

# Jiddu Krishnamurti

## El principio de la meditación

*From the series:*

### ***Brockwood Park - 1978***

---

***30 Noviembre 1978***

#### ***Cuarto Conferencias públicas, Brockwood Park, 1978***

K: Hay muchas personas, espero que algunos entiendan lo que estamos diciendo. Como saben, hemos estado hablando juntos durante la última semana de nuestros problemas humanos, no sólo hablando juntos como dos amigos, sino que cada uno ha descubierto por sí mismo en nuestra conversación, y en nuestra exploración e investigación. Para la mayoría, debe ser bastante obvio, si somos realmente serios y no consideramos estas reuniones algún tipo de festival, sino un poco más serio que un festival pop u otros festivales.

Esta mañana, sería bueno que habláramos, como ya hemos hablado del temor, del placer, del sufrimiento, del dolor y de la muerte; Creo que esta mañana deberíamos hablar de ese problema tan sutil y complejo que es la meditación. Es un tema muy serio y tal vez algunos de ustedes amablemente pondrán suficiente atención a lo que se está diciendo, si les interesa.

Esta palabra se está volviendo tan común que incluso los gobiernos empiezan a utilizarla, incluso la gente que quiere dinero, está tratando de meditar para ganar más dinero, tratan de meditar para tranquilizarse y así poder hacer mejores negocios. Los médicos están practicando la meditación porque eso les ayuda a operar mejor, etc., etc. Existen diferentes clases de meditación Zen, tibetana y otras que ustedes se han inventado. Al ver todas estas clases de meditación hindú, tibetana, zen, grupos de meditación, siempre con el anhelo de tener una mente sosegada, quieta y silenciosa, al ver todo eso, vamos a intentar si es posible en esta mañana descubrir el por qué debemos meditar y cuál es el significado de la meditación.

Recientemente, desde la India se ha divulgado esta palabra, y la gente va a la India, a Japón y a otros lugares, para aprender a meditar, para practicar meditación, para lograr algún resultado a través de la meditación, la iluminación, una mejor comprensión de ellos mismos, tener la mente en calma, lo que quiera que eso signifique, y generalmente consiguen un poco de paz, pero no una mente en paz. Así mismo, los gurús han inventado su propia meditación, etc., etc. ¿No es verdad? Estoy seguro que son conscientes de todo esto y,

por supuesto, existe esa moda pasajera llamada meditación trascendental, que en definitiva es una forma de siesta matutina, siesta después del almuerzo y siesta antes o después de la cena, de tal forma que la mente se aquiete y luego puedan seguir con sus fechorías. (risas)

Entonces, vamos a considerar todo esto, los diferentes tipos de prácticas y sistemas, y vamos a cuestionarlos; es bueno tener dudas, es bueno ser escéptico, hasta cierto punto. Es como tener un perro atado, conviene soltarlo de vez en cuando, que corra libremente, de igual manera, conviene mantener siempre la duda y el escepticismo, pero, conviene a menudo, que corra libremente. La mayoría de nosotros acepta la autoridad de aquellos que dicen, 'nosotros sabemos meditar, les diremos cómo hacerlo'.

Por favor, estamos examinando juntos todo el problema o toda la cuestión de la meditación, no cómo meditar, porque si preguntan cómo tiene uno que meditar, entonces estarán buscando un sistema para meditar, el 'como' implica un método; mientras que si investigan si se adentran en qué es meditación y el por qué uno debe meditar, entonces nunca preguntarán cómo meditar. El mismo cuestionar, el mismo preguntarse, es el inicio de la búsqueda, que es el inicio de la meditación.

Como lo dijimos, éste es un problema muy complejo y tenemos que ir muy despacio y con cautela, y, a la vez, tratar esta cuestión con sutileza. Como dijimos la semana pasada, estamos investigando, estamos inquiriendo y no sólo escuchando al que habla, se están haciendo esta pregunta a sí mismos, para descubrir la respuesta correcta, sin aceptar ningún tipo de autoridad, en especial la autoridad del orador que está sentado en esta desafortunada tarima; eso no le concede ninguna autoridad, simplemente se sienta en esta tarima para hablar. No existe autoridad en los llamados asuntos espirituales, si puedo usar esa palabra 'espirituales', en los asuntos del espíritu, en el asunto de investigar algo que requiere ser examinado muy cuidadosamente. Por tanto, estamos haciendo esto juntos, no meditando juntos, sino investigando lo que es la meditación para así descubrir por uno mismo, a medida que avanzamos, todo este proceso de la meditación, ¿están de acuerdo?

