porque van bien vestidas, manejan artículos sofisticados y complicados y toda clase de máquinas, están en el camino de la corrección, del orden y el respeto. Todos parecen muy serios y preocupados en sus mezquinos y miserables asuntos. Tienen un semblante de autoridad, inflexible, estúpido y absurdo, que hace que todo lo que tocan lo lleven, tarde o temprano a la perversión y a la destrucción. Estas personas son como dictadores de su propio pequeño y cerrado círculo. Sin darse cuenta están provocando la catástrofe de la reacción incontrolada, de los que sufren su tiranía cruel.

¿Qué debemos hacer ante tan inhumano comportamiento? Lo primero e imprescindible es arrancar la crueldad que tengamos dentro de nosotros. En el momento en que nos encontremos libres de tan destructivo estado, los que persistan en su actitud cruel, se verán alterados y sin campo para poder proseguir con la insensibilidad, la injusticia y la tremenda brutalidad. La huida no es la solución. Cuando uno huye se lleva detrás el problema del cual pretende desembarazarse. Hay que tener una actitud de negación; sin tener la iniciativa para resolver el conflicto. De esta manera, saldrá todo a la superficie y desencadenará una reacción imprevista, haciendo que advenga lo nuevo e impensado.

¿Un hombre que está obsesionado por adquirir dinero y lo que de él se desprende -casas, coches, poder-, puede estar libre de crueldad? ¿Puede estarlo un hombre que no quiere ceder a la justicia más racional de la necesidad? La necesidad es la única ley verdadera; la otra es invención del egoísmo, de la insensibilidad, de la crueldad. En la necesidad va toda la energía del universo, imparabile e indestructible. Las personas crueles no conocen la necesidad, su mente se ha deteriorado y actúan en una sola dirección, que es la de su miedo y egoísmo.

¿Cómo abordaremos a un hombre que tenga un comportamiento cruel y despótico? Porque si no sabemos hacerlo quiere decir que en nuestro corazón hay odio, resentimiento y el tremendo problema de la fragmentación. Uno tiene que renunciar a todo: a sus opiniones, ideas, inclinaciones, a sus imágenes de crueldad y de quien las ejerce, a su respetabilidad, para poder tocar el frío, perturbado y viciado corazón del desgraciado hombre que no sabe vivir sin imponer su criterio a costa del dolor y sufrimiento de los otros.

21

## El sexo

Al igual que todas las cosas importantes, el sexo tiene que tener su justo y apropiado momento. Cuanto más desequilibrada y caótica está una sociedad, más necesita de la sexualidad. Un hombre que tenga una vida vacía, que sea egoísta, que no se preocupe de los que pasan hambre, de los que tienen el cuerpo mal formado, de los que sufren a muchos kilómetros de donde él vive, tiene una actitud sexual confusa. El sexo sin orden es un gran provocador de dolor para todos los hombres. Uno debe saber que, en el momento del acto sexual, hay un desencadenamiento de energía que va a provocar dicha, gozo y alegría, o confusión, dolor, miserias y caos.

Es muy importante que desde la más tierna edad eduquemos a nuestros hijos, de modo serio, sincero y profundo, enseñándoles que el sexo sirve para la reproducción de la vida. Si sabemos vivirlo, y a la vez, transmitirlo, seguro que nuestros hijos no tendrán el peso y el agobio de la sexualidad desenfrenada. Todas las cosas van unidas, invisible y fatalmente; lo que implica que una mujer, o un hombre, que tenga una vida asentada en la piedad, en la moral, la honestidad y el orden, su sexo será ordenado y compasivo.

Una persona que vea el caos reinante por todo el mundo civilizado y el hacinamiento humano en las ciudades, debe sentir gran compasión por los que no tienen hogar, ni familia, ni bienes, por los que van a la guerra a morir y a matar, por los que son oprimidos sin miramientos. Entonces sabrá que el sexo no es lo que se practica de una manera placentera y divertida. Sino que es una fábrica que, según se use, producirá efectos buenos y ordenados, o malos y destructivos. ¿Saben lo que le ocurre a una persona que entra en un ambiente de intensa sexualidad? Pierde el control y se contagia rápidamente del desenfreno reinante. Lo mismo ocurre en los hogares, en los clubs y en ciertos sitios turísticos y tolerantes, el sexo se convierte en una especie de epidemia.

Si nos dedicáramos con gran pasión y amor a ayudar a los que sufren, a vivir con ellos las tristezas y alegrías, si viésemos en los niños a nuestros hijos y los quisiéramos de verdad, si nuestra vida fuera de servicio desinteresado, seguro que nuestro sexo sería ordenado, bello y armonioso.

¿Sabe la gran responsabilidad que puede contraer con una actitud sexual sin orden? ¿Sabe que de él depende el engendrar más personas, que según su actitud vivirán una vida de miseria y agonía, o una vida de compasión, de renunciamento, de amor?

El hombre moderno, desbordado por los infinitos estímulos desordenados y caóticos, ha sucumbido al sexo y lo usa como escape de sus múltiples miserias y tormentos, que él mismo se provoca sin saberlo. Es necesaria una gran y piadosa información de todas las falsedades, locuras y absurdidades, para que el sexo tenga su momento exacto, justo, y su maravillosa profundidad y belleza.

22

La paz

Uno se pregunta si de verdad puede haber paz. ¿O es una ilusión más de los hombres? ¿O la paz es una distracción de la mente, otro juego? ¿Hemos sentido alguna vez paz, armonía, unión? ¿Puede haber paz en una mente llena de deseos?

Indudablemente, la paz es el estado donde no hay conflicto, no hay guerra. Pero cuando uno vive en lo que se llama paz, no quiere decir que lo sea de una manera absoluta. Uno puede tener paz momentánea, y estar sembrando la semilla de la guerra, de la desunión. Es muy importante que nos demos cuenta de que la raíz del problema está en la división, en la desunión. Yo soy blanco y otro es negro; uno es pobre, otro rico; uno sabe manejar las sofisticadas técnicas de la vida -vestir bien, hablar correctamente, ser educado-, otro no sabe nada, es sucio e indiferente. ¿Puede haber paz ante tal panorama, ante tal estado de cosas? Fijémonos a nivel internacional: el llamado mundo socialista o comunista, contra el mundo capitalista, consumista y súper desarrollado. Entonces, la pregunta es: ¿Podemos vivir en paz en este mundo? No fuera de él; porque esto es otro escape, otra huida. Incluso los que se alejan y se aíslan en lugares tranquilos, y con poca gente, tienen sus pequeñas y personales guerras.

Para que la paz exista, es necesario que la división y la fragmentación desaparezcan. Que no haya centros, ni periferias. Que no haya dualidad: como lo mejor y lo peor, como lo correcto y lo incorrecto. La paz es sentirse uno en todos: en el africano, en el hindú, en el americano, el judío, en el cristiano, en el árabe; en el hombre que lleva una vida que él cree que es irreprochable; en el hombre que está al borde del abismo: sin hogar, sin trabajo, sin nadie que le defienda, ni sentirse a gusto en parte alguna.

Lo que hemos que tener presente, y estar muy alertas, es no identificarse con los ricos, ni con los pobres; ni con el este, ni con el oeste; ni con el norte desarrollado, ni con el sur empobrecido y maltratado. Sentirse adherido a una conclusión, a una idea, también provoca división y conflicto, que después se transformará en más desorden, en más caos.

¿Podemos ahora mismo ver toda la trama de la división y el conflicto? ¿Podemos ver que nuestras vidas no tienen paz, ni armonía? ¿Por qué no podemos sentir siempre esa inmensa alegría y regocijo en nuestro corazón, cuando estamos en perfecta unión con el amigo, o la amiga? ¿Por qué cuando vemos a alguien por la calle no sentimos esa belleza de la compasión, que es la fusión con el otro? Sin lugar a dudas, es porque estamos identificados con algo; estamos condicionados a ser burgués, trabajador o proletario, a trabajar en exceso, a comportarnos como europeos, a sentirnos superiores, o inferiores. Y todo lo que no entre en

nuestro campo, que creemos nuestro y nos da seguridad, nos divide, nos hace temerosos y agresivos. Y la paz desaparece, se marchita, dando paso al desorden, al conflicto, a la desdicha.

Para que la paz sea verdadera y duradera -no quiere decir ausencia de tensión, tolerancia, indiferencia ante los graves y preocupantes problemas de los que viven cerca y lejos de nosotros-, uno tiene que sentirla y necesitarla como el aire que respira; y tener una vida como si fuera una isla en medio del inmenso mar, que por mucho viento y oleaje que haga no la arrastra a la deriva.

23

### La creación de imágenes

Si no estuviéramos condicionados no tendríamos barreras. Estas nacen de las imágenes que cada uno tenemos de nosotros. Uno tiene la imagen de esposo, de atleta, de inteligente, de feo, de superior o inferior; imagen de santo, o de seguidor, o del líder preferido; imagen de mártir. La imagen es la creencia que sin tal condicionamiento no podríamos vivir. Imaginémonos lo que ocurriría a un campesino -con toda su bondad y toda su terquedad- si fuese trasladado a una gran ciudad. O si a una persona, que ha nacido y crecido en una gran urbe, con sus incalculables estímulos y tumultos, con su desenfadada ansiedad y torpeza, fuese llevada a vivir al campo. Ninguno de los dos tendría un comportamiento armonioso y encajado. ¿Qué sucedería si pudiésemos olvidarnos, deshacernos, de lo que aconteció ayer? ¿Podemos destruir, quemar todo el pensamiento cuando vivimos una experiencia, sin que quede huella alguna para después, para mañana u otro día? Las experiencias y las vivencias, cuanto más intensas, completas y profundas son, menos residuos dejan en nuestras mentes.

Cada uno de nosotros ha pasado por grandes, felices, dolorosas e ingratas experiencias. Y, a nuestros antepasados les ocurrió lo mismo. Y todo eso es el gran bagaje de la mente humana. Ya sea rusa o americana, europea o asiática. Todos los hombres tienen la desgracia de vivir de imágenes. Al vivir de una imagen, uno está falseando la realidad, que está más allá de nuestras estrechas, pequeñas y mezquinas mentes. La imagen nos pone en un carril, en una vía única, que parece como una fatalidad, sin que podamos salir de ella, cuando la realidad es infinita en posibilidades, en caminos, en salidas, en cambios. Lo único que tenemos que hacer es desprendernos de la gran y pesada carga del pasado, que obstruye el libre fluir de la infinita energía, que no tiene principio ni fin.

La imagen, a menos que nos deshagamos de ella, nos seguirá en todos los actos, deformándolos y quitándoles la gran belleza de la pasión que es amor. La próxima vez que vea a un amigo, familiar o conocido, intente observarlo sin ninguna imagen; simplemente mírelo intensamente, como si fuera la primera vez. Entonces lo que observará será nuevo, fresco, intemporal, bello, la realidad cruda y desnuda. Y en todo ello está implicada la gran fuerza del amor.

24

### El renunciamento

¿Sabemos lo que pasaría en el mundo, en el lugar donde vivimos, en las relaciones más íntimas, si todos nuestros actos estuvieran basados y motivados por el renunciamento? ¿Sabemos qué es renunciar? ¿Por qué lo hacemos tan pocas veces?

Renunciamos a algo banal y sin importancia; pero cuando ese algo lo consideramos importante, el renunciamiento desaparece y nos convertimos en animales salvajes enloquecidos. Lo podemos comprobar en nosotros mismos: cedemos el paso en la calle, en la tienda, o en una oficina; nos comportamos amable y cortésmente en los asuntos superficiales y no comprometidos; pero en el momento en que esté en juego la adquisición de algo valioso -un empleo, una vivienda, un pedazo de tierra-, toda la cortesía y amabilidad se transforma en una desesperada carrera para conseguir eso que consideramos valiosos y que creemos que nos dará seguridad.

No sabemos que cuando más seguros creemos estar es cuando más insegura y peligrosa se encuentra nuestra existencia. Esto es un hecho; observemos a los países del mundo: todos gastan gran cantidad de dinero en seguridad; mas no sirve de nada, porque todos están con miedo e inseguros. Miremos a las personas que han conseguido gran cantidad de dinero y bienes, creyendo que esto les daría seguridad; por desgracia para ellas, tienen que vivir en zonas donde no pueden ser molestados; necesitan gran número de personas armadas y sin armar que salvaguarden su posición y sus bienes; pero la inseguridad, el temor y la desconfianza siempre están presentes en sus embotadas mentes. Lo mismo ocurre en las relaciones: cuando uno más posee, y más poseído se encuentra por otra persona -aunque crea que está muy seguro y a gusto-, más inseguro y perturbado está en su vida, pues esto es esclavitud y miseria humana.

El renunciamiento es algo sagrado, es una actitud que no conoce la elección, ni la opción. Esta actitud les puede parecer a otros, tonta y con falta de interés; como una flojedad, ante la que nada se puede hacer. Pero eso no importa, el hombre que renuncia sabiendo que es lo correcto y lo ordenado, sabe que lo hace para inferir el menos daño a los otros y a sí mismo.

Si el renunciamiento estuviera siempre presente en nosotros, no habría competiciones, ni oposiciones para lograr un empleo; no habría carreras para ser un hombre con un título universitario; no habría fronteras, ni policías, ni ejércitos, ni complicados sistemas de cierre en las viviendas, ni políticos, ni falsedades, ni mentiras.

El renunciamiento es el vaciamiento por completo de todo nuestro egoísmo. Es una entrega total a lo desconocido; es actuar como un chiflado a los ojos de los demás. Es sentir en todo momento el gran dolor de los hombres e intentar eludirlo, disolverlo. Es querer y amar sin esperar nada a cambio; tan solo la felicidad que da el sentirse con un comportamiento honesto y virtuoso. ¿Sabe lo que ocurre cuando renuncia a algo? Pues simplemente que se está haciendo la mayor de las revoluciones humanas, cual es perder el miedo a lo nuevo e impensado y actuar sin egoísmo.

25

### La ilusión

Desde hace mucho tiempo, algunas personas profundizando en los abismos de la mente humana habrán llegado a la conclusión de que el mundo físico, y con él nuestro cuerpo, son una ilusión. O sea, que el mundo que percibimos sería una relación de corriente energéticas de diferente intensidad: un avión a reacción tendría más energía que una motocicleta; un hombre, alto y corpulento, absorbería y desarrollaría más energía que un hombre pequeño y de cuerpo delgado; una colina tendría una inmensa cantidad de energía; al igual que los mares y los océanos, los planetas, las estrellas y con ellas el Sol. Todo esto nos viene a demostrar que vivimos en la mayor de las confusiones; y que la mente humana es incapaz de llegar al principio de las

cosas. Pero tenemos la gran fortuna de saber dónde está el fin de esta desdichada confusión. El fin está en el ahora; en lo que se percibe ahora mismo. Si uno ve un hermoso animal y lo respeta, ahí está toda la energía del Universo; si vemos el suave y dulce color, con su delicado olor, de una flor, también ahí está todo el enigma del Universo.

