

Jiddu Krishnamurti

En lo psicológico, somos un solo movimiento unitario

From the series:

Charla pública en Ojai, 1980

30 Noviembre 1980

Quinto Charla pública en Ojai, 1980

¿Podemos seguir con lo que decíamos el pasado sábado y domingo? Si puedo señalarlo, esto no es un entretenimiento, algo para entretenerse o estimularse intelectual u emocionalmente. Por favor, no tomen notas, porque no pueden prestar atención a la vez. Espero que no les importe.

Los seres humanos en todo el mundo han sido tiranizados por las instituciones, las organizaciones, los sacerdotes, los gurús, por toda clase de afirmaciones autoritarias y agresivas, por parte de los filósofos, los teólogos, o por nuestra propia idiosincrasia, codicia y ansiedad. Y hemos estado diciendo, durante estas charlas públicas, mañana será la última y luego tendremos preguntas y respuestas, que se hace más y más urgente que los seres humanos, vivan en la lejana Asia, en el mundo occidental o aquí, produzcan en sí mismos una transformación radical, una mutación. Eso es necesario, porque la sociedad, tal como está organizada, establecida, se ha vuelto muy compleja, corrupta, inmoral, y esa sociedad es muy destructiva, conduce a la guerra, a la opresión, a cualquier clase de acción deshonestas. Para producir un cambio ahí, en la sociedad, es necesario que los seres humanos cambien en sí mismos. Y muchos de nosotros no estamos dispuestos a hacerlo. Casi todos confiamos en una institución u organización para cambiar la sociedad, o en algún líder, y estos líderes, generalmente, se vuelven unos tiranos. Recurrimos a los demás para producir ese cambio necesario en la sociedad. Pero nosotros, los seres humanos, somos los responsables de ello; nosotros la hemos creado, la hemos establecido. Nosotros, sea en América, en Europa, en la India o donde vivamos, hemos creado esa sociedad.

Pero, según parece, no somos conscientes de este hecho central de que nosotros, cada uno, somos responsables de lo que sucede en el mundo: el terror, la violencia, las guerras y todo el resto. Para producir un cambio en nosotros, tenemos que observarnos a nosotros mismos. Tenemos que ver exactamente qué somos y no depender de nadie, incluido el orador. Los demás nos han guiado, lo cual es una de las grandes calamidades, por eso nos hemos vuelto del todo irresponsables: irresponsables de nuestros propios actos, de nuestra conducta, de nuestra vulgaridad, etc.

Muchos de nosotros, mucha gente, por lo menos la gente reflexiva, nos damos cuenta de que estamos condicionados por la sociedad, la educación, las varias presiones, incidentes, accidentes e ideas; estamos condicionados por las creencias religiosas, por los filósofos con sus teorías, sea el comunismo o toda esa clase de ideas hiladas por los filósofos. La palabra 'filosofía', de hecho, significa amor a la vida, amor a la verdad. No el amor a las ideas, no el amor a los conceptos teológicos, sino realmente comprender la vida y el amor que surge cuando uno comprende el profundo sentido de vivir. Ese es el verdadero significado de un filósofo.

Estamos condicionados por nuestras propias creencias, las creencias que nos han impuesto y el deseo de estar seguros, de no tener miedo; todo esto genera nuestro condicionamiento, como americano, ruso, hindú, musulmán, árabe, judío, etc. Estamos condicionados. Muchos nos damos cuenta de que estamos condicionados y decimos: 'No es posible cambiarlo; es imposible que la mente, el cerebro por sí mismo se descondicione; por tanto, hay que aguantarlo, modificarlo y continuar así'. Si uno se observa a sí mismo, eso es lo que hacemos. Por favor, me gustaría, si el orador puede, señalar que no estamos haciendo ninguna clase de propaganda. No estamos institucionalizando una creencia en contra de otra, una dependencia en contra de otra. No hay nada que demostrar, porque estamos, ambos, pensando juntos. Todos nosotros, si somos serios, prestamos atención a este hecho: que estamos condicionados, y con este condicionamiento creamos más y más estragos en el mundo, más y más desdicha y confusión. Así que preguntamos, hablando y pensando juntos: ¿es posible que este condicionamiento pueda eliminarse totalmente, erradicarlo, romperlo, cambiarlo, mutarlo, etc.? Estamos pensando juntos; no están, si puedo señalarlo, escuchando al orador para aceptarlo o negarlo. No hay nada que aceptar o negar. Estamos pensando juntos y viendo la necesidad de producir un cambio radical en la sociedad, y ese cambio solo puede suceder de forma total y completa cuando nosotros, los seres humanos, nos transformemos. Esto es un hecho, no un concepto.