Creo que en primer lugar debemos tener presente que la meditación no es algo que uno hace, la meditación es algo por completo, es un movimiento que abarca todo lo que es nuestro vivir. Eso es lo primero, cómo vivimos, cómo nos comportamos, si tenemos temores, ansiedades, sufrimientos o si constantemente estamos buscando placer, si hemos creado imágenes de nosotros mismos y de los demás. Eso es parte de nuestra vida y si comprendemos esa vida, y los diferentes asuntos implicados en la vida y nos liberamos de ellos, realmente liberarse, entonces podemos empezar a investigar lo que es meditación. Por eso hemos dicho, en los últimos diez días o la última semana que debemos poner orden en nuestra casa, nuestra casa somos nosotros -orden completo. Entonces, cuando se ha establecido ese orden, no de acuerdo a un modelo, sino cuando existe una comprensión, una comprensión total del desorden, de la confusión, del por qué estamos en contradicción, del por qué existe esta lucha constante entre los opuestos, etc., etc., de lo que hemos estado hablando durante los últimos diez días o la última semana, poner eso en orden, orden en nuestra vida y colocar en cada cosa su justo lugar, eso es el comienzo de la meditación; ¿de acuerdo? Si no lo hemos hecho, no teóricamente, sino en nuestra vida diaria, en cada momento de nuestra vida, si no lo han hecho, entonces la meditación simplemente se convierte en otra forma de ilusión, otra forma de rezar, otra forma de querer algo, dinero, posición, un frigorífico, etc.

Así pues, ahora preguntamos, ¿cuál es el proceso de la meditación? En primer lugar, debemos ver la importancia de los sentidos. La mayoría de nosotros reaccionamos o actuamos de acuerdo con los impulsos, con las exigencias e insistencias de los sentidos. Nuestros sentidos nunca actúan como un todo, sino sólo como una parte, ¿no es así? Por favor, entiendan esto. Si no les importa, debemos investigarlo un poco más por nosotros mismos, hablarlo juntos, que todos nuestros sentidos nunca funcionan, se mueven u operan como un todo, holísticamente. Si se observan a sí mismos y miran con atención sus sentidos, verán que alguno de los sentidos se vuelve dominante, alguno de los sentidos juega un papel más grande en la observación, en nuestra vida diaria, de manera que siempre hay un desequilibrio en nuestros sentidos, ¿de

acuerdo? ¿Podemos seguir a partir de ahí?

Ahora bien, ¿es posible, lo que ahora estamos haciendo es parte de la meditación, es posible que los sentidos funcionen como un todo, que observen el movimiento del mar, las aguas transparentes, el infatigable movimiento del agua, observar esas aguas completamente, con todos los sentidos? Observar un árbol, una persona, el vuelo de un pájaro, una extensión de agua, la puesta del sol o la luna creciente, observarlos, mirarlos con todos los sentidos completamente despiertos. Si lo hacen, entonces lo descubrirán por sí mismos. No es que yo lo diga, no soy su autoridad, no soy su gurú, no son mis seguidores; los seguidores son la gente más destructiva, al igual que los gurús; pero si lo observan, si observan ese proceso en que actúan todos los sentidos, verán que no existe un centro desde donde los sentidos operan. ¿Lo están intentando a medida que hablamos? Si mira a su chica, a su esposo, a su esposa, a un árbol, una casa, con toda la intensidad y sensibilidad de los sentidos actuando, entonces, en eso no hay limitación alguna. Inténtenlo, háganlo y lo descubrirán por sí mismos. Esta es la primera cosa que uno debe entender, el lugar de los sentidos, porque en casi todos, nuestros sentidos funcionan de manera parcial o particular, nunca actuamos o vivimos con todos los sentidos despiertos, receptivos, porque la mayoría vivimos actuando y pensando de forma parcial, por eso, una de nuestras investigaciones es que los sentidos funcionen completamente, darnos cuenta de la importancia y las ilusiones que crean los sentidos, ¿están siguiendo todo esto? Darle a los sentidos el lugar que les corresponde, lo que significa no reprimirlos, no controlarlos, no escapar de ellos, sino darles su justo lugar, ¿entienden? Esto es importante porque en la meditación, si quieren investigarla con profundidad, a menos que uno esté atento a los sentidos, crearán diferentes formas de neurosis, diferentes clases de ilusiones, dominarán nuestras emociones, etc. De manera que eso es lo primero que debemos darnos cuenta, si los sentidos están del todo despiertos, receptivos, porque entonces el cuerpo tiene una capacidad extraordinaria, ¿se dan cuenta de todo eso o me estoy hablando a mí mismo? La mayoría de nosotros forzamos nuestros cuerpos a sentarse quietos, a no estar inquietos, a no movernos, etc., -ya saben. Mientras que si todos los sentidos funcionan saludablemente, con normalidad y vitalidad, entonces el cuerpo se relaja, permanece muy, muy calmado, si realmente lo hacen; háganlo mientras estamos hablando.