Los hombres necesitamos inventar juegos y escapes para eludir la incambiable realidad. Todos los grandes pensadores -salvo algunas excepciones-, filósofos y maestros, que ha tenido la Humanidad, eran falsos y no veían la necesidad de un cambio radical, para poder desenganchar al hombre del miedo y el dolor. Esto es así, no es una invención: miremos qué nos ocurre a nosotros, miremos qué les sucede a las personas de nuestro alrededor, miremos en qué caos está sumido este maravilloso planeta -contaminación, peligro de destrucción total, hambre, guerras, injusticias, inseguridad en todos los niveles, brutalidades, muertes sin sentido-; miremos lo que el hombre hace con los animales, los bosques, los mares, los valles y los prados, y veremos por todas partes destrucción y caos. Si todos los que han intentado educar a los hombres hubieran sido sinceros y honestos, seguro que no estaríamos sufriendo esta agonía diaria, que es nuestro vivir.

El gran problema de la ilusión, es que es una distracción más de la mente. Ésta es como un niño pequeño que cuando pierde el juguete se encuentra perdido e intranquilo. Y de esa manera le falta la energía necesaria para enfocar todos los retos a que estamos expuestos. Para que la vida cambie en nosotros y en los demás, es necesaria una mutación desde la raíz de las cosas: desde la manera de comer y beber, dormir, trabajar, caminar, hablar. Y en todos los aspectos de nuestra relación, para que haya flexibilidad, seriedad, humildad, desprendimiento, sinceridad, y algo tan importante como es la compasión para todos los hombres.

26

La vida

¿Qué es la vida? ¿Qué es el vivir cotidiano? ¿Es la vida la fatalidad del dolor y el sufrimiento? ¿O es algo más, algo diferente de lo que nos han enseñado e inculcado, y sabemos? ¿Podemos vivir de una manera totalmente nueva, gozando en el servicio a los demás?

La vida, para la inmensa mayoría de los hombres, consiste en una desesperada lucha por la supervivencia. Esta es la base de su estructura mental interna, de la cual deriva toda la impresionante desdicha y confusión a que están sometidos. Los hombres nacen -muchos de ellos- sin ser queridos, de una manera accidental; son producto del placer sexual. Otros son traídos a la vida por puro egoísmo: para distracción y beneficio de sus progenitores. Cuando la causa debería ser un acto de servicio y renunciamiento. Y la gran responsabilidad de crear una nueva manera de vivir -una nueva estructura mental-, en la que todos los actos estuvieran basados en la bondad y exentos de egoísmo.

La vida de un hombre cualquiera es tormentosa para él y para los que le rodean. Un hombre es traído al mundo -si nace en un país rico y desarrollado podrá superar fácilmente sus primeros años-, luego lo atiborran de comida, ropas y estímulos innecesarios; más tarde es llevado a la escuela, donde empiezan a condicionar su tierno y frágil cerebro; si tiene dinero, poder e influencias, puede que llegue a la universidad y se haga un dirigente, con un buen sueldo y se sienta muy respetable; y por último, engendra hijos y se dedica a defender de una manera brutal

e inhumana a todo lo que, con el esfuerzo, la agresividad y su bien mirada locura, ha conseguido. Al final de todo, le espera la enfermedad, la vejez y la ineludible muerte.

Entonces, la pregunta es: ¿Podemos cambiar toda esta miserable manera de vivir? Para que advenga un nuevo modo de mirar y encarar la vida es necesario morir a lo viejo, a lo que nos ha traído esta amargura que es el vivir cotidiano. Uno tiene que vaciarse por completo -internamente-; tiene que olvidarse del pasado; tiene que sentirse nuevo, como un niño que todo lo quiere descubrir y vivir. Y a partir de entonces, sembrar la semilla del orden, de la bondad y del amor en todos los actos, por insignificantes que sean aparentemente, y en todas las circunstancias a que nos veamos sometidos. Solamente entonces tendremos la certidumbre y la felicidad de saber que nuestra vía -por lenta o rápida que sea- está fundamentada en el servicio a los demás. Que nuestro comportamiento no es arrastrado a la deriva por las fuertes corrientes del placer, de la insensibilidad -la indiferencia- y del inmoral egoísmo.

27

### La soledad

Nacemos solos, vivimos solos -con algunos momentos fugaces de unión- y moriremos solos también. La soledad es otra de las características que más sobresalen en la especie humana. Estar solo -a solas- quiere decir no tener a nadie a quien comunicar lo más profundo que hay en nuestro corazón. Es un estado delicado, abrumador, apasionado y desencajado. En ese estado es en el cual uno se encuentra más unido a todos; pues no depende de nadie y de todos a la vez. Desde la más tierna edad nos han acostumbrado a tener ciertas relaciones fuertes e intensas con algunas personas: los padres, los hermanos, la familia, el grupo social en que nacemos; luego nos hacemos amigos, que pueden sustituir a los anteriores de una manera u otra. Esta manera condicionada de relacionarse, engendra grandes y amargos dolores, pues en ella se halla toda la desgracia del apego -el aferrarse-. Lo mismo ocurre cuando a una madre se le muere un hijo, a un esposo se le muere su mujer, o a una le abandona su marido; en todos ellos está el fuerte dolor del apego.

Deberíamos educar a nuestros hijos de manera que vieran en todos los hombres a su familia, a sus amigos y compañeros. De manera que hubiera una gran soltura en todas sus relaciones. La realidad no es así: como estamos tan apegados a unas determinadas personas, cuando éstas nos fallan, o desaparecen, estamos perdidos y sufrimos toda la gran congoja de la soledad. Esta soledad es regeneradora y purificadora de nuestras adormecidas vidas, pues nos pone desnudos, tal como somos; como si estuviéramos mirándonos en el espejo, donde nada se puede ocultar. Un hombre solo, es un hombre en todo el grandioso sentido de la palabra; él está en todos y no depende de nadie; él no busca a nadie y encuentra a todos.

La soledad, asimilada y entendida en toda su profundidad, es algo muy valioso y necesario para las personas que han decidido encauzar su vida al servicio de los hombres. Sin esta soledad, la vida se convierte en tribal, dependiente psicológicamente de unos cuantos y desentendiéndose de los muchos; donde el miedo, la brutalidad y la autoridad tienen un protagonismo que a los hombres los oprime, los desvirtúa, los hace sufrir de una manera despiadada e inhumana.

Para saber lo que es la dependencia y la soledad uno debe salir de su pequeño círculo de relación y entregarse a lo nuevo y no viciado ni rutinario; y entonces veremos todas las maravillas que esconde la sorprendente e inimaginable vida. Al principio se encontrará perdido como un niño

pequeño, pero pronto encontrará la energía necesaria para saborear la felicidad que da el no sentirse dominado ni apegado.

28

### La política

Cuando más confundido y perdido se encuentra un hombre, más acrecienta su actividad. Este es el caso de los políticos: se ven acosados desde diferentes aspectos; tanto externos como internos; sus contrarios intentan desacreditarlos y ofrecer promesas más atrevidas. Desde su intimidad interior, saben que todas las palabras huecas y las falsas promesas no pueden llevar a otro sitio que a la confusión. Son como alguien que ha emprendido un viaje complicado y a poco de salir ve la suciedad que provoca, ve la gran falta de armonía, ve lo estúpido y absurdo de su descabellado proyecto; y no tiene suficiente energía para desistir, para suspender la tormentosa trayectoria, tanto para él, como para todos los demás. Los políticos son como un escudo del gran e invisible poder, que permanece entre sus negocios, sus bienes, entre sus clanes. Si a este poder no le conviene el líder escogido, no dudará en cambiarlo y retirarlo, sin ningún respeto ni consideración hacia él.

Lo que más caracteriza a la política es la mentira y la falsedad. Es como una gran competición de palabras, gestos, viajes, papeles y carteras, proyectos y promesas, que parece no tener fin. Y que siempre sale ganando el gran poder -lo ricos y bien situados-, aunque se presenten a menudo como víctimas y perdedores. La política es la gran epidemia que divide a los hombres, los enfrenta, los pone agresivos y violentos; y al final de todo los destruye en las sanguinarias y crueles guerras. La política a dividido el mundo en oriente y occidente -socialistas y capitalistas-; y en norte y sur -ricos y desarrollados y pobres y subdesarrollados-; ha arraigado y afianzado las fronteras, que dividen a los hombres y a los países entre sí.

Cuando vemos a un político, ¿podemos escucharle y ver toda la trama, la falsedad y la división que están tras él? ¿Vemos la tremenda brutalidad que provocan, a pesar de sus refinados gestos y sus escogidas y bien cuidadas ropas? Ver todo esto es orden y no división. La división engendra odio y sufrimiento. Uno no puede sentir odio por ninguna persona, por malvada, sucia y cruel que sea; esto acrecentaría aún más su erróneo comportamiento.

Al ver una persona de su entorno que tiene un comportamiento político, ¿cómo le responderá? ¿Tolerará su falso comportamiento? ¿O le informará de su actitud y proceder confusos? Es muy fácil criticar al político lejano que no nos puede responder; pero nos olvidamos y no le damos importancia al político cercano -al vecino, al pariente, al amigo, a la compañera-. Estos son el eslabón de la cadena que llega hasta el gran político inaccesible y lejano. La política no existiría sin los hombres que la sustentan -los políticos y los intrigantes-, y tendríamos algo menos que nos divide; que nos hace mirarnos como de derechas, de centro, de izquierdas, como ricos, como pobres, como de clase media. La política ha puesto un orden a su manera y conveniencia; ha cambiado el nombre a los grupos humanos, pero en el fondo persisten las castas, los clanes, la esclavitud, el servilismo, la explotación humana; y las grandes y muy antiguas mentiras.

29

### La ignorancia

Lo que más caracteriza a los hombres -y es su rasgo principal-, es la ignorancia. Sabios y pedagogos han hablado de la ignorancia, han profundizado en ella; pero no han podido deshacer el grandioso lío, el inmenso enredo que hay en nuestras mentes. Los hombres, en algunos momentos, nos sentimos llenos de energía y nos creemos poderosos. Desgraciadamente, al primer reto que no podemos resolver, toda esta energía se convierte en dolor, en desdicha.

Hay quienes sostienen que para alcanzar la felicidad -desprenderse de la ignorancia- los hombres deben, tener más normas, más leyes que rijan su destino. Las religiones organizadas de todo el mundo, las teorías políticas y científicas, intentan guiar y canalizar al hombre en un determinado patrón de conducta, ya sea éste dolorosamente represivo, o peligroso y enloquecedoramente tolerante.

En todos los casos el fin está siempre por encima del hombre desnudo; tal como es, sufriendo casi siempre en su vida. Los hombres hemos heredado -sin quererlo- un inmenso bagaje de condicionantes: miedos, nacionalidades, raciales, físicos, inherentes a cada época, que obstaculizan el fluir de esa energía necesaria para sentirnos como hombres únicos, de primera mano, y poder traspasar y observar a la inseparable ignorancia.

La ignorancia surge cuando pretendemos poner nuestro orden -el de cada uno- sobre los demás. Todos tenemos nuestro orden interno y bien escondido, que es lo que nos divide y fragmenta. Al decir: "esto me gusta" y "esto no me gusta", estamos obstruyendo la energía de la vida. Cuando decimos: "este es mi país, ésta es mi familia, éstos son mis amigos, éstas son mis ideas", y no sabemos renunciar a todo ello y sentirnos como nuevos y recién nacidos, la energía no fluye en su totalidad.

¿Podríamos tener siempre -no fugazmente- esa inmensa e infinita energía necesaria para poder afrontar la vida felizmente? ¿Podríamos con esa energía, que no tiene principio ni fin, entender y deshacer la ignorancia? Este es el gran reto de los hombres. ¿Podemos, cuando desaparece un ser querido y estimado, entenderlo completamente y no sentir el dolor de la ignorancia? Cuando nos ponen en entredicho, o subestiman nuestras opiniones o teorías, ¿podemos sentirnos libres de la división y la confrontación que es la ignorancia? Esto no quiere decir que uno tenga que tener una actitud tolerante, ante todo. Debemos mirar todo el infinito panorama que es la vida como si fuera un cuadro donde todo debe ser observado y amado, y no rechazado ni menospreciado.

Nos sentimos muy seguros, inteligentes y falsamente felices en nuestros pequeños mundos. Pero si levantamos la vista y miramos al cielo, o penetramos en el interior de una piedra, con sus millones de años, vemos lo ignorantes y lo poco que somos.

30

## La muerte

Por lo que sabemos los hombres, si no hay muerte no hay vida. Es algo completamente claro y necesario: si en un bosque no se muriesen los árboles viejos y deteriorados, y al mismo tiempo no naciesen otros nuevos, al cabo de un tiempo el exuberante bosque se convertiría en un desierto. El deterioro, al menos nosotros, no lo podemos detener. Y donde hay deterioro debe de haber renovación. La muerte es la transformación de la energía que se agota en energía que tiende a transformarse en su plenitud. La vida es destrucción, amor y construcción. Si no

sabemos entender y comprender esto, corremos entonces el riesgo de ir a la deriva y desembocar en la locura.

La comprensión no es fácil, no vale decir: "Sí, lo comprendo", y ya está; esta comprensión debe llegar a lo más profundo de nuestro ser, donde los sistemas verbales, los condicionamientos, los miedos, quedan al descubierto. Y así podremos verlos, darles el lugar adecuado en ese momento, y descartarlos sin que puedan perturbar la claridad y diafanidad de nuestras mentes.

Cuando a alguien se le muere un ser cercano y querido se desencadena una profunda depresión, que no es otra cosa que la comprensión del gran misterio de la vida. Lo que acrecienta el dolor y la desesperación por la desaparición de un ser estimado, es según la manera y el momento en que perece. ¿Sabemos ver la belleza que hay en un viejo árbol, al cual le van cayendo las ramas muertas al suelo? ¿Por qué no vemos la armonía, el orden, la belleza, en la muerte de una persona? ¿Podríamos ver la posibilidad de que desaparecieran las muertes en los seres vivientes jóvenes?

Cuando uno coge un fruto de un árbol, o de una planta, si éste está inmaduro, al separarlo de lo que le da vida, se desencadena una tremenda agresión y violencia en todo el lugar. Tanto el vegetal como la persona que lo va a utilizar van a sentir lo negativo del cortar, del suspender la energía en un momento inadecuado. Lo correcto, lo ordenado, lo serio, es tomar el fruto maduro, cuando él mismo casi se desprende. Esto mismo podemos trasladarlo a las personas: cuanto más viejas y decrepitas se mueran, menos desorden, dolor y confusión provocarán.

