

Jiddu Krishnamurti

Meditación, una cualidad de atención penetrante

From the series:

Vivir de una manera completamente diferente

Lunes 18 Febrero 1974

Decimoséptimo Conversación con Dr. Allan W. Anderson

A: Sr. Krishnamurti, en nuestro último diálogo, casi alcanzamos el punto de la meditación. Y espero que hoy podamos compartirlo juntos.

K: De acuerdo, señor. Señor, no sé si conoce las diferentes escuelas de meditación que hay, en la India, en Japón, en China; el Zen y las diversas órdenes contemplativas cristianas, aquellas que rezan sin parar día tras día, y aquellas que esperan para recibir la gracia de Dios, o como lo llamen. Creo, si puedo sugerirlo, que no deberíamos empezar con cuál es el tipo correcto de meditación, sino con qué es la meditación. Entonces podremos avanzar e investigar juntos, y por tanto compartir juntos esta cuestión de la meditación. Esa palabra significa ponderar, unir, abarcar, considerar muy profundamente; todos esos significados están incluidos en la palabra 'meditación'. Podríamos empezar diciendo que no sabemos realmente qué es la meditación.

A: Muy bien.

K: Si aceptamos la meditación ortodoxa, tradicional, cristiana, hindú, budista, y, por supuesto, hay una meditación en el Islam con los sufís; si aceptamos esto, todo se basa en la tradición, en lo que otros han experimentado, y han establecido un método o un sistema para practicar lo que han conseguido. Así que existen miles de escuelas de meditación. Proliferan en este país: meditar tres veces al día, pensar en una palabra, un eslogan, un mantra. Para eso, pagan 35 o 100 dólares, y entonces consiguen una palabra en sánscrito o en griego, y repiten, repiten y repiten. Están también todas aquellas personas que practican varias formas de respiración. Está la práctica del Zen. Y todo eso es una forma de rutina, una práctica que, esencialmente, embota la mente. Porque si uno practica, practica y practica, la mente se vuelve mecánica. Yo nunca he hecho ninguna de estas cosas, porque si puedo hablar un poco de mí mismo...

A: Por favor, adelante.

K: ...he observado, he mirado, he participado en grupos de varias clases, solo para mirar. Y dije: 'Eso no es'. Lo descarté instantáneamente. Así, si pudiéramos descartar todo esto: la meditación hindú, la budista, la cristiana y todas las diferentes meditaciones importadas por los gurús de la India, y la contemplación, todo esto, como la continuidad de una tradición que consiste en lo que otros han dicho, han experimentado, sus experiencias de iluminación, etc. Si pudiéramos descartar totalmente todo esto: sus métodos, sus sistemas, sus prácticas, sus disciplinas; porque todos ellos dicen que la verdad, Dios o como lo llamen es algo que está allí, y uno practica para llegar a ello. Según ellos, es un punto fijo. Obviamente, debe ser fijo: si con la práctica puedo llegar a ello, debe ser algo fijo.

A: Sí, claro. Sí, entiendo.

K: Sin embargo, la verdad no es estática; no es algo muerto.

A: No, está claro.

K: Por tanto, se trata de descartar realmente todo esto y preguntar qué es la meditación, no cómo meditar. Al hacernos esa pregunta, ¿qué es la meditación?, empezaremos a descubrir, a meditar por nosotros mismos. No sé si...

A: Sí, lo expone muy claro. Una vez más, hemos vuelto a la distinción entre una actividad cuya meta está más allá de la actividad y una actividad...

K: ...en sí misma.

A: ...cuya meta es inherente a sí misma.

K: Sí, señor.

A: Sí.

K: ¿Podríamos, entonces, empezar diciendo que no sabemos qué es la meditación?

A: Sí, estoy dispuesto a empezar con eso.

K: Es realmente maravilloso si uno empieza a partir de ahí; genera un enorme sentido de humildad.

A: Uno también intuye, aunque de lejos, cierta libertad.

K: Sí, exacto: el no saber. Es un tremendo reconocimiento de libertad del conocimiento y de las tradiciones establecidas, de los métodos, las escuelas y las prácticas establecidas.

A: Exacto.