Entonces, surge la pregunta, ¿qué es el tiempo? ¿Qué lugar ocupa el tiempo en la meditación? ¿Qué lugar ocupa el control en la meditación? ¿Entienden? ¿Puedo proseguir? Espero que estemos juntos en eso, ¿lo estamos? Hablemos primero de si es posible vivir una vida, la vida diaria, no ocasionalmente, sino vivir una vida sin ninguna clase de control, lo que no significa actuar desenfrenadamente, o hacer lo que uno quiere, como rechazar la tradición, ya saben, lo que la gente moderna, joven, hace, no se lamentan, no tienen restricciones, ni freno, hacen lo que quieren, lo mismo que hacen los mayores de hecho, sólo que ustedes creen que es un rasgo propio de ellos, algo que se han inventado.

Ahora bien, estamos preguntando, por favor, considérenlo seriamente, si es posible vivir una vida sin ninguna forma de control, porque cuando hay control está la acción de la voluntad, ¿no es así? ¿Están siguiendo? Así pues, ¿qué es la voluntad? Haré esto, no debo hacer aquello, o debería en el futuro hacerlo, etc., el proceso de la voluntad. De modo que tenemos que investigar qué es la voluntad. ¿No es la voluntad deseo? ¿No es la voluntad la esencia del deseo? ¿No es así? Por favor, mírenlo, no lo rechacen ni lo acepten, investiguenlo, porque ahora estamos preguntando si es posible vivir una vida en la que no existe ni un sólo atisbo de control, lo que significa ni un indicio de la acción de la voluntad, porque la voluntad es la misma actividad que el deseo. Ya investigamos todo este asunto de lo que es el deseo, no investigaré eso ahora porque hay mucho que tratar esta mañana. El deseo es contacto, percepción, visión, contacto, sensación, de ahí, surge el deseo y el pensamiento con su imagen, todo eso es deseo. Ya vimos eso y no voy a investigarlo ahora.

Estamos preguntando, ¿es posible vivir sin que interfiera la voluntad? La mayoría de nosotros vive una vida restringida, bajo control, reprimida, etc., evasiva, y deben preguntarse, ¿quién es el controlador? Cuando dicen, 'debo controlarme, controlar mi enojo, mis celos, mi pereza, mi indolencia', etc., ¿quién es el controlador? ¿Es el controlador diferente de aquello que controla? ¿Entienden? ¿O ambos son lo mismo? El

controlador es lo controlado. Probablemente, sea un poco difícil. ¿Es eso así? ¿Lo entienden? Después de todo, me han escuchado durante una semana o diez días, ahora nuestro lenguaje, el uso que le damos a las palabras es bastante común y entendible. Decíamos que mientras exista un controlador, estará ejerciendo su capacidad de control, y estamos diciendo que el controlador es la esencia del deseo, que trata de controlar sus actividades, sus pensamientos, sus deseos, etc. Entonces, al ver todo esto, uno puede vivir una vida que no sea promiscua, que no sea hacer lo que uno quiera, sino una vida sin control alguno, sin control sexual ni tampoco consentirlo, ni la voluntad de controlar lo que uno quiere, lo que no quiere, ya saben, todo el problema del control, muy poca gente ha investigado esta cuestión. Todo el sistema oriental de meditación es en parte control, personalmente no acepto todo sistema basado en alguna forma de control, porque entonces la mente nunca es libre, siempre está sometida a cierto patrón, ya sea un patrón establecido por otro o por uno mismo,

el control de los sentidos. De modo que debemos preguntarnos, ¿qué es el tiempo? No el de la ciencia ficción, la ciencia ficción del tiempo, ¿qué es, en nuestra vida diaria, el tiempo? ¿Qué papel juega en nuestra vida diaria? ¿Qué importancia tiene en nuestras actividades diarias? ¿Entienden mi pregunta? Por supuesto, existe el tiempo del reloj, existe el tiempo de acuerdo con el sol, la salida y la puesta del sol; existe el tiempo como ayer, hoy y mañana, existe el tiempo como algo que sucedió en el pasado, el recuerdo que a su vez, moldea el presente y el futuro, ¿de acuerdo? Así que están el tiempo físico, cronológico, y también está el tiempo psicológico, seré, debo, soy violento, no seré violento, todo eso implica un movimiento en el tiempo, ¿no es cierto? Movimiento significa tiempo, por favor, pongan mucha atención en entender esto, porque vamos a investigar la meditación, si la mente puede estar por completo en silencio, donde el tiempo como movimiento no existe, ¿siguen todo esto? ¿Les interesa realmente todo esto?

Q: Sí.