La muerte es algo que todos quieren eludir, algo que les espanta, que les da pavor. En todo el mundo han desarrollado una resistencia hacia ella, por medio de distracciones, mentiras y falsedades, en las que se sublima el más allá, por medio de premios y castigos. Esta sublimación es negativa, ya que distrae y divide a los hombres del presente, de la vida cotidiana, dándoles y desencadenándoles un fuerte e inhumano deseo de conseguir el premio cuando perezcan. La muerte es el fin. El fin de todo: de mi nombre, de mis amistades, de mis ilusiones irrealizadas, de mis dolores y alegrías, de lo que poseemos. Lo que nos espanta de la muerte es que vamos a perderlo todo, incluido el cuerpo y la energía que le da vida. De lo demás, no sabemos nada. Y uno no puede temer a algo que no conoce, a algo que no ha visto, que no conoce su forma, su manera, su acción.

Lo que más nos disgusta a los hombres es el fin de algo, terminar algo; nos aferramos desesperadamente con tal de no enfrentarnos a lo nuevo. Y la muerte, por mucho que nos disguste, antipática y fea que nos parezca, es el advenimiento de lo nuevo.

31

La ternura

Ciertamente, sin la ternura uno no puede amar. La ternura es estar abierto y desnudo frente a los demás, para poder servirles y entregarse más fácilmente.

La ternura es el estado de mayor vulnerabilidad y al mismo tiempo el de mayor orden y seguridad. Para tener ternura hemos de hacernos tan frágiles como los niños, tan ignorantes como ellos -tener la mente vacía de conceptos e ideas-; ser altamente sensible a lo más débil y frágil e imperceptible; ser consciente de la brutalidad, de la violencia y el dolor que hay en cualquier lugar del mundo donde uno vaya. Pensar, mientras uno está en su casa a gusto y

comiendo, en los que pasan hambre, y probablemente morirán hoy o mañana, es ternura. Sentir que las lágrimas resbalan por la cara, al ver el profundo dolor de los hombres que sufren, sin ningún remedio, esto también es ternura. Ver en la televisión las casas destruidas por los bombardeos, las calles desiertas, los hombres -vestidos de soldados- enloquecidos disparando para matarse unos a otros y no sentir un gran espanto y una conmoción, es no saber lo que es ternura.

Cuando caminamos por cualquier lugar, ¿qué es lo que nos impulsa a que no prestemos atención a las personas, a las casas, a los edificios, a un árbol, al cielo o a las nubes? ¿Por qué no nos detenemos a observar, sin quedarnos fragmentados, sin sentirnos divididos? Al observar atenta y profundamente, surge la belleza maravillosa de lo nuevo, de lo que nunca se había visto. Y esto es la cualidad de la ternura.

Las personas que han sido largo tiempo maltratadas, pisoteadas y se han sentido humilladas, tienen la gran virtud de la ternura; aunque muchas de ellas no logran vaciar sus mentes del odio y el resentimiento. Cuando a alguien le insultan y le hacen una mala jugada, ¿cuál es el obstáculo para que todo esto desaparezca, en el mismo momento que acontece? ¿Cuál es la parte de mi persona que ha sido herida? Desafortunadamente, todos vivimos de imágenes, de ideas y conceptos: uno tiene la imagen de respetabilidad, de seriedad; otros tienen la imagen de padre, de marido, de esposa, de hijo, de europeo, de funcionario, de americano; hay otros que tienen unas ideas y conceptos que creen ser irrefutables e incuestionables. Todos, al sentir que la imagen puede ser maltratada -y al mismo tiempo lo es-, sentimos que surge la herida. La herida lo es sólo de la imagen; del fragmento en que dividimos la totalidad de la mente. Y mientras tanto este fragmento no sea absorbido, destruido o diluido, la ternura no puede florecer.

¿Saben lo que pasaría si una mujer embarazada no tuviera ternura? Pues probablemente no podría dar la vida a otro sagrado ser viviente. Todos los actos importantes y trascendentes vienen con ternura.

32

### La religión

La obediencia siempre ha sido de gran utilidad para los que viven del poder, de las falsedades y las mentiras. Un hombre tiene que cuestionar todas las cosas de la vida. No se tiene que fiar de nadie. Ni de quien escribe, ni de la autoridad intelectual, ni del que dice que sabe. También debe cuestionar al amigo, a la esposa, a la familia, al compañero de trabajo, al jefe. No debe vivir con recelo, sino que, viendo la gran versatilidad y amplitud de la vida, debe estar atento y alerta, sin extrañarle los impensables cambios de las personas. Cada ser humano, cuando realiza cualquier acto que nos sorprende, tiene su fundamentado criterio que le da fuerza para efectuar tal acción. Por eso, un hombre que busque la verdad y el amor no debe tener una mente romántica y sentimental. Ambas actitudes fomentan la obediencia y ofuscan la mente; y ésta no puede investigar -ir más allá de lo conocido, lo vulgar y repetitivo-, acerca de todos los retos que presenta la vida.

Cuando uno ve a un sacerdote, o alguien vestido de religioso, siente todo el inmenso dolor que lleva consigo. Siente lo que es la obediencia, la repetición, la humillación, la brutalidad despiadada de la autoridad. Han convertido a la religión en un gran negocio; algo así como una multinacional, donde el dinero, la intriga política y del poder, sustenta a este gran tinglado.

La palabra religión tiene un significado confuso. Y cada grupo de personas la usa para dar un aire sagrado a lo que dice o representa. Un hombre que descubre lo que es la verdadera religión, podrá dejar fácilmente de ir al templo o a la mezquita, desprendiéndose de todos los innumerables preceptos, obligaciones, ideas y teorías que obstruyen la claridad de la mente. Y dividen a los hombres, haciéndolos enemigos dispuestos a destruirse unos a otros. Las religiones organizadas, todas -desafortunadamente- dividen y fragmentan a los hombres; todas creen estar en el camino correcto; todas creen poseer el gran misterio y la sabiduría que necesitan los hombres, para afrontar cada día. Y sin embargo, el mundo, dominado entre otro por las religiones organizadas, no ha conocido lo que es la paz, la justicia, el amor.

Todo lo bueno que parecen tener las religiones sucumbe ante el egoísmo, la falsedad, la hipocresía y la ignorancia de sus dirigentes. Un hombre, que tiene un gran espíritu religioso, sabe que el mayor templo -sin techo ni paredes- es la naturaleza. En él se puede apreciar el orden, la paz, el sosiego, la quietud, de que tan faltos estamos los hombres.

33

### La humildad

Las palabras intentan transmitir un concepto, una idea, una cosa. Pero en cada palabra hay una infinidad de matices y de sugerencias que desbordan y van más allá del propio significado. Para aprender a investigar hemos de tener una mente muy aguda, clara y ágil. El único instrumento que tenemos es la mente y ésta debe ser como un microscopio, o un telescopio, capaz de penetrar a gran profundidad donde aparentemente no se puede observar.

Nuestra confusión e ignorancia nos bloquea y nos hace que aceptemos términos e ideas que distan mucho de estar sustentadas en la verdad. Estamos muy acostumbrados a que piensen y descubran por nosotros. Nuestras mentes, de esa manera, se han convertido en torpes y perezosas. Toda la base de nuestra mente es de aceptación, de sumisión. Cuando, para poder gozar de la vida, debería de ser de originalidad, de cuestionamiento, de no repetición.

Una de estas confusiones nos hace creer que la humildad es una virtud que se puede practicar. Cuando la realidad es que la humildad es una actitud, una disposición, un rasgo; como lo pueden ser la elocuencia o el ser muy silencioso. Hay hombres que han nacido y viven en sitios humildes y tienen un comportamiento brutal e inhumano. Y hay hombres que han nacido y viven en lugares que no son humildes y su comportamiento demuestra una gran modestia y decencia.

La humildad es ver la nocividad del egoísmo; es ver la peligrosidad de nuestra gran ignorancia, que se manifiesta en la inflexibilidad, en el fanatismo, en todos los argumentos que nos dividen. La humildad es haber sido echado y torturado por las miserias humanas, al borde del más allá, y retornado con una gran visión de lo que es la vida. Es algo así como si uno tuviera bajo su cama, en la habitación, una serpiente a la que hay que vigilar y estar constantemente atento. La vida es como una serpiente peligrosa y venenosa. Y cuando antes se peca de ello, más pronto descubre lo que es la humildad. Entonces la humildad ya no proviene de una práctica, de una idea, que parece bonita y que nos satisface. Entonces la humildad se manifiesta en su plenitud. Entonces todo es humildad. Todos los actos, las miradas, los pensamientos, los proyectos, todos están bañados y surgen de la humildad.

La humildad es servicio a los hombres, es renunciamiento, para que la vida sea menos dolorosa. Es sentir la agonía diaria que padecemos los hombres e intentar querer descartarla, para poder gozar de las maravillas que están obstruidas.

34

### La energía

Sin energía, nuestros cuerpos y nuestras mentes no pueden funcionar. Para tener energía debemos ingerir alimentos. Hay personas que además de los alimentos que todos tomamos, ingieren sustancias que provienen de los alimentos básicos: los medicamentos y las drogas. En las sociedades modernas y desarrolladas hemos llegado a necesitar a ambos casi por igual: las medicinas y las drogas son tomadas con la misma naturalidad con que se come el pan.

A primera vista esto bastaría para poder sobrevivir; y en cierto modo así es. Pero como en la vida todo está fuertemente conectado y unido, el hombre que planta y cultiva hortalizas puede subsistir, más si no intercambia lo que le sobra por otros productos que él mismo no puede fabricar, estará perdido. Un ingeniero de máquinas computadoras muy complicadas, sin el apoyo y la colaboración del hortelano, del frutero, o del ganadero, del carnicero y del tendero, no llegaría a ninguna parte. Esto quiere decir que hay dos clases de energía: la material, que proviene de los alimentos, y otra que es la inmaterial, la espiritual, la del amor.

Esta energía invisible del amor es fruto de la no contradicción, de la no oposición, del no conflicto. ¿Nos damos cuenta cuando estamos fragmentados de una persona, o de un grupo, de la poca energía de que disponemos? ¿Nos damos cuenta de que esta energía fragmentada es la energía del sufrimiento? Hay una energía que no tiene principio ni fin, que es la más débil y frágil y a la vez la más poderosa. Las personas, por desgracia, no tienen esta visión, donde el esfuerzo no sirve de nada.

Cuando uno ve lo poco que los hombres se respetan y aman, cuando ve las interminables guerras que destrozan todo lo que tiene vida, entonces se percata de que la energía que más se utiliza es la material y la de la contradicción, la del conflicto. Miremos y observemos el mundo y veremos cómo desaparecen especies enteras de hermosos animales. Hombres de culturas primitivas, sometidos, desplazados y destruidos, por todas las partes del mundo. Selvas vírgenes quemadas y debilitadas para el consumo innecesario de unos hombres que todo lo que toquen o hagan lleva el sello de la destrucción.

¿Es tan difícil optar por la vida, por el respeto, por la negación? Debemos intentarlo, de lo contrario, todo lo que hagamos será feo y mortecino, doloroso e inarmónico. Cuando la vida puede ser serena, equilibrada y hermosa. Y de esa manera, sentirnos todos los hombres como personas con un mismo fin: el de vivir sin conflicto, sin miserias, sin destrozarnos.

Intente descubrir esta maravillosa e inmensa energía y entonces sabrá lo que es amar y vivir intensamente. Y verá como los obstáculos, que parecían inabordables e insalvables, no son tal y desaparecen.

35

### El perdonar

Sin tener la mente completamente libre de rencor, resentimiento y odio, no se puede amar. No se puede vivir en la plenitud de la felicidad y el gozo. Todos hemos sido insultados, maltratados, menospreciados, incluso hay muchos que han sido golpeados violentamente. El hombre, desde que nace, es partícipe de una batalla despiadada que en principio él no entiende, pero que luego acepta y toma como su única manera de vivir. El principio de todo este sistema que heredamos -queramos o no-, no interesa demasiado. Lo que nos interesa, de una forma inaplazable, de una forma absolutamente necesaria, es cómo terminar con este absurdo y estúpido sistema que nos corroe, consume y destruye. De tiempo en tiempo, tenemos noticias de que una nueva guerra ha estallado, o está a punto de estallar. Cada día vemos hombres muertos en los noticiarios y en los diarios, por causa del fanatismo, de la división y el odio sin fin. Los políticos y los dirigentes se empeñan en decir que ellos van a solucionar los problemas. La realidad no es ésta: no lo han hecho y no lo pueden hacer.

Una de las cosas que más asombran es ver la gran diferencia que hay entre dos hombres. Las necesidades básicas son las mismas, pero la manera en que cada cual se enfrenta a ellas es lo que los diferencia. Cada hombre piensa que tiene sobrados motivos para actuar de la manera que él estima conveniente, sin darse cuenta de que su comportamiento -por contrastado- puede desencadenar la división y tal vez el odio. ¿Sabemos qué cuando odiamos a alguien lo estamos maltratando y destruyendo? ¿De dónde procede el odio? ¿De dónde la división? El hombre que ama a los hombres, debe buscar las causas de que su corazón no sea puro, limpio y feliz.

Cuando alguien ha vaciado toda la maldad y el odio que tenía en su corazón, entonces ese hombre puede perdonar. Perdonar es volver a nacer. En el perdonar están la salud y la felicidad. En el odio y el rencor están la enfermedad y la locura. Uno se pregunta si la palabra perdonar - el "perdón"- es correcta. Si tuviéramos una mente capaz de profundizar, y la valentía suficiente para asumir lo que descubriésemos, seguramente nos daríamos cuenta de que este término "perdón" tiene un significado confuso. Cuando alguien me insulta, ¿por qué ocurre? ¿Le he provocado? ¿Le he llevado a este fin sin darme cuenta? Lo más triste es que sabemos bien poco de nosotros y de los demás. Si lográsemos tener una mente y un corazón limpios, serenos y equilibrados, no habría necesidad del "perdón".

Cuando piense o vea a alguien, intente vaciarse de las imágenes y los conceptos que surgen en su mente y que hacen que nos sintamos divididos. Mírelo como si no lo hubiese visto nunca, intente preocuparse por él, acérquese sin miedo y ámele intensamente. Entonces verá cómo las personas le dan lo que reciben de usted.

36

### El poder

Cualquier tipo de poder engendra división y antagonismo. Tanto si es el poder de los gobiernos de las naciones, como el de la autoridad intelectual, o la autoridad familiar; todos son portadores de una gran brutalidad. Lo más peligroso y desafortunado que tiene el poder es la rutina en que se ve atrapado. La rutina y la repetición es lo que hace que nuestras vidas se tornen tediosas, sin la energía necesaria para responder a los innumerables retos que nos llegan todos los días. El poder es el causante de los grandes conflictos que parecen no tener fin. Cuando más poderoso es uno, más inflexible e intransigente se torna.