K: Empiezo a partir de que no sé. Eso tiene, para mí, una gran belleza; entonces puedo moverme con libertad. Puedo fluir o deslizarme en la investigación. De modo que no sé. A partir de ahí podemos empezar. En primer lugar, ¿está la meditación separada del vivir diario? La conducta diaria, los deseos de realización, la ambición, la codicia, la envidia, la competitividad, la imitación, el conformismo, los apetitos sensorios, sexuales, intelectuales, etc. ¿Está la meditación separada de todo esto? ¿O la meditación fluye a través de todo esto, abarca e incluye todo esto? De lo contrario, la meditación no tiene ningún sentido. ¿Entiende?

A: Sí, entiendo. Eso suscita una pregunta interesante. Tal vez pueda ayudarme a clarificar eso. Personalmente, nunca he intentado meditar según algún ritual tradicional o...

K: ...monástico.

A: ...monástico o un planteamiento metódico y radical. He leído con bastante interés las literaturas que han emanado de estas prácticas. Y pienso, por ejemplo, en lo que he entendido en mis estudios de lo que

llamamos la tradición quietista, donde la llamada oración de Jesús es pronunciada por los monjes, particularmente en el Monte Athos: 'Señor, Jesucristo, ten piedad de este pecador'. Eso se repite una y otra vez con la esperanza de que algún día se vuelva tan automático que tal vez, como dicen los psicólogos, el inconsciente se haga dueño de ello, de forma que, haga lo que haga, esté totalmente centrado en esa plegaria. Afirman que cuando esto se alcanza, cuando ya no tengo que pronunciar esa oración, la oración se pronuncia a sí misma en mí.

K: Pasa lo mismo, señor, en la India con los mantras. ¿Los conoce, verdad?

A: Sí.

K: Repetir una frase o una palabra, primero en voz alta y luego en silencio. Entonces entra en el ser de uno y el sonido sigue por sí mismo.

A: Sí.

K: Y desde ese sonido uno actúa, vive. Pero es todo una autoimposición para llegar a cierto punto. Por ejemplo, en la oración que acaba de repetir: el pecado. No acepto el pecado; no sé qué es el pecado.

A: Puedo imaginar el horror en el rostro de aquellos que escuchen estas palabras.

K: Eso quiere decir que están condicionados según la creencia de que Jesús existe, de que el pecado existe, de que deben lograr el perdón, etc. No es más que perpetuar una tradición.

A: Personalmente, eso me dice mucho. La base de la decisión que tomé hace años de no hacer ninguna de estas cosas tiene que ver con su afirmación anterior, que uno espera que de esta palabra o de estas palabras...

K: De respirar, todo esto.

A: Uno espera que eso penetre su ser. Y la pregunta que me surgió entonces, y quisiera aclarar si piensa que esa pregunta era correcta, lo que surgió en mi mente fue si la misma afirmación, se trate de un mantra o de la oración de Jesús, es, en sí misma, una expresión limitada.

K: Totalmente.

A: Por tanto, ¿no hay algo extraño ahí?

K: Sí.

A: Si obtengo algo que vale la pena conseguir, sería más bien a pesar de ello y no a causa de ello. Eso quizá era pensar sobre el pensamiento. Pero no sentí eso entonces; pensaba que era una respuesta intuitiva. Por eso simplemente no seguí con ello. Sí, por favor, siga.

K: Correcto, señor. Mire, todo eso implica que hay un camino hacia la verdad: el camino cristiano, el hindú, el Zen, los diferentes gurús, los sistemas; hay un camino hacia la iluminación, hacia la verdad o hacia lo inconmensurable; hacia una cosa u otra. Y está allí; todo lo que uno debe hacer es seguir y seguir caminando, caminando hacia ello. Eso significa que eso está establecido, fijo, es estático, no se mueve, no está vivo.

A: Me vino a la mente ese texto bíblico en el cual se describe a Dios como la lámpara a mis pies y la luz de mi camino. No dice que es el camino, sino más bien que es la lámpara...

K: ...del camino, sí.

A: Exacto. Como una lámpara a los pies y una luz del camino, pero no dice que Dios es el camino. Eso es muy interesante.

K: Mucho.

A: Pero tal vez nadie se fija mucho en estas palabras.