Un concepto es meramente una conclusión, oponer una opinión contra otra opinión, una creencia contra otra creencia, y disputar o pelear sobre estos conceptos, ideas, ideales. Aquí tan solo investigamos, miramos, observamos nuestro condicionamiento.

Nuestra consciencia está constituida por su contenido, lo cual de nuevo es un hecho. Nuestras ansiedades, creencias, ideales, experiencias, el contenido, el sufrimiento, el dolor, los recuerdos de las cosas que han sucedido, todo esto, las dudas, la fe, la incerteza, la confusión, todo esto constituye nuestra consciencia. Por favor, estamos hablando, mirando, observando, si queremos, nuestra propia consciencia: la belleza de los árboles, las montañas, la hermosura de los cielos, si no hay contaminación; todo esto es parte de nuestra consciencia. El odio, las decepciones, el éxito, las dificultades que uno sufre a lo largo de la vida; todo ello constituye nuestra consciencia. Su creencia en Dios o la no creencia en Dios, el que acepte a un gurú o no acepte a un gurú, etc.; todo este contenido constituye su consciencia. Puede expandir esta consciencia o restringirla, pero sigue siendo parte de la consciencia, de su contenido.

Como decíamos durante las últimas charlas públicas, ver si es posible que los seres humanos estén totalmente libres del miedo psicológico. El pasado sábado, o el domingo, lo investigamos con mucho detalle. Y si puedo repetirlo brevemente: ¿es el miedo, que todos conocemos, de varias clases, es el miedo 'a las cosas', relacionado con esto o aquello, o es el miedo la misma estructura de la mente? ¿O es el pensamiento quien crea el miedo? Por favor, no estoy afirmando; estamos hablando juntos. La mente, que es todo el movimiento del cerebro, las reacciones, las respuestas de nuestros nervios, todo esto, la mente en sí misma, ¿tiene miedo? ¿O el pensamiento, que es parte de la mente, crea el miedo? ¿Entienden? Estamos haciendo esta pregunta. Y dijimos que, para descubrirlo, uno debe examinar la naturaleza del pensamiento. Todo nuestro proceso del pensar, que surge como reacción del conocimiento, de la experiencia, que se registra en el cerebro. Como el conocimiento siempre es incompleto, ya sea el científico, el que uno adquiere a través de la experiencia o a través de los libros, de estudiar, de explorar, siempre será incompleto. Esto es un hecho. Por tanto, el pensamiento es incompleto, fragmentado, segmentado, divisivo. Y preguntamos: ¿es el pensamiento quien introduce el hecho del miedo?

Dijimos que el pensamiento es tiempo, porque el pensamiento es movimiento y el tiempo es movimiento. O sea, ir físicamente de aquí hasta allá, cubrir esa distancia. Y ese mismo movimiento se traslada al mundo psicológico: 'soy esto, seré aquello', o 'quiero ser eso'. Así, no solo existe el tiempo físico sino también el psicológico. Y ese es el modelo en el cual vivimos; es parte de nuestro condicionamiento. Así que preguntamos, hablando y pensando juntos, si el pensamiento es el factor del miedo. Si es así, ¿puede el pensamiento observarse a sí mismo generando miedo y descubrir..., que la mente descubra que la mente en sí misma no tiene miedo? Ya lo investigamos, pero si es necesario podemos investigarlo de nuevo.

Es decir, el tiempo, el logro; en este millón de años o más nuestro cerebro se ha condicionado, ha evolucionado. Y ese cerebro, esa mente, la mente es parte de eso, está condicionada. Y decimos, nos preguntamos el uno al otro, pensamos juntos, si esa mutación es posible. Esa mutación psicológica tan solo puede suceder cuando uno se observa con mucha atención, sin ninguna distorsión, porque ese es el factor central. Sin ninguna distorsión: ¿es eso posible? Solo es posible cuando no hay ningún motivo: ser algo, cambiar algo, etc. Observar sin distorsión lo que realmente somos, no lo que debemos ser o lo que hemos sido sino lo que somos ahora.