Una persona que se sienta muy segura y que no sepa vivir sin esa seguridad, ¿puede tener una vida no rutinaria, no repetitiva? ¿Cómo puede sentir compasión por los más débiles y desafortunados, un hombre que tiene de sobra de todo y no lo utiliza debidamente? ¿Saben lo que se destruye en las sociedades desarrolladas y consumistas; saben el mal uso que se hace de los bienes, de los alimentos y de las ropas? ¿Conocen las sumas de dinero que se gastan gran cantidad de personas en viajes de recreo y de placer? El poder quiere decir la continuidad, el no cambio, el no cuestionamiento. Todos los poderes -sino, no lo serían- son en sí conservadores, burgueses e inflexibles. El poder del comunista, del liberal, del revolucionario, del rojo, o de cualquiera que pretenda establecer un cambio, y se instale por el poder y en el poder, es conflictivo, embrutecedor y despiadado.

Lo más destructivo que tiene el poder es que para que sea -para que continúe siéndolo- lo ha de defender. Y en esta defensa es donde surge toda la dramática situación en que están atrapados los hombres. Los hombres obedecen por el poder, que les enseña a ser sumisos y a robotizarse. Sin el poder, no habría hombres vestidos y armados para entrar en combate. Sin el poder, todas las mortíferas armas no habrían sido fabricadas y no servirían para nada. Sin el agresivo y violento poder no existirían las diversas fronteras y nacionalidades. El poder es el grado más elevado de egoísmo en el hombre.

¿Podemos vivir sin ninguna clase de poder, lo que quiere decir vivir desnudos y renunciar a cada instante a nuestros impulsos egoístas? Cualquiera que sea -pequeño o grande- el poder que detente, en el fondo es tan tiránico como el de los grandes dirigentes que ha habido y que hay en la actualidad. Vivir sin ningún poder es no ser nada, ni nadie. Pero da esa incomparable quietud y serenidad de vivir en el orden, sin ningún miedo ni temor.

37

### La violencia

Sin las injusticias, los desajustes humanos, la despiadada explotación del hombre, la violencia tal vez no existiría. La violencia es una herencia de nuestro pasado animal. Los animales, en algunas ocasiones, se agreden y desarrollan violencia. Los animales no tienen el sentido -el poder- de la negación, del renunciamento. Y entonces, ante una situación de dominio la resuelven con violencia. Las personas hemos superado está situación fatal en que se encuentran los animales. Pero en las situaciones conflictivas y problemáticas, todavía surge y aparece el rasgo característico animal, que es el de resolverlas tajantemente con violencia.

¿Qué es la violencia? ¿Es algo necesario, por duro y desagradable que parezca? ¿O es algo de lo que se puede uno desprender? ¿Qué es lo que lleva al hombre a comportarse violentamente, hasta el extremo de matar a otros hombres? La violencia es el resultado del miedo a perder algo. Ya sea una posesión, una opinión o una idea; o el terrible miedo a perder la vida. Cuando uno más se niega y más renuncia a todo, menos violento es. ¿Cuál es el inicio de una disputa o de una guerra? ¿Por qué no se detienen las personas, al ver que la violencia va en aumento, va creciendo?

La violencia está en todas partes porque la llevamos todos dentro de nosotros. Alguien puede ser menos violento -no se atreve a pegar a nadie, se domina-, pero en el fondo persiste la violencia. Cuando nos enfrentamos a un fuerte y desconcertante reto, en el que vamos a perder algo que consideramos estimado y nuestro, aflora entonces toda la brutalidad y la locura de la violencia. La violencia no se puede erradicar totalmente, esto sería lo mismo que perder toda la

vitalidad y la gran fuerza del deseo. Lo importante es verla, en el mismo instante en que surge, y no reprimirla, sino mirarla intensa y profundamente. Al verla tal como es, no desfigurada ni distorsionada -no ser insensible a ella, ni justificarla- sino con gran lucidez, uno desiste, renuncia, se aparta de ella.

Se debe rechazar y desistir de lo negativo y entonces aparecerá lo positivo. Lo positivo no hay que tocarlo, está ahí, no molesta, no perturba, no hay peligro en él. A lo que hay que estar atento y alerta siempre es a lo negativo, a lo que es causa de confusión, desorden, dolor y muerte sin sentido. Si sabemos observar lo negativo, allá donde esté y descartarlo, la violencia destructiva y caótica no se detendrá largo tiempo en nosotros. Y entonces el lugar que debería ocupar será destinado para el florecimiento de la bondad, la compasión y el amor.

38

### La acción correcta

Cuando tenemos un problema, lo primero que hacemos es huir de él, o querer solucionarlo por la ansiedad que nos provoca. Pocas veces lo miramos cara a cara. Nos sumergimos con los problemas. De esta manera, las respuestas son a medias, son fragmentadas. Y de esta fragmentación no puede salir una acción correcta.

Todos tenemos numerosos motivos para eludir el contacto directo con lo que consideramos un problema. Nos espanta, nos da pavor y agobio enfrentarnos con la raíz del problema -de lo que es-. El problema es la realidad sin más. La verdadera complicación existe en cómo lo miramos, cómo lo observamos. Lo que para uno es un problema, para otro tal vez no lo sea; o uno lo puede resolver en poco tiempo y algún otro no resolverlo nunca. Hay algunas personas que no ven muchos problemas, y si los ven no les prestan atención y se olvidan pronto de ellos. Pero los problemas están ahí, prontos a manifestarse cada vez más intensamente.

Un reto y un problema son cosas muy serias en las cuales uno debe poner toda la energía y atención para intentar solucionarlos correctamente. En el momento en que percibimos un reto, no lo tenemos que tocar, debemos darle tiempo para que se manifieste plenamente. Hay que observarlo desde diferentes puntos de vista, ya que la mente, al sentirse insegura, falsea la realidad para encontrar la seguridad perdida, que es el pasado, lo conocido. La mente siempre está buscando seguridad, y por ello va de lo conocido a lo conocido. Estamos hablando de la mente, desde un punto de vista que está alterada por el reto o problema, que la pone agitada y desconcertada. En este desagradable estado, sacamos todo lo que tenemos dentro de nuestro interior: miedo, agresividad, depresión, brutalidad, violencia. Y todo esto nos impide la lucidez para enfrentar con una acción correcta cualquier reto.

La acción correcta llega desde la serenidad en la observación del problema. Hay que tener una gran introspección y ver los juegos de la mente, descartar los falsos y negativos, y entonces llegará lo positivo, lo correcto. Sin esa gran quietud, de la profunda atención e introspección, uno no puede ver lo falso y lo verdadero; y entonces su acción será maquinal, robotizada y a la deriva.

En un mundo donde los miedos, la acción incontrolada, la agresividad y la violencia son tan frecuentes y naturalizados, es necesario encontrar el momento y el lugar idóneo para poder ver qué es lo que tenemos dentro de nosotros. Al principio, tal vez no le guste lo que vea, pero

pronto sabrá que ha descubierto una gran herramienta, sin la cual la dulzura, la tranquilidad y el obrar correctamente se torna casi imposible.

39

#### El sentido de perfección

Cada vez que nos apartamos de la sencillez en el vivir, que queremos cambiar la realidad de las cosas -de lo que es-, caemos en la tendencia de la perfección. ¿Qué es lo perfecto? ¿Hay algo, o alguien perfecto? Si hay algo perfecto es la naturaleza: el mar, una montaña, un árbol, un insecto diminuto. El hombre, como parte de esta inmensa y maravillosa Naturaleza, nace perfecto -es perfecto-.

El sentido de perfección no es otra cosa que el florecimiento del “yo”, del ego. Yo tengo mis gustos, tengo la base de lo que creo perfecto; luego lo que no se ajuste a ello es desestimado, es echado fuera de mi pequeño círculo psicológico. Los hombres que buscan algo, si no tienen una mente que todos los días indague y vea lo falso y verdadero, al final se hacen rutinarios, se les embota el cerebro y terminan en la perversión.

Lo perfecto vendría a ser como un centro y todo lo que estaría fuera de él -la periferia- sería considerado como indigno de nuestra atención, como algo a lo que hay que eludir, incluso destruir. El mundo que hacemos todas las personas tiene ese desafortunado comportamiento; hemos creado, o inventado, a través del tiempo, lo que consideramos perfecto -la técnica científica, el buen vestir, la erudición, las artes, ciertos rasgos físicos y corporales, la educación convencional- y todo lo demás nos molesta e irrita. La realidad no es esta. La realidad, por fortuna, no conoce lo perfecto. Lo perfecto es la totalidad, lo absoluto, que contiene a lo que consideramos lo “imperfecto” y lo “perfecto”. La realidad es lo que es. Y la realidad es lo perfecto: el torpe, el sabio, el limpio, el sucio, el asiático, el europeo, el alto y el bajo, el feo, el guapo; el país miserable y subdesarrollado, el país ordenado, tecnificado, rico, limpio y bien mirado, respetado y considerado. Todo este ignorante y brutal comportamiento, que ha sido asumido, potenciado y considerado como lo correcto y lo perfecto, es el que desencadena la división en todos los hombres.

Donde hay división, ¿puede haber amor? ¿Puede haber construcción de alguna cosa, si estamos divididos, fragmentados? Ciertamente, donde hay división hay sufrimiento y dolor. ¿Podemos acabar con la destructiva e impiadosa división? Podemos mirar a los ojos al rico y al pobre de igual manera, al blanco y al negro, al vecino que nos halaga y al hombre que llega de lejos. Podemos sentir esa fuerza, tan suave y vigorosa, que todo lo supera. Sin lugar a dudas, si no nos deshacemos del comportamiento fragmentario y divisivo, todo lo maravilloso y constructiva que puede ser la vida se tornará en destrucción, aspereza y desdicha.

40

#### La alegría de vivir

Cuando nos levantamos por la mañana, temprano y tenemos la suerte de poder ver los primeros rayos de sol, con sus suaves y delicados colores amarillentos ocres; oír el piar de los entumecidos pajarillos que han superado la larga noche; ver la ternura, que está en todas partes; uno se pregunta: ¿por qué todo esto desaparece tan fácil de nosotros? ¿Por qué no podemos tener

este sentimiento de gozo y felicidad, a lo largo de todo el día? ¿Por qué no podemos deshacer la trama que nos tiene atrapados en la desdicha, la ansiedad y el sufrimiento?

Generalmente, nos levantamos con sentimientos residuales de los sueños, o del día anterior, que nos estorban la fresca y nueva visión del naciente día. Para que algo no deje residuos en la mente, es necesario abordar cualquier situación o reto con gran pasión; de esta manera, todo lo bueno y lo malo, queda quemado en el mismo instante de ser vivido. La pasión es algo necesario para un hombre que pretende vivir seriamente. La pasión es comer cuando uno tiene verdaderamente hambre. Si tiene hambre de verdad, lo que necesita es comer algo y cuando sea -sabroso o no; a hora o a destiempo-. De esa pasión surge la necesidad, que no es otra cosa que el orden.

En las grandes ciudades, la alegría de vivir -para un hombre que ha vivido la gran trama de la vida- es algo que parece imposible. Donde se amontonan los hombres, la suciedad y el abandono florecen rápidamente. La frialdad del cemento, de los grandes edificios; y el peligroso y negro asfalto, maltratan de tal manera a los hombres que el gran sentimiento de bondad y compasión queda reducido a ver en los demás a alguien que nos dé seguridad o miedo. El tiempo, tan necesario para poder apreciar toda la inmensa belleza que lleva cada hombre, se ha convertido en una desenfadada huida de algo, o a la persecución enloquecedora de lo que se cree traerá la felicidad inexistente. ¿Puede haber aquí la belleza, que es respeto a los hombres y a cualquier ser que tenga vida?

Los hombres, condicionados, dirigidos y obligados, han caído en la peor de las miserias, que es vivir de espaldas a la Naturaleza, sin respetarla, ni sentir la paz, la tranquilidad y las enseñanzas que ella nos da.

La realidad es que casi todos, de alguna manera, dependemos de esta absurda e insana forma de vivir. Esto es algo que no se puede cambiar en un abrir y cerrar de ojos. Lo único que nos queda es la gran energía que nos proporciona el haber optado por la vida. Vivimos con esa pasión que no obedece, ni se amolda, sino que surge de la repetición y la vulgaridad para llegar a lo nuevo e impensado. Y así, poder sentir la vida en toda su intensidad, y todo esto proporciona alegría y gozo.

41

Dios

Puede ser que esta palabra, "dios", haya sido -junto con la muerte- la que más ha confundido y mal interpretado el hombre. En todos los lugares del mundo está presente esta mágica palabra. Casi todas las culturas han tenido relación -directa o indirectamente- con dios, o ese temible sentimiento de impotencia ante la grandiosidad -y a veces brutalidad- de la vida, de la tierra y de todo el universo. Es natural y lógico que quienes más hablan de Dios, lo invocan y defienden, son los que están más apartados y lejanos se encuentran de él.

Dios no está en los templos sagrados, ni en las mezquitas, ni en las catedrales e iglesias; más bien, sí que está, pero de una manera diferente a como pretenden sus fanáticos y perturbados seguidores. Dios -o lo que sea-, lo no conocido, el absoluto, la totalidad- está en todo y en todas partes. Pero no se le puede reducir a algo en concreto y ubicarlo en un lugar convenido, buscado y engalanado. Dios es la célula que no se ve; y el océano, con su abundante vida. Dios está por igual en un bar, donde sirven bebidas y alimentos para comer, y en el más sagrado de los edificios

destinados a su culto y adoración. Donde hay adoración -que no es otra cosa que posesión de lo que se adora-, ¿puede haber amor? Dios es lo innostrado, lo impensado, lo nunca visto y que se pueda ver. La adoración es a algo o alguien, que uno presupone que tiene su imagen, su idea, su autoridad, que siente seguridad ante su advocación y el pensar en ello. Dios es la libertad absoluta, el máximo orden -imposible de interpretar-, la armonía y el equilibrio.

Cuando uno ve lo divisorias que son todas las religiones organizadas, con sus sucios gobiernos y dirigentes, fuertemente jerarquizados, siente que su dios, y todo lo que está tras de él, es una gran comedia-ilusoria, y que su único fundamento y sostén es la ignorancia y el miedo atroz al más allá, a lo desconocido. Dios es usado -por ser infinitamente bueno-, como el ser que nos perdonará cuantas cosas estúpidas y absurdas hagamos. Otros le dan también la categoría de juez, que beneficiará a los “buenos” y castigará a los “malos”.

Lo que más resalta de todos los que dicen obrar en nombre de Dios, y dicen ser su autoridad aquí en la tierra -algo así como su representante-, es la falta de la máxima cualidad que deben tener, que es el amor. ¿Dónde hay amor cuando se toleran las guerras? ¿Cómo puede haber amor cuando un hombre empuña un arma y se adiestra para matar? El amor no tolera la guerra. Si hay amor no hay guerra, ni división, ni confusión. El amor y las guerras es el absurdo de las ideas y teorías. Pretender hablar de amor y tolerar las injusticias, el hambre, las miserias de los que no tienen absolutamente nada, la violencia -tanto de los gobiernos como de sus opositores-, es tan nocivo, peligroso y malvado, como la práctica de estas desafortunadas actitudes.