K: Mire, señor, cómo lo está mirando. Ve la verdad de esa afirmación; la siente, la capta.

A: Sí, sí.

K: Eso por una parte. ¿Cubre la meditación todo el campo de la existencia, o es algo totalmente separado de la vida? Siendo la vida los negocios, la política, el sexo, el placer, la ambición, la codicia, la envidia, la ansiedad, la muerte, el miedo; todo eso es mi vida, el vivir. ¿Está la meditación separada de eso o lo abarca todo? Si no lo abarca, entonces la meditación no tiene sentido.

A: Estoy pensando algo que seguro que se consideraría una total herejía. Pero las mismas palabras de Jesús: 'Yo soy el camino, la verdad y la vida', si se comprenden en el contexto de lo que se ha revelado en nuestros diálogos, toman, en relación a otra cosa que dijo, un significado muy diferente al que nos enseñaron. Por ejemplo, cuando le pregunta a Pedro quién es él, es decir, '¿Quién soy, Jesús?', y Pedro responde: 'Eres el Cristo, el hijo del Dios viviente', Jesús de inmediato responde: 'Esto no te lo ha revelado ni la carne ni la sangre, sino mi Padre, que está en los cielos', quien, dijo en otra ocasión, es uno con él y él es uno con el Padre. Entonces ora para que los discípulos sean uno con él, tal como él es uno con el Padre, para que todos sean Uno. Seguramente lo que voy a decir, teológicamente, se vería como algo fantástico: cuando Jesús dice: 'Yo soy el camino, la verdad y la vida', si eso se ve en el contexto de ese 'uno' como una acción, entonces todo el asunto cambia totalmente. ¿No cree?

K: Sí.

A: Voy a seguir asimilando esto con rigor durante un largo tiempo. Por favor, siga.

K: Si está separada de la vida, la meditación no tiene ningún sentido. Solo es un escape de la vida, un escape de las dificultades y desdichas, los sufrimientos y las confusiones; por tanto, ni siquiera vale la pena tocarla.

A: Exacto.

K: Si no es eso, y para mí no lo es, ¿qué es la meditación, entonces? ¿Entiende? ¿Es un logro, la consecución de una meta, o es un perfume, una belleza que impregna todas mis actividades y, por tanto, tiene enorme significado? La meditación tiene enorme significado. Así, la siguiente pregunta es: ¿Es la meditación el resultado de una búsqueda? Unirme a un grupo Zen, luego a otro grupo, ¿entiende?, un grupo tras otro, practicar esto, aquello, o no practicar, tomar votos de celibato o de pobreza, no hablar, ayunar, para conseguir aquello. Para mí, todas estas cosas son totalmente innecesarias, porque lo importante es ver, como decíamos ayer, lo falso. No es juzgar lo falso como verdadero o falso, sino que la misma percepción revele la verdad o la falsedad. Tengo que mirarlo; mis ojos tienen que mirarlo sin prejuicios, sin reacciones. Entonces puedo decir: 'Eso es falso; no lo tocaré'. Por eso no lo toco. Me han dicho: 'Usted no tiene idea'. Me han dicho: 'Debería...'. He respondido: 'No haré nada'. Para mí eso es falso porque no incluye la propia vida.

A: Sí

K: ¡No han cambiado!

K: Aunque digan 'Estoy lleno de amor, de la verdad, de conocimiento, de sabiduría', yo digo: 'Todo eso son tonterías. ¿Se portan bien? ¿Están libres de miedo, de ambición, de codicia, de envidia, del deseo de éxito en cualquier terreno? Si no lo están, solo es un juego; ustedes no son serios'. Podemos avanzar a partir de ahí.

A: Sí.

K: La meditación incluye todo el campo de la existencia, el campo artístico o el de los negocios, porque, para

mí, la división entre artista, ejecutivo, político, sacerdote, erudito, científico, ya sabe cómo hemos fragmentado las profesiones; para mí, como los seres humanos están fragmentados, y ésta se manifiesta en... negocios, ciencia, el erudito, el artista, ¿entiende?