K: ¿Aunque sólo sea como curiosidad intelectual? Porque es muy importante ver si el tiempo, no el tiempo cronológico, sino el tiempo psicológico, puede terminar, o si hasta que uno muera siempre existirá ese movimiento de seré, no debo ser, debería ser, no debería ser, lamentaciones, recuerdos, ¿entienden?, toda la actividad psicológica en la que el tiempo está involucrado. Es decir, ¿puede el tiempo terminar? Por favor, vean la importancia de eso, porque nuestros cerebros están condicionados por el tiempo, son el resultado de un millón de años o más, no importa cuantos años, desde tiempos inmemoriales, siglos y siglos el cerebro ha sido condicionado, ha evolucionado, ha crecido, se ha desarrollado, es un cerebro muy antiguo; ha evolucionado a través del tiempo, pero evolución implica tiempo, evolucionar opera en el tiempo. ¿comprenden? ¡Me pregunto si entienden todo esto! En el momento que dicen, 'yo seré', eso es tiempo, si dicen, 'debo hacer eso', también es tiempo, todo lo que hacemos implica tiempo y nuestros cerebros están condicionados, no sólo por el tiempo cronológico, el sol, su salida y su ocaso, sino también por el tiempo psicológico. Así pues, el cerebro ha evolucionado a través de miles de años y la sola idea, la sola pregunta de si el cerebro es capaz de terminar con el tiempo, ¿siguen?, es una acción que paraliza. ¿Me pregunto si entienden todo esto? Es una conmoción para el cerebro, ¿alguien sigue todo esto?

Porque ahora vamos a preguntar si el cerebro mismo puede estar en completo silencio, ¿entienden? No el cuerpo ni su respiración, tampoco sus ojos o su pensamiento, sino el cerebro en sí mismo, que constantemente está parlotando, constantemente pensando en esto, en aquello y lo otro, si las células cerebrales pueden permanecer en completo silencio. Por lo tanto, debemos entender la naturaleza del tiempo, es decir, psicológicamente, interiormente, estamos atrapados en la red de tiempo. Voy a morir, tengo miedo, llegaré a ser, he sido, recuerdo las cosas felices, las dolorosas, el cerebro está funcionando, viviendo en el tiempo, ¿de acuerdo? Pueden verlo por sí mismos, es un hecho evidente.

Así pues, parte de la meditación es descubrir por uno mismo si el tiempo puede detenerse. No, no se trata de que digan, 'el tiempo debe detenerse', eso no significa nada, sino entender toda la estructura, la naturaleza y la profundidad de la pregunta, ¿de acuerdo? Lo cual quiere decir, ¿es posible que el cerebro se dé cuenta de

que no tiene futuro? ¿Entienden lo que estoy diciendo? Vivimos en el desánimo o en la esperanza, ¿no? ¿No es así? La esperanza es parte del tiempo, soy desdichado, infeliz, desconfío, pero tengo la esperanza de ser feliz, ¿comprenden? Parte del tiempo es la destructiva naturaleza de la esperanza o la fe, esa invención de los sacerdotes en todo el mundo. Uno sufre pero tiene fe en Dios, todo va bien, ¿se dan cuenta de todo esto?, la fe en algo igualmente implica tiempo, ¿Pueden aceptar, en el sentido de aceptar que psicológicamente no existe el mañana? ¿Pueden? Eso es parte de la meditación, descubrir que psicológicamente no existe el mañana.

Una vez estuvimos hablando con alguien bastante inteligente, muy instruido, sobre este asunto, y fue una verdadera sacudida para él cuando dijimos que la esperanza, la fe, el movimiento del futuro como mañana no existían. Esa idea le horrorizó, ¿comprenden, señores? 'Mañana no estaré contigo, te amo', ¿entienden lo que estoy diciendo? Seguramente estaré contigo, probablemente estaré, pero la esperanza, el placer el deseo de algo, todo eso implica tiempo. Eso no significa que si no tienen esperanza, si han descartado la esperanza, eso quiere decir que comprenden el movimiento del tiempo. Si descartan la esperanza, entonces se vuelven unos amargados, dicen, '¿para qué vivir, cuál es el propósito de la vida?', y empieza toda esa insensatez de la depresión, la agonía de vivir sin nada en el futuro, ¿entienden todo esto?

Por tanto, uno tiene que investigar esta cuestión, no de manera verbal, no teóricamente, sino realmente averiguar psicológicamente en sí mismo, ver si uno tiene la más ligera esperanza en el mañana.

Y, en la meditación, la siguiente pregunta es, ¿puede el pensamiento como tiempo detenerse? El pensamiento, tal como lo hemos hablado en muchas ocasiones, es necesario, necesario en su justo lugar, pero el pensamiento no tiene ninguna importancia psicológicamente. Me pregunto si lo ven. Debemos, debo hablar brevemente sobre esto.