42

El ego -el “yo”, el “mi”-.

Si no estuviéramos condicionados no tendríamos barreras. Cada uno de nosotros hemos aceptado y toleramos un papel a representar -como si fuese una obra teatral-. Este papel es el que nos destruye y aplasta. En este papel reside el ego de cada uno. Es como una gran corriente de energía, que va encaminada únicamente en una sola dirección. Cada persona se siente obligada, fatal e irremediabilmente, a ser esposa, cristiano, africano, inteligente, pobre y miserable, o cualquiera de las innumerables situaciones y estados de la vida.

El ego obliga a la mente a discurrir en un único surco, no viendo y olvidándose de que hay infinitos surcos diferentes por donde se puede discurrir. Es algo así como alguien, que está obsesionado y poseído por una persona a la que considera excepcional; y cree que no puede haber otra igual o parecida que la pueda sustituir. Por lo tanto, uno se encuentra atrapado, viviendo una vida de agonía y miserias.

Una de las cosas que más altera a la mente es la inseguridad -hablamos de la psicológica-; ante cualquier situación nueva, ella intenta retroceder, acogerse a lo viejo y conocido. En este sistema de lo conocido a lo conocido, uno lleva detrás todo lo que nos hace sufrir, nos hace ser vulgares y poca cosa. Para que llegue lo nuevo, uno se tiene que desposeer de todo lo viejo y acumulado desde su nacimiento. Se tiene que desprender de su tendencia de autoridad y superioridad; se tiene que desprender de su tendencia a ganar y acumular abundante dinero, para guardarlo en cualquier banco; se tiene que desprender de su nacionalidad; se tiene que desprender de su mentalidad de esposo celoso, autoritario y posesivo.

Sabe lo que ocurre cuando por causa de su inflexibilidad y estupidez odia a alguien: simplemente, lo está destruyendo. Uno no lo puede ver directamente, pero ésta es una gran y

sería verdad. La verdad es ver. Ver algo claramente es atenderlo en toda su profundidad. Y cuando alguien ve algo claramente, eso es suyo; y no importa lo que opinen o digan las demás personas. Lo importante no es la opinión que tengan de uno; lo real y verdaderamente importante es saber que se está por la vía de la bondad y honestidad, aunque los demás no lo crean. Cada hombre es maravillosamente diferente de otro; y en el respeto y la compasión, esta grandiosa diferencia desaparece.

El ego, el “yo” y el “mi”, es no saber trascender todo lo malo, lo feo y lo abominable que tenemos los hombres.

43

### Los líderes

La sociedad, cuanto más alterada y confusa está, más proclama, inventa y sigue a los líderes. Un líder vendría a ser como un pastor que cuida, protege y dirige a su rebaño -los hombres que le siguen-. El hombre que sigue a otro hombre, sin darse cuenta del desagradable estado en que se encuentra, es algo parecido a una máquina, un robot. Todos los líderes son inmorales y farsantes, puesto que pretenden solucionar los problemas de los hombres que apenas conocen. Un líder sabrá hablar e ir y venir de un lugar a otro, pero desconoce lo que sufre un pobre aldeano, un hombre que no tiene nada que comer, ni tan siquiera un lugar para descansar y dormir. Aun sabiéndolo, su deshonesto vida de lujo, comodidades y facilidades, le bloquean la energía necesaria para sentirse en unión con el desafortunado y maltratado hombre.

Los desajustes sociales y la cada vez más complicada la manera de vivir hacen que los hombres se dejen influenciar, arrastrar y controlar por ciertas personas que han enfocado su energía en presentarse como diferentes, como superdotados, capaces de cambiar el actual estado de cosas, como por arte de magia. Tal actitud degrada tanto al líder como al seguidor. Puesto que las promesas que presente el líder, por mucho que se esfuerce, no las puede llevar a feliz término; y el seguidor cree y deja que le solucionen un problema que el único que lo conoce íntegramente es él, desentendiéndose de esa manera de su sagrada e importante misión en la vida.

Cada hombre es -y debe ser- su líder y su seguidor. La obediencia es lo que más ha destruido al hombre, lo ha engañado y traicionado. Cada cual ha de sentirse solo y único -sin estar dividido con nadie-. Percibir sus problemas y solucionarlos, con la información desinteresada y compasiva de otros, a su manera y personalidad. Cuando alguien pretende solucionar un problema de otra persona, esta solución está fuertemente teñida de las inclinaciones y tendencias del que dice que sabe resolverlo.

Cada hombre tiene innumerables retos y problemas todos los días que difícilmente puede atender y resolver, por ello su actitud más fácil es acudir a la autoridad de un líder, por medio de su imagen y comportamiento. Cuando más perdido se encuentra, tanto más se acoge por medio de su adoración y el seguimiento. Los líderes deberían sacudirse de su mal formada mentalidad tal comportamiento, tan catastrófico para sus seguidores, explicar la verdad de las cosas y renunciar a su ignorante e inhumano proceder. En cada líder y seguidor está toda la desdicha del que posee a una persona y del que se siente fatalmente poseído.

Si hubiera respeto, verdad y bondad, tanto los líderes, con sus interminables palabras y promesas, como sus desgraciados y débiles seguidores, no podrían existir. Cuando nos maltratamos unos a otros, los líderes se erigen en autoridad, en cabecillas de tendencias, ideales

y dogmas, que nos dicen cuál ha de ser el camino a seguir; para alcanzar lo que por nuestro errado comportamiento hemos perdido.

Saber escuchar y respetar a un líder es trascenderlo, es tratarlo tal y como es: un hombre como los demás, que sufre, siente alegría, que tiene miedo; y que al tocar temas en profundidad, se da cuenta que sabe bien poca cosa.

La verdad y los líderes no pueden ir juntos. La verdad, que es amor, no sabe de engaños, ni de falsedades. Vivir en la verdad es deshacerse de todo lo que nos han dicho y repetido para hacernos amoldar a un patrón de comportamiento determinado, haciéndonos insensibles y crueles sin darnos apenas cuenta.

44

#### La concentración

Cuando alguien está concentrado en alguna cosa, ese hombre ha perdido la totalidad de la vida. Concentrarse es dividirse de todo; y fijar toda la energía y la mente en un punto del cuerpo, en una imagen -a modo de adoración-, en un proyecto o ideal. La concentración, siempre es en un fragmento de la inmensa e infinita totalidad de la existencia. Un hombre que esté muy concentrado podrá tener serenidad, quietud y sosiego por un tiempo -al igual que un hombre que se entregue a las drogas-. Este placentero estado embota y aturde la mente -como si estuviera narcotizada-, desligándola de la realidad de las cosas, de la manera cotidiana de vivir.

Una persona que se concentre en algo diariamente, a través de largo tiempo, pierde su sensibilidad y agilidad mental, despreocupándose de atender a lo que ocurre a su alrededor. Puede ver a un hombre necesitado y sufriendo, la belleza de un árbol, la inmensa vida de un animal salvaje, pero no participa de todo eso. Su debilidad mental -psicológica- no puede prestar -y unirse a la vez- la atención necesaria para que el observador y lo observado se convierta en una misma cosa. Un ejemplo de esto vendría a ser como una mujer que se encuentra concentrada, con toda su energía, en un solo hombre; al ver a otro hombre, al que no es el suyo, no puede sentir toda la maravillosa intensidad que es el observar, investigar y ayudar, con toda libertad.

Una persona, para disfrutar de la vida y vivirla plenamente, ha de hacerlo con absoluta libertad. Libertad quiere decir no estar atrapado, ni aferrado a nada ni a nadie; no tener miedo a perder esto tan fantástico y misterioso que es nuestra existencia. Libertad también quiere decir no sentir la autoridad de los libros sagrados, de sus teorías, sus dogmas y disciplinas. No sentir la agobiante, y a la vez reconfortante, presión e influencia del guía o maestro.

La concentración es negativa porque nos aísla, nos divide. El recogimiento y la introspección son válidos en cuanto que son un descanso y una observación de cuanto ocurre en nuestras vastas mentes; es una investigación en la que podemos observar nuestras actitudes: las que nos destruyen, con brutalidad y violencia, y las que nos hacen sentir gozo y ternura.

Otro ejemplo de lo que es la concentración lo podemos observar en los equipos deportivos: se aíslan de todo, en un lugar determinado, y concentran todas sus energías para presentar y ganar la batalla, la competición, a sus adversarios y oponentes.

La concentración quiere decir enfocar la energía para obtener un fin determinado y fuertemente deseado. Con lo que este fin nos arrastra, nos hace agresivos y sucios, perdiendo la lucidez y la

diafanidad mental para poder encarar todos y cada uno de los retos con bondad, sinceridad y honestidad; para que así nuestras vidas tengan la serenidad, la quietud y el sosiego, de una manera natural e innata.

45

#### El parloteo de la mente

Donde hay represión hay violencia, con sus secuelas negativas. La represión es no dejar que fluya toda la grandiosa energía, que se consuma, que se agote. Cuando detenemos algo sin haber dejado que alcance su plenitud, surge la interminable cadena de la contradicción. Todos tenemos miedos, nos espanta ver las cosas tal y como son; por ello, cuando algo no nos agrada, intentamos cortarlo lo más rápidamente posible. Esto mismo ocurre con nuestras mentes: queremos que cesen, que se detengan en su interminable parlotear.

La mente es como una caja registradora que todo lo almacena. Cuanto más intensa es la experiencia de lo que se vive, menos registro, menos huella deja. No es que uno se olvide para siempre de lo que hemos vivido, más bien se encuentra guardado para siempre; pero al haber sido vivido con orden y armonía, produce estas dos cualidades. Por lo que no altera a la necesaria quietud de la mente, para que pueda vérselas con toda la energía ante el próximo reto. Cuanto más quieta y tranquila se encuentra la mente, tanto más infinita es su utilidad. La mente es el único instrumento que tenemos. Es como un detector que sabe dónde está lo falso y dónde lo verdadero. La mente ha de tener esas grandes cualidades que son la frescura y la inocencia. Una mente que no sea vulnerable es una mente rígida y endurecida por la repetición y la insensibilidad. La vulnerabilidad es algo imprescindible para que surja la ternura, sin la cual la vida se convierte en algo espantoso y mortecino.

Cuando se enfrente ante un incesante parloteo de la mente no lo detenga. Déjelo que se agote; deje que surja todo a la superficie. Mírelo como una totalidad, como si fuera la cinta de una película en la que las imágenes se suceden unas a otras, hasta terminar. Si nos detenemos en una imagen -que nos agrada o nos da pavor-, no vemos entonces todo el inmenso panorama de la mente. Aquí reside todo el secreto de la locura: no poder desprenderse o deshacerse de ciertas vivencias o imágenes que por su intensidad provocan alteraciones de la mente.

El pasado, esa pesada carga que todos llevamos, ha de ser olvidado. Sabe lo que ocurre cuando está delante del mar y no siente toda la inmensa maravilla que hay en cada ola que se deshace en la orilla, pues que su corazón y su mente están completamente dominados por los problemas, que es el pasado -y también el futuro-. Tenemos las mentes llenas de problemas: económicos, los que nos brindan los políticos, los de realización, los miedos a la enfermedad y a la vejez, el temor a una desastrosa guerra. En cada problema, que se antepone a la belleza de la realidad, está el tremendo peso del pasado, que nos distorsiona y nos fragmenta lo que observamos. Sería maravilloso poder mirar como si mirásemos por primera vez -sin la huella del pasado-; entonces veríamos lo poco que vemos y menos lo que percibimos.

Cuando la próxima vez se vea con alguien, mírelo intensamente; si lo hace con gran atención e intensidad, seguro que surgirá el amor, que es lo nuevo; y que nada tiene que ver con ese tormentoso obstáculo del pasado.

Los guías espirituales, los maestros, los gurús

Hay algo que es muy cierto: cuanto más ignorantes somos, más confundidos estamos, más debilitada tenemos nuestra mente y acudimos a la autoridad de alguien que creemos puede solucionar los problemas, restablecernos la armonía y darnos un sentido a nuestra existencia. Esto, hasta cierto punto, es correcto y necesario. Casi todas las personas, cuando sienten que su cuerpo tiene una anomalía, y ésta persiste, acuden a algún médico para que les ayude a restablecer su alterada salud. Una vez solucionada la anomalía, uno deja de ir al médico y se olvida de él -y de los medicamentos que ha podido tomar-. ¿Qué utilidad tendría seguir yendo a casa del médico y tomar las medicinas una vez restablecida la salud?

Al igual que los médicos, los guías espirituales, una vez pasada la crisis de sus seguidores -por larga o corta que sea-, si no se liberan el uno del otro, pronto se destruyen el uno al otro. Otro ejemplo, que clarifica lo que estamos investigando: cuando a un niño le compran una bicicleta de dos ruedas, para que disfrute de ella, y él no sabe conducirla y se cae cuando intenta pedalear, las personas mayores que cuidan de él, al ver sus fallidos y vanos intentos, deciden acoplarle dos pequeñas ruedas junto -a los lados- a la trasera; y entonces el niño ya puede dirigir, pedalear y desplazarse con la bicicleta. Al cabo de un tiempo, si las dos pequeñas ruedas adicionales no son quitadas, la conducción de la bicicleta seguirá siendo dificultosa e incorrecta.

Lo que más debe caracterizar a alguien que tenga las dotes espirituales, es sin lugar a dudas la honestidad y la limpieza de corazón. Honestidad quiere decir tener y practicar la verdad. La verdad es ver de dónde salen, qué es lo que produce, nuestros males, nuestras desdichas, nuestras agonías diarias. Los maestros y los gurús que hablan de amor y no ayudan a sus seguidores a desprenderse de la tiranía del apego que sienten hacia ellos, se destruyen mutuamente. Cuando alguien dice: “Yo sé”, es que no sabe. La verdad es una cosa viva. La verdad es de instante en instante. La verdad no se encuentra en los libros ni en las palabras, por bellas que sean, de alguien que dice tener, o que tiene facultades espirituales. La verdad es ser tan inocente como un niño tierno y, al mismo tiempo, percibir todo lo falso y lo verdadero en lo verdadero.

Una persona, por muy espiritual que se considere, cuando alguien se le acerca en busca de orientación y ayuda, lo máximo que puede hacer es señalar hacia donde está la verdad, No puede decir: “Esto es la verdad” o “Con esta práctica o disciplina encontrará la verdad”.

Cada cual ha de encontrar la verdadera realidad, que es la verdad; no nos puede llevar nadie como a un niño de la mano. Cuando la buscamos por medio de un guion preestablecido, con el seguimiento de alguien, esto no es verdad. Para tener un contacto directo con ella, es preciso sentirse tan frágil, vulnerable y delicado como una brizna de hierba. Cuando alguien dice que ha llegado a la verdad, con el método cual y con el seguimiento y la dirección del maestro o del gurú tal, esta verdad no es la verdad. Hasta que la mente no sea lavada y purificada de todo método y toda dirección, esa verdad estará impregnada, teñida y moteada, por la obediencia, la repetición y el ignorante condicionamiento. La verdad nace del vacío total de la mente, donde el condicionamiento, lo viejo y lo largo tiempo manoseado por nuestros deseos, deja paso a lo incondicionado, lo nuevo, lo no-pensado ni imaginado.