A: Sí, sí. Pensaba en lo que sucede en la universidad en relación con esto. Siempre nos decimos unos a otros como académicos: 'Por el amor de Dios, encontremos un principio ordenado que reúna todo esto en cierta clase de integración, de modo que el estudiante realmente pueda sentir que está haciendo algo con sentido, y no solo añadir otro vagón de mercancías al largo tren que ni siquiera ve.

K: Correcto, correcto.

A: Sí.

K: La meditación debe ser, o es, cuando niega todos estos sistemas, métodos, gurús, autoridades; se convierte en una cuestión religiosa.

A: Sí, profundamente religiosa.

K: Profundamente religiosa.

A: Oh, sí.

K: Y bien, ¿qué lugar tiene un artista no solo en la estructura social, en su expresión de lo religioso? ¿Entiende? ¿Qué es un artista, señor? ¿Es algo separado de la vida diaria? La belleza de vivir, la cualidad de una mente que es realmente religiosa, ¿entiende? ¿Es parte de esto o es un fenómeno alejado de esto? Como el artista tiene ciertos talentos, la expresión de este talento se vuelve muy importante para él y para la gente.

A: En nuestra cultura, a menudo esa expresión del talento le genera conflicto con ciertos convencionalismos.

K: Y también cuando ese conflicto se expresa en él mismo.

A: Desde luego. Sí, en la civilización occidental tenemos una tradición del artista como un ser aparte.

K: Sí, ajeno. Pero es mucho más sensible, está mucho más atento a la belleza, a la naturaleza; pero, aparte de esto, es una persona corriente.

A: Sí, por supuesto. Sí.

K: Para mí, eso es una contradicción. Primero sea un ser humano total, y luego cualquier creación, cualquier cosa que haga será hermosa, cualquier cosa que pinte o haga. No dividamos al artista en algo extraordinario, o al hombre de negocios en algo feo. Llamémoslo simplemente vivir en el mundo del intelecto, o el científico en el mundo de la física, etc.; pero primero debe ser un ser humano, ¿entiende, señor? Un ser humano en el sentido de comprender totalmente la vida, la muerte, el amor, la belleza, la relación, la responsabilidad, no matar; todo está implicado en el vivir. Así, establece una relación con la naturaleza. Y la expresión de esa relación, si es total, saludable, es creativa.

A: Eso es muy diferente de lo que muchos artistas entienden como su labor. Especialmente en los tiempos modernos, los artistas tienen la idea de que reflejan, en cierto sentido, la fragmentación de su época.

K: Así es.

A: Y así, lo que expresan sostiene la fragmentación como un espejo ante nosotros, lo cual solo refuerza esa fragmentación.

K: Así es.

A: Sí, entiendo.

K: Mire, la meditación abarca todo el campo de la existencia. La meditación implica estar libre de métodos, sistemas, porque uno no sabe qué es la meditación. Empiezo por ahí.

A: Sí.

K: Por tanto, empiezo con libertad y no con sus cargas.

A: Esto es maravilloso. Empezar con libertad y no con sus cargas. Esto de reflejarnos la fragmentación, desde esa perspectiva, no es otra cosa que una especie de periodismo.

K: Sí, de periodismo.

A: ¿Verdad? Sí, claro.

K: Propaganda.

A: Desde luego, sí.

K: Por tanto, una mentira. Entonces, descarto todo esto; no tengo cargas. Así, la mente está libre para investigar qué es la meditación.

A: Maravilloso.

K: Yo lo he hecho, ¿entiende, señor? No es una afirmación verbal; no digo nada que no haya vivido.

A: Oh, esto es algo obvio para mí desde que estoy sentado aquí conversando con usted.

K: No lo diría; eso es hipocresía. No me interesa todo esto. Me interesa seriamente ver qué es la meditación. Así que uno empieza con esa libertad, y libertad significa liberar la mente, que ella misma se vacíe de las cargas de otros, de sus métodos, sus sistemas, de aceptar la autoridad, de sus creencias, sus esperanzas, porque todo esto es parte de mí. De modo que descarto todo eso y empiezo diciendo que no sé qué es la meditación. Empiezo; eso significa que la mente tiene esa gran humildad. No lo sé y no lo pregunto; si lo hago, ¿entonces alguien lo va a llenar!

A: Exacto.