El pensamiento es la reacción de la memoria, nace de la memoria; la memoria es experiencia, experiencia como conocimiento acumulado en las células del cerebro. Pueden verlo en su propio cerebro, no tienen que ser especialistas, yo no lo soy, sólo me he observado muy cuidadosamente. Las células del cerebro mantienen esta memoria, es un proceso material, no hay nada sagrado, nada divino en eso. Todo lo que hemos hecho, ir a la luna y plantar una absurda bandera, bajar a las profundidades del mar y vivir allí, es el pensamiento el que ha creado todo esto, esa inmensa tecnología y complicada maquinaria, el pensamiento es el responsable de todo esto. El pensamiento también es responsable por todas las guerras, ¿no es verdad? Esto es algo obvio, ni siquiera hace falta cuestionarlo, porque su pensamiento ha dividido Inglaterra, Francia, Alemania, Rusia, ¿comprenden? El pensamiento ha creado la estructura psicológica del 'yo', ¿no? Ese 'yo' no es sagrado, no es algo divino, sólo es pensamiento acumulando ansiedades, temores, placeres, sufrimientos, pesares, apegos, miedo a la muerte, el pensamiento ha acumulado todo esto, lo cual constituye el 'yo', es el 'yo' con su consciencia, eso es así. Me pregunto, ¿podemos avanzar desde ahí? ¿Están siguiendo todo esto? Esta consciencia es el 'yo', la consciencia es su contenido, la consciencia, su consciencia es lo que ustedes son, contiene sus ansiedades, sus temores, sus luchas, sus heridas, sus angustias psicológicas, sus placeres, etc., el contenido de sus consciencias es su propio contenido, ¿no es así? De nuevo no hace falta discutirlo, complicarlo, es muy simple, es el resultado del tiempo, ¿de acuerdo? Ayer me lastimaron, psicológicamente me dijeron algo violento, me lastimó y ahora forma parte de mi consciencia; tuve ciertos placeres y eso es parte de, etc. Por tanto, la consciencia forma parte del tiempo y cuando preguntamos si el tiempo puede terminar, significa el total vacío de la consciencia y de su contenido; implica eso, si pueden o no hacerlo, eso es otro asunto, pero significa eso.

Si investigan el tiempo, las innumerables capas de esta consciencia, la sensación, el deseo y todo eso, capa tras capa, toda su estructura, esa consciencia que es el resultado del tiempo, ayer fui lastimado, etc., verán si esa consciencia puede vaciarse por completo y, en consecuencia, terminar con el tiempo psicológico. Primero hago la pregunta para que la observen, para luego preguntar, ¿es esto posible? ¿Entienden mi pregunta? Se dan cuenta de su consciencia, ¿la ven?, saben lo que son; si se han interesado suficientemente



al menos durante esta semana, deben saberlo un poco, si lo han investigado verán que todo este esfuerzo, toda esta lucha, toda la desdicha, la inseguridad, es parte de ustedes, es parte de esta consciencia, con sus ambiciones, su codicia, su agresividad, su ira, su amargura, todo eso es parte de esta consciencia que es la acumulación de mil ayeres hasta el día de hoy. Y estamos preguntando si esa consciencia que es el resultado del tiempo, tanto psicológico como el fisiológico, puede vaciarse, de modo que el tiempo deje de existir. En primer lugar, ¿entienden la pregunta? Por favor, alguien que diga al menos 'sí' o 'no'. (risas).

Q: Sí.

K: No se duerman, vamos a descubrir si esto es posible. Si dicen que no es posible, entonces cerrarán la puerta, entonces será mejor que se vayan y no sigan sentados aquí perdiendo su tiempo, si dicen que no es posible, pero si dicen que es posible también cerrarán la puerta. Mientras que si dicen, vamos a descubrirlo, entonces se abrirán, estarán deseosos de averiguarlo, ¿no es así? Por favor, esto no es un juego intelectual, no es un entretenimiento del domingo en la mañana, tampoco es un sermón. Voy a contarles una historia interesante sobre esto. Había una vez un predicador con sus discípulos y cada mañana acostumbraba a dar un sermón de diez minutos o de un cuarto de hora, mientras su entregada audiencia lo escuchaba. (risas) Un día, al subir a la tribuna y empezar, justo en el inicio, apareció un pájaro, se posó en el alféizar de la ventana y comenzó a cantar. El predicador no pronunció ni una sola palabra, de modo que el pájaro después de cantar se alejó. Entonces el predicador dijo, 'el sermón de esta mañana ha terminado'. (risas) ¿Entienden? ¿Cómo me gustaría también decir lo mismo! (risas)

Bien, ahora la pregunta es, si son lo bastante serios para investigarlo, ¿es posible vaciar por completo todo el contenido de nosotros mismos, el contenido de nuestras consciencias, esa consciencia que se ha formado a través del tiempo? ¿Es posible, por favor, sólo escuchen, es posible terminar con uno de los contenidos de su consciencia, sus injurias, sus heridas psicológicas? Seguramente saben lo que eso significa, la mayoría han sido heridos psicológicamente desde la niñez: los padres, la escuela, todo en la vida nos han lastimado y eso es parte de nuestras consciencias, ¿pueden terminar por completo con esas heridas, que desaparezcan totalmente sin dejar ninguna huella? Pueden hacerlo, ¿no? Si ponen atención a la herida sabrán que la provocó, la herida es la imagen que tienen de sí mismos cuando son lastimados, y pueden terminar con esa imagen que está lastimada, pueden hacerlo, si lo investigan muy profundamente. O si están apegados a alguien, si están apegados a su esposa o esposo, no importa a qué o a quién, apegados a una creencia, a un país, a una secta, a un grupo de gente, a Jesús, etc., ¿pueden de forma completa, lógica, sana, racional, terminar con ese apego? Porque ven que el apego implica celos, ansiedad, temor, dolor y al sufrir aún se apegan más, pero si ven la naturaleza del apego, esa misma percepción del apego es el florecer de la inteligencia. Esa inteligencia dice, 'que estúpido es estar apegado'; se acabó el apego. ¿Lo entienden?