## La meditación

Cuando alguien oye la palabra meditación, asocia con ella el enclaustramiento, el misterio, lo oculto. Meditar es hacer algo con todo el corazón y la mente. La meditación no es otra cosa que atención profunda. En esta atención profunda desaparece el ego, el "yo"; y entonces la unión con lo que se hace u observa es total. Es algo así como si una gota de agua cayera en un océano; en el mismo instante de mezclarse con el incalculable depósito de agua, ya es la totalidad del océano, ya no hay división entre la gota de agua y el océano. Esta es toda la maravilla y la dificultad de la meditación.

Todos tenemos deseos irrealizados que nos apremian: buscar un buen compañero o compañera, esperar tener despejado de problemas nuestro camino, desear un gran cambio, o hacer un largo y fantástico viaje. Estos, y todos los que cada cual según su personalidad tiene, son los grandes obstáculos para la meditación. Cuando uno entra en meditación, todo deseo desaparece. Y todo, a la vez, queda realizado de una manera ordenada. Este orden nada tiene que ver con el orden que tenemos en nuestros cerebros. No es orden ni desorden. Es lo que es, sin más. Es la realidad cruda, desnuda, viva y embriagadora. Tal vez en esta descripción puede haber un algo de crueldad y dureza. Pero, ¿qué es la vida? ¿Dónde no hay destrucción? ¿Puede uno vivir sin destruir nada?

Los animales más apacibles se comen las plantas y las ramas tiernas de los árboles; muchas aves se alimentan de insectos y pequeños animales; los animales que se alimentan de carne, no dudan en perseguir, agotar y matar al animal elegido; los hombres matamos y destruimos con tanta naturalidad como si el dolor y el sufrimiento fueran una ilusión. ¿Qué hay en todo esto? La única palabra que nos puede dar el sentido a esta asombrosa manera de subsistir es la necesidad. Si uno no quiere perecer, tiene que comer y vivir. La vida es todo esto, que parece enloquecedor.

Hay unas preguntas que son la clave de cuanto decimos: ¿Puede haber vida sin dolor? ¿Pueden cesar todos los dolores, tanto el físico como el psíquico? Uno dice que sí; o mejor dicho no debe de decir que sí o que no. De lo contrario, estaría bloqueado y la vida no tendría ningún sentido. ¿Para qué quiere uno vivir setenta, noventa o cien años, si su manera de vivir es la destrucción despiadada, la brutalidad, la agresividad y la violencia; donde el miedo y la inseguridad son sus principales protagonistas?

Una de las verdades más maravillosas, más crudas y fastidiosas, y a la vez clarificadora, es saber que uno recoge lo que ha sembrado.

La meditación es todo esto: observar, indagar, inquirir, sin perder el panorama, la visión total de la vida. Cuando alguien se queda en un punto o en una cuestión, y éste lo posee, lo perturba y altera, entonces no hay meditación. La meditación es vivir en el mundo del caos y la confusión viendo en todo momento dónde está lo falso y dónde lo verdadero, y descartar lo falso para que llegue el orden que es lo verdadero.

La tolerancia es negativa. La tolerancia se puede asociar con la ignorancia, la pereza o el miedo. Una de las causas de que haya personas tan desgraciadas, que viven mendigando, sin apenas comer, mal vestidas, mal miradas y maltratadas, es la tolerancia. Uno, sin no es tan frío e insensible como una piedra, no puede ver el doloroso estado de estas personas y al mismo tiempo tolerarlo. ¿Qué hace y siente cuando ve a un hombre en tan degradante estado? ¿Siente agobio o embarazo, sentimiento de culpabilidad? ¿No le hace caso, como si fuera algo ineludible, desagradable, feo y repugnante? ¿O siente gran compasión y una sensación de unión y amistad?

Cuando uno ve por la calle, con su rápido ir y venir de personas y coches, a un hombre altamente necesitado, lo primero que siente es dolor y angustia dulce. Siente la necesidad de pararlo todo, para poder atender y solucionar aquellas mínimas necesidades. Siente una sensación de vergüenza por las personas que pasan cerca de él sin mirar ni respetar al necesitado. Siente gran compasión, tristeza y una tremenda fuerza interior cuando piensa en los dirigentes políticos, los líderes religiosos, los hombres ricos y poderosos, que no se dan cuenta de que su injusto e inhumano sistema de vivir provoca estas miserias en los hombres. Los que manejan los poderes se obstinan en decir que van a solucionar los problemas. Ellos saben que no es verdad. Ellos también saben que sin un cambio psicológico que deshaga la inmoralidad de las jerarquías autoritarias, tal solución no llegará.

Si los que viven en la abundancia y el despilfarro no se desprenden de todo, menos de lo necesario para comer, vestir y dormir, los hombres que sufren hambre, frío y marginación, no desaparecerán. Si los que se sienten, por alguna causa, elegidos, afortunados, y viven en torno a una élite, si no se desprenden de estos deshonestos sentimientos y cambian su manera placentera de vivir, los hombres que sienten la vida como un tormento, que son maltratados y humillados, no desaparecerán. Si los que se han encontrado con la verdad, no la sienten en toda su profundidad, no la informan y la divulgan con ternura y dulzura, no se sienten igual que el hombre que no tiene fuerza ni energía para mirar a los ojos, éste seguirá siendo torturado lenta y naturalmente.

La tolerancia es un engaño placentero para seguir viviendo sin cuestionar ni inquirir, para que todo siga igual. La tradición, lo antiguo, lo que se repite y es causa de sufrimiento, es tolerancia. Cuando uno pasa por las periferias de las ciudades y ve en la puerta de una miserable casa a una persona con aire preocupado y dolorido, debería parar y entregarse para ver la manera de que cese tan intolerable estado de amargura.

49

#### La dualidad

Siempre que hay comparación, como lo bueno y lo malo, surge la división. Para poder vivir completamente, con gran pasión, no podemos sentirnos ni estar fragmentados. Donde hay división, la vida no está en su plenitud. Mejor dicho, sí lo es, pero no tiene esa infinita energía capaz de traspasar la barrera del tiempo y el espacio. Cuando estamos ante alguien y lo estamos observando a través de la imagen que más nos agrada, no puede haber, ni hay, verdadera relación. Pues la imagen que tenemos de lo mejor, de lo perfecto, es lo que nos divide y fragmenta del reto, de lo que tenemos ante nosotros. La mente siempre está buscando, comparando y cotejando con lo que se encuentra. Esto es debido al miedo y a la gran necesidad de seguridad, que cree es necesaria.

Todos estamos condicionados por el clima, lo que comemos, nuestro cuerpo y nuestra educación, nuestro país y cultura. Debido a este inmenso bagaje, uno siente unas necesidades, que de no ser satisfechas llevan al desánimo, a la tristeza, a la cólera, a la ira. ¿Podemos vivir en este mundo, tan esquemáticamente valorado como lo bueno, lo malo, lo mejor, sin que nos sintamos divididos? Uno ve un hombre o una mujer a lo lejos, siente una sensación difusa -ve algo que es en su totalidad-. A medida que hay un acercamiento, se desencadena sentimientos de seguridad, alegría, rechazo, indiferencia, miedo, posesión, que surgen según vamos comparándonos con la persona que se nos acerca. Cuanto más seguros nos sintamos, más unidos estaremos; y cuanto más inseguros nos percibamos, más divididos y fragmentados nos sentiremos en la relación.

El gran obstáculo surge cuando uno, por su debilidad e inhumanidad, rechaza rápidamente a la persona, sin dejar salir y poder observar, todos los sentimientos egoístas -todo el ego- que tenemos dentro de nosotros. En este momento, tan maravilloso, hay que tener una dulce atención para ir superando cada rasgo y característica que nos desagrade y divide. En el primer instante tal vez surja el rechazo por medio de la inseguridad; pero una vez sorprendida la mente, en su ignorante aferrarse a lo "suyo", pronto descartará ésta enraizada actitud divisiva y podrá entrar en una nueva manera de relacionarse, en la que la lengua, el color, el olor, la cultura, no se ven como obstáculos, sino como algo que enriquece y atrae la necesaria e ineludible relación.

Cuando tengamos un reto no lo debemos clasificar en "me agrada" o "no me agrada", aceptarlo o rechazarlo. Entreguémonos totalmente, sin hacer nada para salir de él, o para sumergirnos en su fondo; de esta manera, surgirá la inacción que es acción total y verdadera. Y el resultado, lo que salga, será lo nuevo, lo no manoseado, lo no-pensado por la falsa y astuta mente.

50

La acción que no es acción

Debemos investigar y descubrir si es posible si hay una acción que no deje huellas ni residuos en la mente. Que nazca y muera en el mismo instante en que actuamos. De lo contrario, la vida tiene muy poco sentido: es fea y distorsionada, siempre huyendo del pasado y esperando que el futuro traiga algún alivio, que nos dé fuerza y alegría momentánea. La acción que no deja detrás de ellas nada, debe de ser una acción que nos deje con una mente nueva, fresca y ágil, capaz de vérselas con el nuevo reto de una manera diáfana y lúcida.

Cada acción tiene su propia energía y su residuo. Si la acción es incorrecta, su residuo perdurará durante un tiempo después de haber sido vivida. Si la acción es correcta, aunque haya residuos es imperceptible y éste ni perturba, ni altera la mente. Para aclararlo aún más: un niño hace una mala acción -rompe las plantas del jardín- y se siente cohibido, fragmentado y un poco temeroso de lo que pueda suceder; hasta que no haya transcurrido un tiempo en que se desenlace de los efectos de la mala acción, seguirá estando pendiente de las personas mayores, a fin de ver la manera de salir del atasco a que lo ha llevado su mala acción. Otro niño hace un favor a una persona necesitada; esta acción, aunque tenga residuos, como es armónica y ordenada, ni molesta ni es percibida.

Hay una acción que no es acción, y a la vez es el más elevado orden. Esta acción nace del renunciamiento y la negación. Es ver el deseo y darle su lugar exacto, quitándole lo que tiene de falso y brutal. Cuando alguien actúa de ese modo, no es su actuar, pues él no hace nada;

simplemente, hay una visión total de lo falso y lo negativo; y amar intensa y profundamente. En este actuar hay sugerencias que son negadas, para que de esa negación advenga el orden. No se trata de represión, sino de un ceder momentáneo, para que el próximo instante surja lo que es, la realidad, la verdad y el orden. La verdad y la realidad tienen una presión, fuerza y energía que nadie ni nada la puede obstaculizar. Ellas, la verdad y la realidad, son lo inmutable y lo perenne, lo eterno y lo absoluto.

Cuando en nuestra acción hay egoísmo, ansiedad o tristeza, estamos perdiendo esa cualidad de la vida, que es el sentirse rebosante de felicidad y alegría; viendo que esta felicidad y alegría es fruto de la caridad, la honestidad y compasión por los hombres. Y que esta gran maravilla se puede tornar en desdicha y sufrimiento si llega la confusión que es el deseo.

51

### El entregarse

Toda la desdicha que los hombres padecemos, proviene de la resistencia y los esfuerzos para conseguir algo que creemos inaplazable y necesario. Salvo las necesidades corporales, todas las otras exigencias que nos oprimen, son falsas y provocadoras de grandes males. Nuestro cuerpo necesita ser debidamente atendido, de lo contrario eso tan extraordinario y hermoso que es la unión de lo físico y lo mental, no puede suceder. En este estado de fusión, todo es percepción; y ya no existe una cosa separada de la otra. Entonces surge todo el esplendor de la mente, del espíritu, del alma, que no es otra cosa que la totalidad, lo indivisible, lo absoluto, Dios. Esto que muchos consideran algo muy complicado de percibir, dedicándose para ello a interminables disciplinas y prácticas, puede ser sentido por cualquiera que tenga consciencia humana.

Un hombre que está fuertemente aferrado a una práctica religiosa, por muy piadosa que pueda ser considerada, se sentirá dividido y fragmentado con todo lo que no se relacione con esa fatigosa y pesada práctica. Este hombre no puede percibir la maravilla de la totalidad. Su mente podrá tener algo de serenidad, dentro de ese pequeño y subjetivo círculo religioso; pero lo total, lo no dual, no estará en él. Todas las religiones organizadas, las teorías sobre cuál de ellas es la mejor, las prácticas y disciplinas, todo ello es rutinario y repetitivo, restándole a la mente la frescura y lucidez para enfrentarse con la realidad cruda y desnuda de la vida. En esta rutina y repetición, uno se encuentra con una placentera seguridad, que no es seguridad. Cuando uno más seguro cree que está -esa seguridad es atadura, obediencia y esclavitud-, más débil e inseguro vive.

La máxima seguridad, y con ello la percepción del todo dentro de uno, proviene de la entrega total. En el momento que hay un movimiento de huida o rechazo, un aferrarse con brutalidad, ya no hay entrega. En el entregarse, uno percibe la no dualidad, como lo bueno y lo malo, lo "mío" y lo "tuyo", y siente ese gran amor que todo lo abarca. Cuando vemos a alguien que consideramos hermoso y sentimos un gran afecto hacia él, si no estamos alertas y desapegados a nuestro gran afán y deseo de poseer -que nos hace irrespetuosos y deshonestos-, todo lo maravilloso del momento se transforma en desdicha y sufrimiento. La entrega debe ser sin movimiento alguno, un renunciar a los falsos deseos personales, que no son más que el fuerte condicionamiento. En el entregarse surge el máximo orden y seguridad, que no es otra cosa que la necesidad. En la necesidad todo es austeridad: nada falta ni nada está de sobra.

### El percibir

Lo real es lo que se ve, la naturaleza toda; los pájaros, los insectos, los árboles, las piedras y las montañas, los ríos y los mares, los grandes animales y los hombres. Todo lo demás interesa bien poco. Cada uno puede tener percepciones de esto o de aquello, que parecen atterradoramente reales, pero en realidad no lo son. Estas percepciones son ilusiones que la astuta y temerosa mente inventa y desarrolla. Hay sentimientos de amor profundo -unión con algo o con todo-, que dan gran sensibilidad: uno se encuentra completamente vacío de todo lo que obstaculice esta unión total; y entonces surge la acción nueva y no-pensada.

Hay personas que se pierden en prácticas fantásticas, desatendiendo el presente, lo real e incambiable. Estas personas, al sentirse divididas del presente -de lo que observan, del medio donde viven-, inventan y se sumergen en algo que no es, creando una falsa realidad. Esta manera de proceder y percibir está fuertemente conectada con las drogas. Un joven hombre, que había ingerido una fuerte sustancia alucinógena, dijo que el campanario que estaba viendo enfrente de él cedía y se balanceaba como una caña verde movida por el viento. Otro hombre joven, contó que su compañero que iba en un taxi sentía que el coche iba por los aires sin pisar el asfalto -esta persona también había ingerido sustancias alucinógenas-.