La distorsión sucede cuando al observar aparece el miedo, ya vimos eso el otro día, y si hay alguna clase de placer. Ese es uno de los factores centrales que uno debe comprender, mirar. El placer es una de nuestras fuerzas impulsoras: el placer de poseer, el placer del conocimiento, del logro, del poder, del estatus, del sexo, de seguir a alguien, y el placer de lograr la iluminación, sea lo que sea eso. El placer es una de nuestras actividades centrales, como el miedo. Por desgracia, van juntos. Espero que se observen tal como son, que observen estos dos factores en la vida. No es que el orador se lo esté diciendo; ya saben todo esto. Decimos que, mientras exista el miedo, con todas sus ansiedades, el odio, el antagonismo, etc., la comparación, la conformidad, el imitar, la enorme urgencia de tener más y más placer, el ir detrás de esto es un factor que distorsiona la observación de lo que realmente sucede.

Si observamos según algún psicólogo, filósofo, gurú, sacerdote, alguna autoridad, entonces no estamos observando; observamos según sus conocimientos, según sus investigaciones. Nuestras mentes están tan acostumbradas a aceptar los descubrimientos, las conclusiones de los demás, y con este conocimiento en nuestra mente tratamos de mirarnos a nosotros mismos. Por tanto, no estamos observándonos, sino mirando a través de los ojos de otro. Esta ha sido la tiranía que los seres humanos han seguido durante un millón de años o más.

No decimos que deban reprimir el placer, transformarlo o evadirse de él. Esto es lo que hacen los sacerdotes. Ese modelo, esa idea de reprimir, de evadirse a través de identificarse con algún símbolo, persona o concepto, no soluciona el problema. Tenemos que caminar, investigar, pensar juntos cuál es la naturaleza del placer.

Como dijimos, esto no es un entretenimiento; es algo muy serio. Si no son serios, si quieren tomar el sol o sentarse debajo de este hermoso árbol, háganlo, pero no estarán prestando atención a lo que se dice, y este es un asunto muy serio que afecta toda nuestra vida.

El otro día vimos la naturaleza y la estructura del miedo; juntos vamos de nuevo a observar la naturaleza del placer. ¿Por qué los seres humanos de todo el mundo están condenados a esta cosa? ¿Por qué los seres humanos siempre lo siguen, de diferentes maneras? ¿Entienden? Bien, ¿qué es el placer? ¿Por qué el sexo se ha vuelto tan importante? En este país se escriben libros y libros sobre ello. ¿Es una reacción a la época victoriana? Es como si por primera vez uno lo descubriera. Y en este país, sin ninguna moderación, sin ninguna modestia, - no lo condenamos; lo observamos - el sexo está presente de diferentes maneras. Lo cual es parte del placer. El recuerdo, la imagen, el deseo, etc. El otro día ya investigamos la naturaleza del deseo. No voy a investigarlo ahora, porque no tenemos tiempo.

Siempre está el recuerdo: el recuerdo del placer, de un incidente pasado. Ese incidente ha dejado una marca

en el cerebro, y esa marca es el recuerdo de ese incidente que sucedió, que dio, en ese momento, en ese segundo, un gran deleite. Entonces está el recuerdo y la búsqueda de ello. Así que nuestro cerebro, nuestra mente, es un manojo de recuerdos pasados. Y estos diferentes recuerdos producen el deseo y la búsqueda de placer. Si quieren investigarlo hondamente, lo cual haremos ahora, la mente, que incluye el cerebro, estamos utilizando la palabra 'mente', por favor, tengan eso presente, si puedo explicarlo, la mente es el cerebro con todas sus complejidades y todas sus experiencias acumuladas como conocimiento, la mente es la reacción, las sensaciones físicas; todo eso, la totalidad de todo ello, es la mente. La mente es parte de esa consciencia con todo su contenido.

Entonces, ¿puede el pensamiento, que es el factor del recuerdo, y el recuerdo es un incidente grabado que por un segundo, por un minuto, nos ha producido una sensación que se ha transformado en placer; puede la mente dejar de grabar? ¿Entienden lo que digo? Seguramente no lo han investigado; vamos a hacerlo ahora. Nuestro cerebro es una máquina grabadora. Tiene grabadas todas las experiencias pasadas, los placeres, dolores, ansiedades, heridas, las ofensas psicológicas que uno ha recibido, todo lo creado por el pensamiento. Es decir, recordar, actuar y buscar según ese recuerdo. Pero estamos diciendo: ¿puede el cerebro, puede la totalidad de la mente no dar continuidad a esa grabación? O sea, si tengo un incidente, se acabó; terminar ahí, no grabarlo. Lo investigaré un poco más.