De manera que investiguenlo; investiguen si tienen un hábito psicológico particular, pensando siempre en cierta dirección determinada, lo cual forma parte de la consciencia. ¿Puede el pensamiento salirse del surco, de la rutina? Por supuesto que puede. Claro que es posible, por favor, escuchen, es posible vaciar totalmente, por completo el contenido. Ahora bien, si lo hacen uno por uno, es decir, los apegos, sus heridas, su ansiedad, etc., necesitarán muchísimo tiempo. Ven lo que significa si lo hacen uno por uno, les tomará tiempo, y de nuevo quedarán atrapados en el tiempo. Me pregunto si ven esto. Sin embargo, ¿es posible vaciarlo sin que intervenga el tiempo, en el acto, todo, no por partes? ¿No? Se lo mostraré, ¡no muevan la cabeza, no asientan ni discrepen! ¿Entienden mi pregunta? Si lo hacen por partes, siguen involucrados en el tiempo, si se dan cuenta de eso, si ven realmente la verdad de eso, entonces no lo harán parcialmente, ¿de acuerdo? Es lógico.

Entonces se harán una pregunta diferente, ¿puede hacerse en su totalidad? Es decir, ¿existe una observación de esta consciencia que en realidad no es mía, no es mi consciencia particular, sino la consciencia universal? Mi consciencia es como la de usted o la consciencia de algún otro, porque todos sufrimos, pasamos por agonías, etc., etc. Algunos pocos han dicho, 'fuera', se han abierto y han ido más allá; pero eso es irrelevante.

Así que estamos preguntando, ¿es posible observarlo en su totalidad, completamente y en la misma observación de esa totalidad ponerle fin? ¿Entienden mi pregunta? Por tanto, ¿es posible observar las heridas, las ansiedades, la propia condena o lo que sea, totalmente? ¿Entienden la pregunta? Supongan que me condeno a mí mismo, me siento culpable, no me siento culpable pero supongan que sea así, ¿puedo mirar esa culpabilidad, cómo se produjo, cuál fue la razón, y cómo después me horroricé, etc., ver la estructura total de la culpa, observarla completamente? Por supuesto que puedo, ¿no? Sólo pueden observar totalmente, si de dan cuenta de la naturaleza de sentirse lastimados, comprender eso y la culpa, etc, de todo lo que han acumulado, podrán darse cuentas de ello, si no hay una dirección o motivo implicados en esta observación, ¿entienden? ¿Lo han comprendido? Voy a explicarlo, a investigarlo.

Supongan que estoy apegado a algo o a alguien, ¿puedo observar cuáles son las consecuencias del apego que está involucrado en el apego, cómo surgió el apego, puedo observar toda la naturaleza al instante? Estoy apegado porque me siento solo, porque quiero consuelo, quiero depender de alguien porque no puedo estar conmigo mismo, necesito compañía, necesito que alguien me diga, 'lo estás haciendo bien, amigo mío'; necesito que alguien me tome de la mano, me siento deprimido, ansioso, de modo que dependo de alguien, de esa dependencia surge el apego y de ese apego surge el miedo, los celos, la ansiedad, ¿de acuerdo? Ahora, ¿puedo observar toda la naturaleza del apego al instante? Por supuesto que pueden si prestan atención, si están seriamente interesados en averiguarlo.

Por tanto, estamos diciendo que en lugar de hacerlo poco a poco, es posible ver toda la estructura, la naturaleza, el movimiento de la consciencia con todo su contenido. El contenido forma la consciencia, pero es posible verla por completo, y cuando ven la totalidad de la consciencia, se desintegra.

La cuestión, entonces, la pregunta que estamos haciendo es, como el contenido es parte de la vida diaria de nuestra consciencia, y esa consciencia es la acumulación a través del tiempo, puede ese tiempo detenerse, lo que significa, ¿existe un final instantáneo de todas las luchas?, ¿entienden?, de todo. Nosotros decimos que es posible, se lo he mostrado, se lo ha mostrado con ejemplos. Es decir, tener una percepción completa de toda la naturaleza de la consciencia, ¿comprenden? Percepción significa, implica sin ningún motivo, sin ningún recuerdo, tener una percepción instantánea de la naturaleza de la consciencia.. y esa misma percepción disuelve el problema. Lo siento si tienen ¿Han comprendido algo de esto?