Lo más maravilloso y a la vez lo más peligroso es la maleabilidad de la mente. La mente puede ver e inventar lo invisible e inimaginable: pensemos en las personas de hace doscientos años atrás, qué sentirían ante la inalcanzable luna; o ante la agilidad y la facilidad del vuelo de un pájaro. Todo se ha conseguido: la luna ya no es inalcanzable; y ya podemos -más o menos- volar por los aires, como los grandes pájaros. De todo esto se desprende que lo importante no es investigar lo oculto, el llamado más allá: las cuestiones metafísicas, psicológicas y científicas. Lo importante es encararse con el presente tal y como es. Todo lo demás, lo oculto, lo no tocado por la mente, lo nuevo y lo armonioso, se presentará delante de uno como el sol que sale de detrás de las nubes.

¿Qué tendrá más importancia y urgencia que el sufrimiento de los desafortunados hombres que viven en la miseria y en la desesperación? ¿Para qué quiere uno perderse en visiones y teorías que distraen a la mente de lo que está delante, real e incambiable mente? ¿Qué importancia tiene el pensamiento -que divide y resta energía-, ante el mayor reto que es el dolor de uno mismo y el de todos los demás hombres?

### La enfermedad

Los científicos y los especialistas se empeñan al ir a buscar el principio todo lo que está en el presente. La vida es, a veces, despiadadamente cortante y destructiva. Por mucho que uno quiera acogerse a las palabras, que parecen tener algún profundo significado, el comportamiento tal o cual, a la revisión de los últimos acontecimientos, la vida surge y sigue sin ningún patrón preestablecido, sin nada que pueda justificar los acontecimientos. Hay algo que, tal vez, pueda rebatir todo esto, y es que cada uno recoge lo que ha sembrado. Y hasta esto es falso, en cierto modo. Puesto que ha sembrado un tierno y delicado ser humano, de pocos meses de edad, para que le surja una terrible enfermedad. En este caso se puede argumentar que han sembrado por él los progenitores, las personas de su entorno y toda la inmensa humanidad.

La enfermedad, el deterioro grande o pequeño del cuerpo -salvo en los niños de corta edad- no es otra cosa que una energía negativa provocada por uno mismo -consciente o inconscientemente-. Esta energía negativa, en ciertos casos, es acrecentada, estimulada y potenciada, por un gran y numeroso grupo de personas -también consciente o inconscientemente-. Ciertas personas se dan perfectamente cuenta de todo y, sin embargo, a causa de la negación de sus vidas, y del servicio a los demás, no le dan importancia a tal deterioro y a las posibles molestias de su frágil y delicado cuerpo puede transmitir.

De aquí surge la pregunta: si mi cuerpo forma parte del todo -es todo, es Dios-, ¿no deberíamos dedicarnos por completo a él, mimándolo y atendiéndolo, restando importancia a todo lo demás -a los hombres, animales, plantas y a todo lo físico-? La respuesta puede tener infinitas variedades y ramificaciones. Pero lo que más caracteriza a nuestras mentes es el miedo, y la gran apetencia de seguridad -sin ésta no puede operar correctamente-. Así que si uno es serio, amoroso y compasivo con todos los hombres, no se puede fiar de la astuta y falsa mente. Hay algo que puede dar más claridad a todo esto: hay personas que sienten los dedos de su pie después de habérselo amputado -como si los pudiesen rascar y tocar. Solamente podemos actuar de una manera negativa, renunciando a toda ansia y deseo de ser, a todo cuanto sea una búsqueda y una continuación de nuestra seguridad, de nuestro deseo de prevalecer, según nuestro personal y mezquino criterio.

Todo lo expuesto lo podemos apreciar, mejor y más palpablemente, en los dos bloques en que se divide el mundo políticamente: cada uno tiene miedo del otro, por lo tanto, busca su seguridad según su criterio; y entonces acrecienta los arsenales de armas mortíferas y destructivas, busca aliados cercanos y lejanos, busca e inventa alianzas; y sin darse cuenta -por causa de su seguridad- hace estallar guerras, crueles y sanguinarias-. ¿Qué ocurriría si uno de los dos cambiara su comportamiento, buscando la paz de verdad dedicando el inmenso gasto de millones que dedica a las armas y a su seguridad, a los más desafortunados y desgraciados? ¿Qué ocurriría si toda la energía enfocada en sus falsas palabras, en las reuniones, en sus viajes para expandirse y convencer que se alíen con él, fuese dedicada a fines humanitarios y de servicio a los que de verdad lo necesitan -hambrientos y miserables-? Estas preguntas las podemos aplicar a nuestras pequeñas e insignificantes vidas y ver lo que sale de ellas.

54

#### El sentirse vivo

¿Nunca ha sentido esa inmensa y grandiosa sensación de alegría y belleza indescriptible, cuando al levantarse por la mañana, tras las horas de sueño y descanso, se ha encontrado en que aún está vivo; que aún tiene ese invaluable y raro tesoro que es su existencia? ¿O siente temor; o siente que salir de la cama y enfrentarse al nuevo día es como una obligación, como un castigo, ante el cual todo intento de deshacerse de él resulta vano e inútil? ¿O tal vez no siente -y no le importen- dentro de usted estas cuestiones y actúa como una máquina, un robot, obediente, frío e insensible?

La vida, por lo que sabemos, es única y perecedera. La vida es cada hombre y uno mismo, y todo lo demás. De uno depende que esa rareza inabarcable misterio que es la existencia, sea negativa o positiva. Si realmente sintiéramos que nuestra existencia es sólo nuestra y que nosotros somos los únicos que podemos solucionar los terribles y angustiosos problemas que tenemos dentro y los de alrededor, surgiría una pasión, fuerza y energía, que cada reto y obstáculo que se

antepusiese delante de uno, sería superado y diluido. Sentir, ver claramente -como ve estas letras-, lo que es el vivir, es actuar. Si lo ve, verdaderamente con toda su alma y su corazón, ya está actuando; y esta acción, es no-acción, es armonía, es orden. Los que están muy alterados no pueden cesar de actuar, de accionar, es como una huida sin fin. El que ha visto lo falso y lo verdadero de la vida, no actúa; y de esta no-acción surge una manera de proceder que nadie puede reprimir. No quiere decir que uno esté como paralizado, sino que del ceder y renunciar llega la infinita energía que lo abarca todo.

Si uno ha dormido y descansado las horas necesarias, y no tiene ningún grave problema pendiente, sentirá cuál es el momento de levantarse y lo hará con alegría y un gran sentimiento de observación de todo lo que le rodea. Con el descanso y la quietud, del sentirse por la vía de la bondad, cada problema que aparezca será como algo nuevo que desaparecerá como ha llegado, sin forzarlo ni desearlo ansiosamente, ni rechazarlo y deshacerse de él agresiva y violentamente. Si tiene algún problema pendiente, debe intentar llegar hasta el fondo para intentar solucionarlo; ver clara y desnudamente todo el problema y actuar en el sentido de la solución. Todo lo demás, lo que parecen obstáculos insalvables, desaparece como la oscuridad cuando sale el naciente y suave sol por las mañanas.

55

#### La tolerancia

Si uno pretende ser serio y veraz, debe indagar e investigar cada palabra, los conceptos y las ideas, que están fuertemente asentadas en nuestras mentes. Uno, cuando se encara con algo, debe empezar de cero, de la nada, del vacío, olvidándose de lo que la autoridad -intelectual, política, científica- dijo al respecto del tema tal; o lo que la tradición ha impuesto como norma, a la cual todos deben seguir. Si uno se encara con las cosas olvidándose de los libros, de las grandes sentencias, de los ideales y las divisivas teorías, sentirá una gran sensación de soledad y aislamiento temporal. El estar viéndose y reuniéndose siempre con las mismas personas produce malos resultados. ¿Sabemos por qué hay guerras? Simplemente porque las toleramos; porque no sentimos esa infinita energía que surge de la comprensión clara y directa de ver y sentir lo que es el sufrimiento y el dolor humano. Si cada hombre que empuña un arma -entrenándose o en el campo de combate-, sintiera esta inexplicable energía seguro que no las usaría, y las guerras terminarían. La tolerancia es una palabra engañosa y peligrosa; si uno investiga hasta la raíz, se da cuenta de que las palabras están al servicio del sistema cultural que las inventó y las hace perdurar.

Un ejemplo de lo inadecuada que es esa palabra tolerancia, lo tenemos cuando un compañero de trabajo se aprovecha -por su antigüedad y experiencia- de uno que es recién llegado y nuevo; el novato soporta, por miedo a perder el empleo, y entonces surge la palabra tolerancia. Si no hay miedo, la palabra tolerancia no tiene ninguna cabida, sería siempre inadecuada. El respeto es atención y comprensión de los demás: de las características físicas, peculiaridades culturales, de las costumbres. El respeto no tolera, sino que atiende a la persona que tiene delante. Y de esa atención, llega a ver lo que tiene de falso y negativo, y lo que tiene de verdadero y positivo, descartando lo que desencadena dolor y sufrimiento.

La tolerancia es una palabra usada y manejada por los políticos y todos los detentan algún poder. De este uso es donde le llega la falsedad y su confuso significado. Todos los países ricos y desarrollados tienen la convicción de que son tolerantes -en un sentido de respeto e

indulgencia-, de que sus sistemas de gobierno es el más perfecto dentro de lo que se conoce. Estos países se autoproclaman democracias. ¿Pero qué sentido tiene hablar de tolerancia, respeto y consideración, cuando las personas son llevadas a hacer trabajos indignos, mal pagados? ¿Qué tolerancia es ésta que cuando alguien se enfrenta directamente -no violentamente- a los poderes, éstos tienen leyes, servidores y herramientas, para hacer callar y sucumbir de la manera más natural a cualquiera que lo intente?

La gran falsedad de la tolerancia estriba en que el que detenta el poder -el político, el líder religioso, el dirigente- desea que sean tolerantes con él. De esa manera usa la palabra tolerancia como algo necesario para la civilización, el progreso, la creación de riqueza, la convivencia sin cuestionamiento. Es la gran mentira que se perpetúa.

Si un país, no desarrollado y empobrecido, pide a otro, rico y democrático, tolerancia a la hora de pagar las fuertes y elevadas deudas contraídas con él, ¿cómo responde a tal petición el que se considera digno de admiración por su sistema tolerante, liberal y democrático? Para que haya ricos, tiene que seguir habiendo pobres. Sin los pobres, los ricos no existirían.

¿Sabe por qué hay tantos hambrientos, tantos hombres a la deriva, tanta mentira y engaño, tanta falsedad? Pues simplemente porque lo toleramos, lo consentimos; no tenemos suficiente energía para sacudirnos de nuestro egoísmo, tan naturalizado y bien mirado.

56

#### Los proyectos

Algo que nos hace mezquinos, insensibles y duros como las piedras, son los proyectos que cada cual lleva dentro. Desde la más tierna infancia, lo condicionan a uno a proyectar, a salir del presente, de la realidad. Proyectar en su raíz quiere decir lanzar, salir algo de uno. En cierto sentido, proyectar es una huida del presente. El presente no me gusta. Quiero tener mucho dinero, ser muy halagado y respetado; tener una buena casa, con todas las comodidades; y una gran sensación de seguridad. Entonces hago mis proyectos, los estudio, me obsesiono con ellos, y al final soy esos proyectos. Y para conseguirlos, uno se convierte en brutal, en un animal que va vestido de hombre y sabe realizar algunos gestos civilizados.

Los proyectos -los grandes y los pequeños-, son los que están destruyendo al mundo, la relación, la vida. Uno tiene un proyecto, y todo lo que no se relacione con él lo encuentra aburrido, sin sentido, le causa tedio y rápidamente lo rechaza o huye de ello. Cuando los países ricos y poderosos se dan cuenta que sus mortíferas armas y su campo de acción y de batalla decae, hacen costosos proyectos para inventar armas más destructivas y nuevos escenarios para usarlas. La tecnología y la ciencia se han asociado con estos deshonestos e inmorales sistemas; y todo lo extraordinario que pueden desarrollar es absorbido para los fines de la intimidación, la presión y la guerra.

Uno no está en contra de nada, eso sería desastroso y tremendamente perturbador y conflictivo. ¿Pero de qué le ha servido al hombre poner el pie en la luna? ¿Se han convertido los hombres en más respetuosos y amables entre ellos? ¿Ha descendido el hambre en la tierra? El gasto de todo el proyecto, con sus miles y miles de millones, y su inmensa e inabarcable energía, ¿no lo necesitaban los hombres más desafortunados que hay esparcidos por toda la tierra? ¿Cuántas vidas han costado, cuánto dolor y sufrimiento, cuánta insensibilidad ha desarrollado? Los proyectos son un no atender al presente, a lo que uno tiene delante.

El presente, para un hombre sensible y que quiere vivir con abundancia de amor, es el ahora: es el hombre que sufre, el que ríe, el que no tiene nada y el que no sabe lo que tiene; es ver que las guerras se suceden y no paran; es ver que en el mundo hay explotación, violencia, que los hombres son tratados de una manera dolorosa e inhumana. Es ver que la vida está en todas partes: en la matita de la delicada hierba, en el más pequeño insecto, en el ágil y libre animal. El presente -el ahora-, también es ver que la ansiedad y el deseo destruyen la vida; es ver que el amor y la vida están en todos los lugares. Es ver y sentir, con todo su ser, que uno puede descartar toda esta manera absurda de vivir, con su desaliento y rutina diaria; para que pueda llegar otra nueva relación entre los hombres, que esté basada en el servicio y la bondad entre ellos.

57

### La pobreza

Sin un sentimiento de pobreza y de amor por los pobres, los que busquen la verdad seriamente no la encontrarán. Vivir con pobreza no es estar desnudo ni en medio de la calle; es vivir con un gran sentimiento de lo que se necesita, de lo vital. Esta necesidad -que es austeridad- es el mejor camino para llegar a percibir lo que tenemos dentro de nosotros: amor, odio, felicidad, dolor, paz y violencia. Y viendo este panorama, ver la posibilidad de diluir lo falso para que así quede lo verdadero.

Hay personas que han renunciado a todos los bienes y no tienen nada -solamente las ropas que cubre su desnudez-; y todavía no tienen esa cualidad de la pobreza: se sienten ricos en conocimientos y en poder. La pobreza es humildad y ternura. Vivir con pobreza es, además de no tener abundantes cosas materiales, no tener ideales, ni teorías, ni dominios sobre las personas. Entonces la pobreza, la paz y la felicidad son la misma cosa. ¿Sabe por qué los pájaros son libres y felices? Ellos no tienen nada, se pueden mover de un sitio a otro sin ningún problema; todo lo que encuentran es suyo y nada lo es a la vez. Donde hay comida la comen, donde hay agua beben, donde encuentran un lugar seguro descansan y se cobijan. Ellos, ni ostentan ni despilfarran, solamente viven.