Grabamos desde la infancia las heridas psicológicas que hemos recibido. El dolor causado por nuestros padres, por la educación, a través de compararnos, es decir: uno debe ser como su hermano, debe lograr cierta posición, etc. De modo que como seres humanos estamos psicológicamente heridos. Y si ahora nos cuestionan la forma como vivimos, nuestras creencias, confusión, deseo de poder, por qué seguimos a alguien, si lo cuestionan, nos sentimos heridos. Así, escuchar lo que decimos, preguntamos, y no registrar. Me pregunto si entienden todo esto. No, no, señora; esto es bastante difícil. No, no, no es tan fácil.

No registrar un halago que reciba, una ofensa o un insulto. Y ese registrar es casi instantáneo. Si alguien le dice que es una persona maravillosa, de inmediato lo registra. '¡Oh, qué maravilloso discurso hizo el otro día!' Eso se registra, y de ese registro se obtiene placer; o si dice: 'Fue una charla estúpida', de inmediato se registra y se vuelve una herida, que arrastra durante el resto de su vida, psicológicamente. Estamos diciendo, preguntando, mirando el espejo que se presenta; en ese espejo nos vemos a nosotros mismos sin distorsión. Es decir, estar atento en el momento del halago, en el momento del insulto, en ese segundo cuando alguien dice una palabra cruel o señala nuestras actividades neuróticas; ver el hecho y no registrarlo. Eso requiere estar atento en ese momento. La atención implica eso, y en esa atención no hay un centro desde el cual se esté atento. No investigaré todo esto porque ya lo hicimos el otro día.

Así pues, vemos la naturaleza del placer. No lo investigo más; con ese poco es suficiente, porque tenemos muchas cosas de que hablar juntos.

Así, miedo y placer, y preguntamos: ¿es el amor placer? Investiguen, señoras y señores. ¿Es el amor deseo? ¿Es el amor algo que uno recuerda? ¿Es una imagen que uno ha creado de la otra persona y ama esa imagen? ¿Es eso amor? ¿Puede haber amor si hay conflicto, ambición, la necesidad de éxito? Por favor, investiguen todo esto, mírenlo en sus propias vidas. Conocemos el amor a la naturaleza, a los libros, el amor a la poesía, el amor a esto o aquello, pero estamos hablando de lo psicológico, que es mucho más importante, porque eso distorsiona nuestras vidas, y por tanto distorsiona nuestras actividades y nuestras acciones. Y sin amor no hay nada.

Si somos serios, nos interesa el hecho de que los seres humanos han creado esta sociedad y, a menos que los seres humanos produzcan una transformación psicológica y radical en sí mismos, seguirán sufriendo siglo tras siglo, creando más desdicha a los demás, persiguiendo esa perpetua ilusión llamada Dios, etc., etc.

Así, para descubrir o para dar con esa extraña flor que llamamos amor, no podemos llegar a ella a través de las instituciones, de las organizaciones ni de las creencias. ¿Es el amor placer, deseo, celos? Si no lo es,

entonces, ¿es posible eliminar todo esto sin esfuerzo, de forma natural y fácil? O sea, ¿puede el odio, la violencia, que sin duda no es amor, terminar? No en algún tiempo futuro, no mañana; terminarlo. A medida que escuchan, terminarlo. Ya investigamos la cuestión de que el apego no es amor. Porque el apego genera cualquier clase de antagonismo, dependencia, miedo, etc. Ven todo esto, lo saben, se dan plena cuenta de todo ello, ¡y verlo es terminarlo! No verlo meramente de forma lógica, analítica, sino ver el hecho, todas las consecuencias del apego. Esto está muy claro. Sin embargo, para la mayoría el ver es un análisis intelectual, una explicación verbal, y nos quedamos satisfechos con las explicaciones, sean filosóficas, psicológicas, etc. ¡Es ver qué implica realmente el apego! El dolor que produce, los celos, el antagonismo, ya saben, todas las consecuencias de ese movimiento. Es verlo, en el sentido no solo del ver visual, de la observación óptica, sino también el arte de escuchar este movimiento. Si lo escuchan completamente, termina.