K: Libros, eruditos, profesores, psicólogos que vienen y dicen: 'No sabe, yo sé; se lo mostraré'. Y yo respondo: 'No, por favor; yo no sé nada y usted tampoco, porque repite lo que otros han dicho'. De modo que descarto todo esto y empiezo a investigar; estoy en posición de investigar, no de conseguir un resultado, no de llegar a lo que ellos llaman iluminación. Nada. No sé si la iluminación existe o no. Empiezo con este sentimiento de enorme humildad, de no saber; así, la mente es capaz de investigar realmente. Así que investigo. Primero, miro mi vida, porque al principio dije que la meditación abarca todo el campo de la vida. Mi vida, nuestra vida, es primero el vivir consciente diario. Lo examino, lo observo, veo si hay alguna contradicción, etc.; ya hemos hablado de esto. Y también está la cuestión del dormir. Me voy a dormir, ocho, nueve, diez horas; ¿qué es dormir? Empiezo sin saber, no con lo que otros dicen, ¿entiende, señor?

A: Sí, entiendo.

K: Estoy investigando en relación con la meditación, que es el verdadero espíritu de la religión. Es decir, estoy reuniendo toda la energía para ir de una dimensión a otra totalmente diferente. Eso no significa separarme de esta dimensión.

A: No, no es como aquellos monjes que subían la montaña.

K: Yo subí aquellas montañas.

A: Sí.

K: Y bien, ¿qué es dormir? ¿Y qué es despertarse? ¿Estoy despierto, o solo estoy despierto cuando hay una crisis, un choque, un reto, un incidente, una muerte, un rechazo, un fracaso? ¿Entiende? ¿O estoy despierto todo el tiempo durante el día? ¿Qué es estar despierto? ¿Me sigue, señor?

A: Sí, le sigo. Como dice que la meditación debe penetrar, es obvio que estar despierto no puede ser esporádico.

K: Exacto; no puede ser esporádico, no puede ser algo estimulante.

A: No se trata de experiencias culminantes.

K: No, no. Cualquier forma de estimulación, externa o interna, significa que está dormido y necesita un estimulante, ya sea el café, el sexo o un tranquilizante. Todos ellos le mantienen despierto.

A: Un choque para dormir y otro para despertarse.

K: Así que, al investigar, pregunto: ¿estoy despierto? ¿Qué significa estar despierto? No despierto a los sucesos políticos, económicos y sociales; eso es obvio, sino despierto. ¿Qué significa eso? Si llevo cualquier carga, no estoy despierto. ¿De acuerdo, señor? No se está despierto cuando hay cualquier clase de miedo. Si vivo en una ilusión, si mis acciones son neuróticas, no estoy despierto. Estoy investigando, y solo puedo hacerlo si soy muy sensible a lo que sucede dentro y fuera de mí. Así, ¿está la mente despierta durante el día a todo lo que sucede dentro y fuera de uno?

A: A cada instante.

K: Exacto. De lo contrario, no estoy despierto.

A: Justo estaba pensando en algo que siempre me ha maravillado. En casa tenemos algunos pájaros y también una gata.

K: Sí.

A: Pero se aman unos a otros. Los pájaros no revolotean en la habitación con la gata, pero ella los vigila. Cuando los pájaros se van a dormir, la gata entra en esa habitación y está con ellos; puede estar una o dos horas; los observa. Parece como si sintiera que debe cuidar de los pájaros. Durante el día, a menudo veo que la gata se sienta y observa a los pájaros con enorme intensidad, y la reacción común es: '¿No los has visto antes?' ¿Qué es esa intensidad permanente? Pero ella sigue mirando.

K: Así es, señor.

A: Sus ojos, como joyas, siempre tienen esa...

K: ...claridad.

A: ...intensidad y claridad, más pura que una llama. Y nunca para. Y cuando la gata duerme, lo hace de verdad, sí. Cuando me preguntó qué es dormir, tiene que haber relación con el asombro que sentimos por esa habilidad de la gata para dormir plenamente; y cuando se despierta está completamente despierta.

K: Exacto, señor. Por tanto, al preguntar e investigar qué es dormir, también debo preguntar qué es estar despierto. ¿Estoy despierto, o el pasado está tan vivo que dicta mi vida en el presente? Y, por tanto, estoy dormido.