Es algo desagradable que para poder hacer buenas obras tengamos que tener dinero. El dinero saca de apuros: un hambriento puede comer rápidamente; uno puede pagar la deuda de su hogar, que lo agobia y aplasta. El dinero, tal y como vivimos, es imprescindible. Cuando más justo y suelto lo tengamos, tanto mejor será para todos. Uno también tiene que perder el miedo a no tener nada. El no tener nada es como vivir en un gran vacío. Este vacío es como el de las manos, en cualquier momento pueden ser usadas; tener algo obstruye la gran maravilla que puede ser la vida. La vida sin austeridad es política, es falsa, es deshonesto y es sucia. La austeridad, lo necesario, purifica al hombre de su orgullo brutal, de su insensibilidad adquirida. Uno debería buscar a los pobres, a los que padecen todas las miserias, y sentirse igual que ellos: débiles, humillados, maltratados, desposeídos de todo. En este contacto, uno se desprende de todo el condicionamiento que la sociedad, por medio de las múltiples y variadas formas, va modelando y formando nuestro frío e inhumano comportamiento.

La sociedad es como un hombre que tiene una gran casa y riquezas: dentro de la casa existen lugares que están más desfavorecidos que otros; y el dueño, cuando alguien llega a su casa y desea observarla, pretende que los lugares menos atendidos y menos cuidadosos sean dejados de lado, dándole importancia y atención a lo bien cuidado.

### El conocerse

Cuando alguien intenta hacer un cambio, y lo asume, se da perfectamente cuenta de quién es. Los cambios son a veces ineludibles. Otras veces son necesarios: las personas, tan ansiosas de seguridad, nos aferramos a lo conocido. Y en ese aferrarse es cuando surge toda la maldad y las miserias de los hombres. Estamos tan aferrados a todo que, al menor movimiento en el sentido del cambio, nuestro cuerpo y nuestra mente se tambalean y sufren al ver que toda su conocida información nos sumerge en lo desconocido. Los hombres estamos metidos en un lodazal hasta la cintura y no vemos la solución a este dificultoso movimiento que nos consume, nos entorpece y aplasta.

Cada persona tiene su lógico y soportado condicionamiento; éste le guía y dirige, como si la vida solamente tuviese un surco, un carril, un sendero por donde discurrir. Lo que más destruye a nuestras mentes es la rutina y la repetición -en ambas se encuentra segura y protegida-. Allí se entorpece y embota; allí pierde toda la frescura y agilidad. Algo muy difícil de observar es ver que la mente está atrapada en algo, pues ella falsea e inventa lo que le conviene, para no salirse del surco al cual se ha aferrado. Es un momento crucial en la vida de uno. Pueden aparecer dolores físicos, depresiones y angustias, y desórdenes en la conducta.

Lo más importante es darse cuenta de todo el proceso del pensar e ir viendo todo lo falso que lleva consigo. La mente se resistirá aun así al cambio e intentará buscar coartadas y justificaciones al comportamiento viejo, repetitivo e inmoral. Cuando alguien entra en un círculo o ámbito desconocido, su comportamiento suele ser prudente y humilde; al cabo de un largo tiempo, si uno no tiene esa cualidad de renunciar a todo a cada instante, ese comportamiento se torna agresivo, brutal y despiadado. Los dirigentes y líderes, en todo el mundo, tienen este grave y conflictivo problema. Ellos se resisten a despojarse de todo lo viejo que les da dinero, seguridad y poder.

¿Podremos salir de este mar interminable de aplazamientos, justificaciones, tolerancias, en que se desarrolla nuestra manera de vivir? ¿Vemos que salimos de lo conocido y volvemos a lo viejo y conocido otra vez? Para que desaparezca la inmoralidad de nuestras vidas, uno debe desprenderse de lo viejo, de su autoridad, de su miedo, de su comportamiento falso y mentiroso. Tiene que volver a ser limpio e inmaculado como un niño; sentir que nada le pertenece, vivir con fragilidad y vulnerabilidad. Ver a los hombres que sufren por todas partes malos tratos, desesperadas situaciones, hambre y frío, y sentir que uno también es el culpable de todo esto.

### Los obstáculos

Si todo lo que uno lee, piensa, habla -o escribe- sobre la vida y el dolor de los hombres fuese asimilado y percibido con claridad, con todo nuestro ser, no tendríamos barreras. No tenemos la suficiente energía para no ser arrastrados por la inatención, el placer, el egoísmo. Y toda la abundante información, los propósitos buenos, las ideas altruistas, no tienen la suficiente consistencia para no ser desbordados por los incesantes retos. La mente del hombre busca el

placer y la seguridad; y ante estos dos requerimientos, que se presentan como necesidades vitales, se torna débil e indefensa. El placer y la seguridad son la misma cosa: uno, sintiendo el placer en sus múltiples y variadas formas -sexual, de estar a la última en la moda, las drogas, los viajes, el poder y el dinero, el sentirse identificado con un grupo-, tiene la necesaria seguridad para poder soportar la vida diaria.

Lo malo de esta seguridad es que se desvanece en el momento en que uno tiene un contacto directo con todo el inmenso panorama de la vida. El placer es exclusión, es deseo. Al excluir llega la división, y con ella el conflicto y el dolor. Uno se pregunta si puede haber una manera de vivir en la que tenga abundancia de amor. En la que el amor alumbra y ponga al descubierto los deseos alterados, las ilusiones e ignorancias, que nos llevan de un lado para otro, como una barca a la deriva en alta mar. ¿De dónde saldrá esa energía capaz de transformar nuestras vidas? ¿Cómo podremos hacer que nuestro comportamiento sea siempre honesto, sin causar confusión, ni sufrimiento, en nosotros y en los demás?

Uno tiene que hacer lo que piensa. Uno tiene que atender, hasta la raíz, todo el proceso de la mente; dándole su valor cuando es necesario y descartándola cuando asume las tendencias divisorias y confusas. Uno no tiene que estar sujeto a ninguna autoridad. Tampoco tiene que tener nacionalidad, ni tendencias ideológicas, que puedan obstruir que florezca la verdad necesaria. Uno tiene que encararse tal y como es; es imprescindible para poder llegar a la verdad. Hay que ver en la realidad en que vive uno, no la que es más apetecible y placentera. Todos tenemos la tendencia de imitar a alguien, que creemos nos conducirá por caminos seguros. Todos queremos ser diferentes de lo que somos, provocándonos la ansiedad y el impetuoso deseo. La energía infinita, para que llegue, uno no la tiene que llamar, solamente ha de dejar la puerta abierta y esperar el momento, con serenidad y sosiego, en que ella estará en todas partes. Entonces verá que llamar, controlar, analizar y querer retener, son cosas que no sirven de nada ante esta nueva energía. Solamente lo que importa es el comportamiento de uno, aquí está la llave que abre todas las puertas.

60

#### Los hechos

Cuando uno se encara con la vida, debe descartar las valoraciones, las filosofías y teorías y darse cuenta de los hechos. Hay violencia que es usada para dominar a las personas; hay inmoralidades e injusticias que reducen a los hombres a los más bajos estados de supervivencia; todos los días hay hombres, mujeres y niños que pasan hambre y mueren por ella; todos los días hay enfrentamientos entre hombres armados, creando muerte, destrucción y desolación. Todo esto es un hecho. Al igual que la estupidez, el odio, la desconfianza, la falsedad y la mentira, son también hechos cotidianos de nuestro acontecer diario.

Ante este estado tan desafortunado de vivir, uno no puede dedicarse a analizar quién tiene la razón, quién es el culpable, analizar interminablemente las posibles soluciones. Todo esto es una distracción más de la mente; y el dolor y la desesperación continúan sin cesar. Uno se pregunta: ¿Para qué quiere uno vivir de esta manera tan tormentosa? ¿Qué importa vivir veinte o cincuenta años más, si su vida es causa de confusión y sufrimiento, tanto para uno como para los demás? ¿Qué es lo que hace que soportemos todo este desesperante estado de cosas, tan feas y mezquinas?

El miedo y la ignorancia, para poder sentir esa pasión que mueve a los hombres sin esfuerzo, tienen que ser descartados de nuestras vidas. Uno no tiene que tener miedo de ser honesto y limpio. Uno tiene que saber que la ignorancia desaparece con la entrega a los demás. Todos los saberes vienen cuando uno se entrega sin resistencias, sin límites. Cuando alguien actúa de esta manera, el miedo a la muerte desaparece; no es que no exista, sino que vive constantemente con ella. Sabiendo que la vida es nacer, vivir y perecer, ¿cuándo se enfrenta a un nuevo reto o problema, ¿cómo lo abordará? Si se da cuenta que su comportamiento no es limpio y decoroso, es injusto y brutal, ¿qué hará: lo aplazará para cambiar en otro momento u ocasión?

Ver es actuar. Si uno ve claramente todo el sufrimiento que desencadena, toda la confusión, ya está actuando. Su respuesta no será la misma de siempre. Ya no habrá indiferencia, tolerancia, pereza, ante el dolor y el sufrimiento. Entonces llegará la fuerza y la energía, que no tiene límite. Entonces se sentirá nuevo, como algo fresco y puro. Ya no sentirá la vida como una pesada carga de la que no se puede desembarazar. Verá un motivo para vivir en todos los hombres, y en todas las cosas, gozando de su hermosura y en su inapreciable armonía y orden.

61

#### Lo interno

Cuando uno, por medio de la profunda atención, percibe lo que es falso y lo que es verdadero, lo que digan acerca de uno no le altera ni le inmuta. Al contrario, ve los motivos y las causas que hacen actuar a los condicionados hombres de manera tan negativa e inhumana.

Esta manera tan mezquina, ignorante y egoísta de vivir, es la que provoca todo el caos y la división que hay en todas partes. El profesor de matemáticas discute y se aísla defendiendo lo que él cree que es indispensable para poder llegar a ser algo y triunfar en la vida. El médico pone todo su empeño en defender lo tangible, lo palpable y lo físico, dejando de lado todo lo no visto, ni estudiado, lo que está más allá de nuestras insignificantes mentes. ¿Nos damos cuenta de la pérdida de vida que supone esta manera de enfocar nuestras existencias? ¿Vemos que este enfoque está basado en el más despiadado egoísmo, para poder seguir siendo personas adineradas y aburguesadas? El egoísmo trae el poder, el poder al dinero y éste el placer. Luego, de este círculo que se perdura a través de los siglos, aparecen el miedo, la frialdad y la insensibilidad hacia los hombres y a toda la vida.

El mayor reto que tenemos los hombres civilizados es observar y respetar lo más débil que hay en nuestras vidas. ¿Sabe qué quiere decir esto? Sentir una gran compasión por los animales que sacrificamos para poder vivir, para poder continuar estar en esta rica tierra. Llevar en el corazón a los hombres que sufren cerca y lejos de nosotros, intentando que estos sufrimientos desaparezcan. Y vibrar y sentir una gran paz en observar una nube, las olas del mar, el fluir continuado de las aguas de un río, la incomparable belleza de la luna. Si uno no desprende de lo que está arraigado largo tiempo en su mente, la vida se presentará como una batalla en la que se gana o se pierde. En la que la desconfianza, el recelo y la falsedad serán, con la agresividad y la violencia, los motores que la impulsen.

Cuando nos hemos vaciado de todo lo que atormenta nuestras mentes es cuando podemos comenzar a encarar la vida correctamente. Ya podemos mirar a los hombres a los ojos, sin ningún temor ni frialdad. Ya no hay temor de perder las banalidades que nos hemos inventado

y que nos esclavizan. Y la vida se convierte en una observación gozosa, con una pasión que destruye al tiempo como el pasado, presente y futuro.

62

Las opiniones de los demás

Cuando alguien intenta vivir con la verdad, sin el obstáculo del pasado, surgen impedimentos por parte de gran número de personas. Los inmovilistas, los aburguesados, los que temen perder algo, los que tienen miedo a lo que no conocen y no dominan, todos éstos son los que -tal vez sin darse cuenta- mantienen y nutren la tan absurda manera de vivir. Cualquiera lo puede comprobar desde la más tierna infancia: cuando un niño tiene tendencias que no son vulgares e intenta comportarse, buscando la verdad y la honestidad, es señalado como algo incomprensible, raro e incluso perturbador y peligroso. Los demás serán una piña apretada en opiniones, tendencias y juicios. Y el que es considerado anormal verá esta piña desde fuera de ella, entrando y saliendo según las circunstancias.

Ciertamente, en los adultos esta característica de sentirse libre del pasado, de las opiniones y las presiones de los demás, es mucho más complicada y dolorosa. Los que ya han perdido la infancia y la juventud, además de tener un gran poder, tienen sus mentes viciadas y desvirtuadas. Tienen en sus manos y dirigen dinero, máquinas, armas y, lo que es más grave e inhumano, personas. Sus normas de conducta, inflexibles y sin compasión, llevan el dolor y el sufrimiento allá donde están. Ante esta actitud mental, tan generalizada y vista tan normal, cualquiera que tenga la lucidez para poder ver el inmenso caos y la confusión que están por todas partes e intente no permanecer -y no ser arrastrado- en el desorden, será mirado como algo extraño, como algo molesto y perturbador.

Si una persona tiene vergüenza de transformar su comportamiento y toda su vida, si tiene miedo a las demás personas, si no puede desprenderse de las vanas opiniones de los que le rodean, se encuentra bloqueada y dominada por la vulgaridad y la ignorancia. La vulgaridad y la ignorancia es lo que más abunda en nuestras mentes. La ignorancia es algo innato en el hombre: no podemos abarcar y entender todo el vasto e inmenso universo.

Para no ser vulgar, uno tiene que estar siempre totalmente alerta y atento a todo lo que le sugiere la astuta y falsa mente, ver sus impulsos y sus desmayos, y deshacerse de ellos, sin reprimirlos, armoniosamente. La atención es serenidad y quietud interior; y éstas sólo pueden llegar y permanecer cuando la vida de uno tiene bondad y honestidad.

Cada uno es lo que tiene dentro. Lo interno se manifiesta hacia fuera, en lo que externo. Si uno tiene su pensamiento en el dinero, su vida será dinero y todo lo concerniente a él. Si tenemos algún proyecto, éste domina nuestra mente y tan solo somos ese proyecto. El que se aboca a la violencia, su vida está dirigida por ella. El que está abocado al sexo, o a las drogas, no verá más que éstas motivaciones en su vida. De ahí que seamos tan vulgares, tan poca cosa, tan ignorantes. Viviendo en un único carril, aunque nos destroce y tengamos que destruir a otros, seguimos inventando una nueva y falsa realidad que se acople a nosotros. Así nos sentimos, aunque no importa el precio del logro, seguros y disfrutando del placer.