Termina el contenido de nuestra consciencia, que es la esencia misma del 'yo', del ego, del 'mí'. Porque eso es el 'yo'. Los antiguos hindúes de la India decían que el 'yo', el centro, la fuente, la misma esencia está allá; la realidad, Dios, la verdad, está allá; alrededor de eso hay muchas capas de ignorancia y, para liberar la mente de esa variedad de capas, uno debe vivir muchas vidas. O sea, reencarnarse y toda esa historia. Nosotros no decimos eso; decimos que, si vemos el peligro, escuchamos y observamos el peligro, la respuesta es instantánea. Si vemos el peligro de un autobús que nos viene encima, de inmediato nos apartamos, a menos que seamos neuróticos. ¡Tal vez la mayoría lo somos! Pero no vemos el peligro, el enorme peligro del apego, del nacionalismo, de nuestras creencias separadas, de nuestras ideas o ideales separados, etc. No vemos el enorme peligro de eso, que divide al hombre contra el hombre, un gurú contra otro gurú, una parte de una organización religiosa contra otra organización religiosa. Eso sucede en todo este país y en todo el mundo. Si uno ve el peligro, actúa. Pero, por desgracia, no vemos los peligros psicológicos: el peligro del comparar, del apego, de las demandas individuales aisladas. Porque no somos individuos; si lo observan, no lo somos; la palabra 'individuo' significa indivisible, no dividido, no fragmentado. Debido a que nuestras mentes, cerebros, si lo observan con detenimiento, han evolucionado durante milenios y milenios, millones y millones de años, nuestro cerebro no es nuestro; es el cerebro de la raza humana, de la humanidad. Psicológicamente sufrimos, estamos ansiosos, inciertos, confundidos, buscamos seguridad. Eso es exactamente lo que sucede en la India, en todo el mundo. Así que psicológicamente somos uno, un movimiento unitario. Y a través de la educación, de todos nuestros deseos personales, etc., reducimos toda esa vastedad e inmensidad de la mente a nuestras mezquinas peleas de celos y ansiedades.

Y también, si disponemos de tiempo, investigaremos la cuestión de la muerte, del sufrimiento y del dolor. No sé si quieren investigar todo esto, porque es parte de la vida. No pueden decir: 'Bien, no estoy interesado en la muerte, no estoy interesado en el sufrimiento'. Eso sería algo impropio, no realista, y esa mente que lo rehúsa es una mente infantil. Tenemos que investigar todo el problema complejo de la vida. Uno lo comprende de inmediato, toda la estructura, o lo hace por partes y espera comprender así el todo. Señor, por favor, esto no es una reunión de preguntas y respuestas.

También debemos considerar juntos qué es el sufrimiento, por qué los seres humanos de todo el mundo pasan por esta tortura. Si son sensibles, si están atentos, si observan, sufren enormemente. No solo en su propia pequeña parcela, sino que sufren por los seres humanos que no tienen ninguna oportunidad, que no tienen comida, que no reciben educación, que nunca irán en auto, que solo tienen una pieza de ropa. Así como el sufrimiento que el hombre inflige a los animales. Todo este enorme sufrimiento global, producido por las guerras, por la tiranía impuesta por los dictadores, la tiranía y el sufrimiento impuestos por las diferentes doctrinas, etc., ¿por qué la humanidad, los seres humanos, ustedes y los demás, por qué no estamos completamente libres de esto?

Donde hay sufrimiento no hay amor. ¿Cómo podría haberlo? Donde hay deseo, placer, miedo, conflicto, sufrimiento, no puede haber amor. Es muy importante comprender por qué los seres humanos pasan por esto año tras año, siglo tras siglo. No lo reduzcan a cierta clase de tontería romántica; es un hecho real. Cuando pierden a alguien a quien creen que aman, pasan por una gran agonía, o cuando fallan en algo. Todo

esto es un peso tremendo que los seres humanos arrastran y que no sueltan.