A: ¿Podría repetirlo? Es muy importante.

K: No sé cómo... Lo diré de otra manera. ¿Estoy despierto? ¿Tiene mi mente la carga del pasado? Si lleva esa carga, no estoy despierto al presente.

A: No estoy despierto al presente, exacto.

K: No estoy despierto mientras hablo.

A: Así es.

K: Porque hablo desde el trasfondo de mi pasado, de mis experiencias, fracasos, heridas, depresiones. Por tanto, el pasado domina y me duerme en el presente.

A: Me duerme. Es una droga.

K: Una droga. Por tanto, ¿qué debo hacer con el pasado?

A: Sí, entiendo.

K: El pasado es necesario.

A: Por supuesto, todo el campo del conocimiento.

K: Conocimiento. El pasado es necesario. Pero cuando el pasado anula el presente, entonces estoy dormido. Y bien, ¿es posible conocer el pasado y no permitir que anule el presente? Esa pregunta y su realidad genera su propia disciplina. Así que digo: 'Sí, sé lo que significa; puedo vivir, puedo estar despierto totalmente, ampliamente, y aun así funcionar en el campo del conocimiento'. En eso no hay contradicción. No sé si lo transmito con claridad.

A: Oh, sí, lo hace.

K: Los dos se mueven en armonía. Uno no se queda detrás del otro. Uno no contradice el otro. Hay equilibrio.

A: Lo que veo aquí, si le entiendo correctamente, es que, por un lado, tenemos el conocimiento, que es necesario para las cosas prácticas.

K: Desde luego.

A: Y, por el otro lado, tenemos el ver, el comprender. Y el acto de la meditación es el nexo...

K: Exacto, señor.

A: ...entre ambos, de modo que no hay interrupción en el fluir de la actividad del comprender y el conocer.

K: Eso es parte de la meditación.

A: Claro.

K: ¿Entiende?

A: Sí.

K: Mire lo que sucede. ¿Qué es dormir? Ahora he comprendido qué significa estar despierto; significa que estoy observando, estoy atento, me doy cuenta sin elección; dándome cuenta sin elección, mirando, observando, escuchando lo que sucede dentro y fuera, lo que la gente me dice, tanto si es un halago o un insulto; estoy observando. Así, estoy muy atento. Ahora bien, ¿qué es dormir? Sé qué es dormir: descansar, cerrar los ojos, ir a la cama a las 9, a las 10 o más tarde. ¿Qué es dormir? Y cuando se duerme, se sueña, ¿qué son los sueños? No sé qué dicen los demás; no me interesa lo que dicen, ¿entiende, señor? Porque investigo para descubrir si la meditación abarca todo el campo de la vida, no solo un segmento.

A: Investigo a partir del punto en que digo: 'No sé'.

K: No sé, exacto. De modo que sigo. Sueño, hay sueños; ¿qué son los sueños? ¿Por qué debería soñar? Debo descubrir por qué sueño. ¿Qué son los sueños? Los sueños son la continuación de mi dormir durante el día. No he comprendido... Mire lo que sucede: No he comprendido mi vida diaria. Miro mi vida diaria y mi vida diaria está en desorden, por eso cuando me acuesto ese desorden sigue, y el cerebro dice: 'Debo poner orden; si no, no puedo funcionar'. Si la mente no puede poner orden durante el día, el cerebro trata de poner orden durante la noche.

A: A través de los sueños.

K: A través de los sueños, de las insinuaciones. Cuando despierto, digo: 'Sí, tengo la sensación de que debo hacer eso'. Observe lo que sucede. Cuando la mente está despierta durante el día, tiene orden, pone orden, en el sentido del que hemos hablado antes.

A: Sí, esa sensación de orden.

K: Orden que surge de la comprensión del desorden. Negar el desorden es orden, no seguir un plan trazado o un modelo; todo esto es desorden. Así pues, durante el día, la mente, el cerebro pone orden; así, cuando duermo, el cerebro no se esfuerza para poner orden en sí mismo para tener estabilidad. Por tanto, el cerebro descansa.

A: Lo veo. En consecuencia, el cerebro se aquieta, duerme sin sueños. Puede tener sueños superficiales, si uno come mal; ya sabe, todas estas cosas, pero no hablo de esto. Así, dormir significa regenerar el cerebro. No sé si lo entiende.