De ser así, podemos pasar al siguiente punto, que es, estamos ocupados en medir, ¿no es cierto? Soy alto, soy bajo, debo ser diferente de lo que soy, medir ¿entienden? Lo cual es comparar, seguir un ejemplo, todo nuestro desarrollo tecnológico está basado en medir. Si no medimos, no puede haber avance tecnológico, o sea, el conocimiento es movimiento de medir, lo sé, lo sabré, todo es medible y ese medir se ha trasladado al campo psicológico. Sigán todo esto, señores, ¿lo están entendiendo?

Q: Sí.

K: Obsérve a sí mismo como funciona, puede verlo fácilmente,

siempre estamos comparando psicológicamente, ahora bien, ¿pueden terminar con la comparación, lo cual también significa terminar con el tiempo? ¿de acuerdo? Medir significa medirme con alguien más, querer ser así o no querer ser así, el proceso positivo o negativo es parte de la comparación, de la medición, ¿me pregunto si lo ven? ¿Están cansado?

Q: No.

K: Investíguenlo por sí mismos y lo verán.

Por tanto, ¿es posible vivir la vida diaria sin ninguna comparación? Es necesario comparar dos materiales, el color de un tela con el color de otra tela, pero psicológicamente, internamente, estar libre de comparaciones, por completo, lo cual significa estar libre de medir. Medir es un proceso del pensamiento, entonces, ¿puede

el pensamiento dejar de operar? ¿Entienden todo esto? La mayoría tratamos de detener el pensamiento, tratamos de, eso es imposible, por un segundo pueden decir, 'he detenido al pensamiento', pero esto es forzar, es imponer, es una forma de decir, 'he medido el segundo cuando no estaba pensando'. Lo que estamos preguntado es esa cuestión que toda la gente sería ha investigado y se ha preguntado, '¿puede el pensamiento terminar?' Es decir, el pensamiento surge de lo conocido, ¿siguen?, sin duda, el conocimiento es lo conocido y al ser el pasado, ¿puede ese pensamiento terminar? O sea, ¿es posible liberarse de lo conocido? ¿Entienden mi pregunta? Debido a que siempre operamos desde lo conocido, nos hemos vuelto extraordinariamente hábiles, como imitadores, comparándose, y ese constante deseo de ser algo, ¿no es cierto? Y bien, ¿puede el pensamiento terminar? El pensamiento, cuando es consciente de sí mismo, conoce su limitación y, por tanto, ocupa su lugar. Me pregunto si ustedes ¿están haciendo todo esto mientras hablamos?

Estamos diciendo que el medir, el control, la importancia de los sentidos, el ocupar su justo lugar, todo esto es parte de la meditación.

Estamos diciendo, cuando uno llega a cierto punto los sentidos pueden desarrollarse: percepciones extra sensoriales, porque los sentidos se vuelven extremadamente sensibles, la telepatía, leer el el pensamiento de la gente, control, diferentes formas de clarividencia, etc., pero esas cosas todavía están dentro del campo de los sentidos, ¿no es cierto? Realmente no tienen esa tremenda importancia que el hombre les ha dado, ¿de acuerdo? Me pregunto si lo ven. El orador ha pasado por todo esto, perdonen si digo algo personal, pero uno ha pasado por todo esto y ve el peligro que hay de quedar atrapado en toda esa excitación sensorial, en todo eso, es estúpido; si bien estas cosas realmente existen son irrelevantes.

Ahora nos hacemos otra pregunta: el hombre siempre busca poder, ¿no es así?, los políticos, los sacerdotes, el hombre y la mujer común quieren dominar, quieren controlar, quieren poseer, el poder se ha vuelto sumamente importante. Las dos superpotencias, eso significa poder en manos de unos pocos, dictando lo que otros deben pensar, la Iglesia Cristiana ya hizo esto de manera brillante en una ocasión, los herejes, la tortura, la inquisición y todo eso; controlar al hombre a través de la propaganda, de libros, de palabras, de imágenes, controlándole a través del miedo, del premio y del castigo, cualquier forma de desacuerdo era castigada con la tortura, con la exclusión, con campos de concentración o con la quema, ¿de acuerdo? Esta es la historia de la estupidez del hombre, aunque él lo llame patriotismo, religiosidad. Ahora nos preguntamos, ¿es posible vivir sin ningún sentido de poder? ¿Entienden lo que estoy diciendo? ¿Están siguiendo todo esto, están interesados? Lo que significa, ¿pueden vivir en total anonimato y humildad? Puede que tengan un nombre, pueden escribir un libro, dar charlas como nosotros lo hacemos, ser famosos, célebres, cualquier calificativo que quieran usar, pero detrás de eso no hay nada. Por tanto, dejan de buscar poder a través de la clarividencia, de la telepatía, aunque todo eso puede ser usado por los gobiernos para controlar al capitán de un submarino, están experimentando con todo eso, por el amor de dios, estén atentos a todo esto. ¿Puede uno vivir sin ningún sentido de poder? Como saben, hay una gran belleza en eso, en ser completamente anónimos, mientras todo el mundo está buscando reconocimiento, poder, posición.