¿Terminará el sufrimiento por un acto de la voluntad? ¿Entienden? No pueden decir: 'No sufriré'. Ese mismo acto de la voluntad también es parte del sufrimiento. No pueden escapar de él, aunque corran hacia una iglesia o cualquier clase de evasión de esta enorme carga. En el mundo cristiano se evaden a través de su propia imagen. Los hindúes, siendo más listos en esa clase de juegos, dicen que el sufrimiento se debe a las vidas pasadas, se debe a las fechorías, etc. En primer lugar, ¿por qué no lo hemos resuelto? ¿Por qué los seres humanos, muy hábiles en las cosas técnicas, en matar a los demás, por qué no hemos resuelto esta cuestión? Lo primero es nunca escapar de ello. ¿Entienden? Nunca escapar del sufrimiento psicológico. Si sufrimos físicamente, hacemos algo al respecto: tomamos una pastilla, vamos al médico, etc.

Pero psicológicamente, cuando perdemos a alguien, cuando hay un profundo apego a algo, a una persona, si ese apego se rompe aparecen las lágrimas, las ansiedades, el miedo, el sufrimiento. Y, cuando hay sufrimiento, la respuesta natural o no natural es buscar consuelo. Consuelo en la bebida, en las drogas, en alguna actividad religiosa ritual. La sensación de enorme sufrimiento, las lágrimas, el choque, en ese momento no es posible; uno está en estado de choque. ¿Se han dado cuenta de esto? Pero, a medida que sale de esa sensación, puede durar un día, unas pocas horas, espero que no dure más de un par de días, cuando sale de ello, la respuesta inmediata es encontrar la causa de este sufrimiento, analizarla, lo cual es otra forma de evadirse, porque se escapa de ese factor central de observarlo, de estar con ello. Y, cuando sale de ese choque, el pensamiento empieza: los recuerdos de lo que hicimos juntos, de lo que no hicimos, los remordimientos, el dolor del pasado, la soledad que ahora aumenta, que aflora; todo esto. Mirar eso sin ningún movimiento del pensamiento, porque el pensamiento es el factor central del miedo. El pensamiento también es el factor del placer y de este sufrimiento que la humanidad ha arrastrado durante un millón de años; es parte de toda esa estructura del 'yo', del 'mí'.

Y nosotros decimos cuidadosamente, con precaución, que existe un terminar completamente el sufrimiento. Y solo entonces existe la pasión de la compasión, del amor.

¿Tenemos tiempo esta mañana de investigar la cuestión de la muerte? ¿Qué hora es, señor? Interlocutor: 25 minutos para la una. Krishnamurti: 25 minutos para la una. Como saben, mañana tenemos la última charla pública. Tenemos que hablar de la muerte, que es un problema complejo, y de la naturaleza de la meditación, lo cual es parte de la vida. No la meditación de cinco minutos cada mañana, cada tarde o cada atardecer, sino la meditación que es todo el movimiento de la vida, no separada de la acción, de nuestra acción cotidiana. Tenemos que investigar la naturaleza de la muerte, de la acción y de la meditación.

Como saben, señoras y señores, puede que al escuchar todo esto el orador les estimule o sientan antagonismo hacia él porque les inquieta, rompe con las propias vanidades, muestra los propios mequetruques y pequeños placeres, y uno mismo se ve reflejado en el espejo que el orador pone frente a ustedes, pero todo esto tiene muy poco sentido a menos que actúen. Pero la acción es algo muy complejo; no es solo decir: 'Hago lo que quiero'. Eso es lo que hacen ahora: dar una respuesta inmediata a sus deseos, meditación inmediata e iluminación inmediata. ¿Qué tontería es todo esto! Eso es lo que algunos psicólogos y otros dicen: 'Haga lo que quiera'. Y lo que quieren, lo que han hecho es crear esa terrible sociedad en la cual vivimos. Ese es el principio de la degeneración. En este hermoso clima, en este hermoso país, está sucediendo una rápida degeneración de la que muy pocos nos damos cuenta. Antes de llegar a la madurez ya hemos degenerado. Ni siquiera llegamos a eso.

Todas estas charlas públicas, las preguntas y respuestas, tienen muy poco sentido a menos que aprendamos el arte de escuchar, de escucharse a uno mismo sin ninguna agitación, distorsión, sin falsas respuestas; solo escucharse a uno mismo. Y también está el arte de ver, de observarse a uno mismo. Uno no puede observarse con sus experiencias pasadas; tiene que observarse tal como es, al actuar. Entonces está el arte de aprender, que no es acumular conocimiento ni información. Todo este asunto del vivir es muy complejo; uno debe

observar todo el movimiento de la vida. Tal vez mañana debamos investigar la muerte, la acción y la meditación.