A: Sí, entiendo. Me pregunto si podría preguntarle algo sobre los sueños que podría aportar una distinción entre los sueños en cuanto a su naturaleza. A veces relatamos que hemos tenido un sueño que muestra un acontecimiento futuro.

K: Eso es otra cosa.

A: Es por completo diferente de lo que dice.

K: Señor, creo que es muy simple verlo. Mire, el otro día subíamos unas colinas en la India, y en la parte de abajo fluía un río. Dos barcos navegaban en direcciones opuestas, y uno sabía dónde se cruzarían. Cuando está a suficiente altura, puede ver los barcos cruzarse en un punto preciso.

A: Pero eso es muy objetivo; no tiene nada que ver con mi subjetivo e inconcluso tema.

K: No.

A: Que es la otra cosa que usted decía.

K: Exacto.

A: Sí, lo veo. Qué asombroso sería tenerlo todo solucionado al ir a dormir, y si el orden le da a uno...

K: Sí, señor.

A: ...una comprensión...

K: Por supuesto.

A: ...entonces la comprensión nunca se para durante el día o al dormir.

K: Exacto.

A: Sí, está claro. Es maravilloso.

K: Por tanto, mire, de esa forma el cerebro se regenera, se mantiene joven, sin conflicto. El conflicto desgasta el cerebro. Así, dormir no solo significa orden, rejuvenecimiento, inocencia, sino que en el dormir también hay estados en donde hay libertad absoluta para investigar, para ver algo que nunca antes se ha visto con los ojos físicos.

A: Sí.

K: Así es.

A: Sí.

K: De modo que lo hemos descrito suficientemente. Lo veo. Por tanto, ¿vive la mente esa clase de vida durante el día?

A: Sería poco común.

K: De lo contrario no es meditación.

A: Claro, claro.

K: Y no quiero jugar un juego hipócrita, porque no engaño a nadie. Me engaño a mí mismo y no quiero engañarme. No veo el sentido en engañarme a mí mismo, porque no quiero ser un gran hombre, un hombre con éxito. Todo eso es muy infantil. Así que pregunto: ¿vivo así? Si no, ¿qué sucede? Tengo la energía para vivir así porque no arrastro la carga de otros. No sé si...

A: Es extraordinario. Me recuerda la historia de un espadachín y sus tres hijos. Era un hombre mayor, un espadachín del viejo Japón. Y quería transmitir la responsabilidad de su arte a sus hijos. De modo que pidió a cada uno que entrara en su habitación, porque quería hablarles y así decidir.

K: Bien, bien.

A: Era un hombre que dominaba muy bien la espada, pero también era un hombre comprensivo. Sin que lo supieran, puso una pelota en el dintel de la puerta, y cuando cruzaron, como es obvio, no lo sabían. Primero llamó al más joven, y, cuando entró, el padre lo había preparado para que la pelota cayera, y, al caer la pelota, el hijo, con un rápido movimiento de espada, la cortó en dos. El padre le dijo: 'Por favor, espera en esa otra habitación'. Entró el segundo hijo; la pelota cayó encima de su cabeza, pero, justo al tocar su cabeza, la atrapó con sus manos. El padre le dijo: 'Por favor, espera en la otra habitación'. Cuando entró el hijo mayor, abrió la puerta, y a medida que se abría alargó la mano y agarró la pelota. El padre les llamó a todos, y al menor le dijo: 'Muy brillante; dominas la técnica, pero no comprendes nada'. Al segundo le dijo: 'Bueno, casi lo lograste; sigue así'. Y al mayor le dijo: 'Ahora puedes empezar'. ¡Imagínese! Es como la palabra 'prajna', que significa... 'pra' antes, 'jna' saber: saber con anticipación; no es que hagamos una predicción basada en el estudio de ratas en un laboratorio, sino que comprender está...

K: Sí, señor.

A: ...delante y detrás en el movimiento total de ese único acto. Oh, sí, por supuesto.