Entonces, la siguiente pregunta es, ¿puede el cerebro, por favor escuchen esto, puede el cerebro, que contiene millones y millones de años de pesado condicionamiento, cargado de todo aquello que el hombre ha acumulado durante siglos y, en consecuencia, actuando mecánicamente todo el tiempo, puede ese cerebro liberarse de lo conocido, puede ese cerebro nunca, nunca envejecer, envejecer en el sentido físico? ¿Entienden de lo que estoy hablando? ¿No se hacen estas preguntas? ¿Las hacen? Tal vez lo hagan cuando envejezcan, cuando se vuelvan algo decrepitos, cuando hayan perdido la capacidad de pensar, cuando estén perdiendo la memoria, entonces dirán, 'por dios, me gustaría retroceder y ser otra vez joven, tener una mente vital, joven, una mente resolutive'. ¿No se hacen esta pregunta alguna vez? Ver si este cerebro puede soltar su carga, liberarse y nunca deteriorarse, no digan, 'sí' o 'no', averígüenlo. Eso significa, por favor escuchen si quieren y si están interesados en esto, significa no registrar nunca nada psicológicamente, ¿entienden? ¿Comprenden? Nunca registrar los halagos, los insultos, las diferentes formas de abusos, de



presiones, nada, mantenerse por completo limpio, entonces está joven, inocente, lo que significa un cerebro que nunca es herido, ¿de acuerdo? Eso es inocencia, no conoce la miseria, el conflicto, la pena, el dolor, etc., todo lo que queda registrado en el cerebro, y que en consecuencia, lo hace limitado, viejo, porque evoluciona envejeciendo físicamente. Sin embargo, si no existe grabación alguna psicológica, el cerebro permanece por completo en silencio, extraordinariamente vital. Esto no es una esperanza ni un premio, (risas) o bien lo hacen y lo descubren o sólo aceptan las palabras y dicen, 'qué maravilloso debe ser eso', 'como me gustaría experimentarlo', y pierden toda realidad, mientras que si lo hacen lo descubrirán.

Por tanto, el cerebro, debido a esta percepción de la que ya hemos hablado, en la cual las células cerebrales sufren un cambio, ese cerebro deja de seguir aferrado a los recuerdos, deja de ser el almacén de una amplia colección de antigüedades, ¿entienden? Esto es así.

Seguidamente, también debemos preguntar, ¿existe algo sagrado en la vida? ¿Existe algo sagrado que el pensamiento no haya tocado? ¿Entienden la pregunta? Por favor comprendan la pregunta. Eso que es sagrado, que es santo, que hemos puesto en las iglesias como símbolos, La Virgen María, el Cristo en la cruz, o si van a la India allí tienen sus imágenes particulares, los países budistas también tienen sus propias imágenes, eso que hemos convertido en sagrado, el nombre, la escultura, la imagen, el símbolo, en lugares como las iglesias, templos, mezquitas, etc., aunque en las mezquitas, es obvio que no hay imágenes, sino hermosos textos que igualmente se convierte en imágenes.

Pero la pregunta que hacemos es, ¿existe algo sagrado en la vida? Siendo lo sagrado aquello que es inmortal, eterno, desde eternidad hasta la eternidad, aquello que no conoce ni principio ni fin, ¿comprenden? Eso estamos preguntando, y sólo pueden descubrirlo, -no, no pueden descubrirlo, nadie puede descubrirlo, adviene cuando uno ha descartado todas las cosas que el pensamiento ha convertido en sagradas, las imágenes, los museos, la música, las iglesias y sus creencias, sus rituales, sus dogmas, cuando todo eso se ha comprendido y descartado por completo, no hay sacerdote, no hay gurú, no hay discípulo; entonces, en esa increíble cualidad de silencio pueden descubrirlo, en ese silencio puede advenir algo que el pensamiento no puede tocar, porque ese silencio no es creado por el pensamiento

y uno debe cuestionar, investigar toda la naturaleza del silencio. Existe el silencio entre dos ruidos, el silencio entre dos pensamientos, el silencio entre dos notas musicales, el silencio después del un ruido, el silencio cuando el pensamiento dice, 'debo estar en silencio' y crea un silencio artificial pensando que es un verdadero silencio. Existe silencio cuando se sientan quietamente y obligan a su mente a permanecer en silencio, pero todos estos silencios son artificiales, no son verdaderos, profundos, espontáneos, no premeditados. Nosotros decimos que el silencio psicológico sólo puede llegar cuando no existe ningún registro en absoluto, entonces la mente, el cerebro mismo permanece absolutamente inmóvil y en esa enorme profundidad del silencio que no ha sido provocado, cultivado ni practicado, en ese silencio puede advenir ese extraordinario sentido de algo inmensurable, indescriptible. Todo ese proceso desde principio a fin, a lo largo de estas charlas, es parte de la meditación. Eso es todo.

Q: (inaudible)

K: Lo siento, después de eso no hay más preguntas; espero que volvamos a reunirnos otra vez.

Q: Gracias.