K: De modo que veo esto, porque no separo la meditación del vivir diario. De lo contrario no tiene sentido. Veo la importancia del orden durante las horas del día y, por tanto, libero al cerebro del conflicto, de todo eso, cuando duermo, y así el cerebro descansa completamente. Esa es una cosa. Entonces, ¿qué es el control? ¿Por qué debo controlar? Todos hablan de control; todas las religiones hablan de control: controlar, no tener deseos, no pensar en uno mismo. ¿Entiende? Todo esto. Eso es lo que dicen. Y me digo a mí mismo: ¿puedo vivir sin controlar? ¿Entiende, señor?

A: Oh, sí, entiendo. Uno debe hacerse esta pregunta desde buen principio.

K: Es lo que estamos haciendo.

A: Sí, mi afirmación es una reflexión; solo es un espejo, sí.

K: Sí. ¿Es posible vivir sin control? ¿Porque, qué es el control, y quién es el controlador? El controlador es lo controlado. Cuando digo: 'Debo controlar mi pensamiento', el pensamiento crea al controlador, y el pensamiento controla al pensamiento; no tiene sentido. Un fragmento controla a otro fragmento; por tanto, siguen siendo fragmentos. Así que pregunto: ¿existe una manera de vivir sin control? Por tanto, sin conflicto, sin opuestos. No un deseo contra otro deseo, un pensamiento contra otro pensamiento, un logro contra otro logro. Es decir, no control; ¿es eso posible? Debo descubrirlo, ¿entiende? No se trata de preguntárselo y luego olvidarse. Ahora tengo energía, porque ya no llevo las cargas ajenas. Tampoco llevo mis propias cargas, porque sus cargas son mis cargas. Si descarto unas, descarto las otras. De modo que tengo energía, y me pregunto si es posible vivir sin control. Eso es algo tremendo; debo descubrirlo, porque las personas que controlan han dicho que a través del control uno alcanza el nirvana, el cielo. Para mí eso es falso, totalmente absurdo. Así que pregunto: ¿puedo vivir una vida de meditación libre de todo control?

A: Cuanto interviene la inteligencia, tal como vimos antes, entonces con esa inteligencia hay orden, y ese orden...

K: La inteligencia es orden.

A: La inteligencia es ese orden. Ver es actuar.

K: Actuar, sí.

A: Por tanto, no hay ningún conflicto.

K: Así, ¿vivo una vida, no solo si es posible; vivo una vida así? Tengo deseos: veo un auto, una mujer, una casa, un hermoso jardín, ropas elegantes o lo que sea; de inmediato surgen todos los deseos. No tener conflicto y aun así no ceder al deseo. Si tengo dinero, voy y lo compro, lo cual es obvio, pero esa no es la respuesta. Si no tengo dinero, digo: 'Lo siento, no tengo dinero; algún día lo tendré, entonces regresaré y lo compraré'. Es el mismo problema; el deseo está ahí. Ver, contactar, sentir y desear. Ahora el deseo está ahí, y cortarlo es reprimirlo. Controlarlo es reprimirlo. Ceder a él es otra forma de fragmentar la vida en ganancias y pérdidas. Se trata de que el deseo florezca sin controlarlo, ¿entiende, señor?

A: Sí, entiendo.

K: Así, el mismo florecer es el fin del deseo. Pero, si lo corta, brotará de nuevo.

A: Sí, es la diferencia entre terminar o consumir algo.

K: Sí, correcto. Permitir que el deseo florezca, observarlo. Mirarlo, no ceder ni resistir, solo dejarlo florecer, estar totalmente atento a lo que sucede; entonces no hay control.

A: Ni desorden.

K: No, claro. En el momento en que controla, hay desorden; reprime o acepta, y eso es desorden. Permitir que florezca y observarlo, observarlo en el sentido de estar totalmente atento: los pétalos, las sutiles formas del deseo de poseer, de no poseer; poseer o no poseer es placer; ver todo el movimiento del deseo.

A: Exacto.

K: Uno tiene que ser muy sensible, observar con sensibilidad, sin elección alguna.

A: Esa imagen a la que metafóricamente se ha referido como la planta, ¿podríamos seguir con ello en nuestro próximo diálogo, continuando con el interés por profundizar en la meditación?

K: Aún no hemos terminado con la meditación.

A: No, aún no.

K: Hay mucho más implicado.

A: Muy bien, excelente.