Anthony de mello

CONTENIDO

¡DESPIERTA!
¿QUIÉN PUEDE HACER QUE AMANEZCA?
REDESCUBRIR LA VIDA
UNA LLAMADA AL AMOR
LO MEJOR DE ANTHONY DE MELLO

LIGERO DE EQUIPAJE. C. G. Vallés.

¡DESPIERTA!

Presentación 1
Sobre el despertar
Sobre el egoísmo legítimo 2
Sobre el deseo de felicidad
La renunciación tampoco es la solución 4
Escuche y desaprenda
La farsa de la caridad 5
¿Qué le preocupa? 8
Bueno, malo o afortunado 10
Nuestras ilusiones respecto de los demás
La auto-observación 12
Conciencia sin evaluarlo todo
La ilusión de las recompensas 14
Encontrarse a sí mismo 15
La reducción al yo 16
Sentimientos negativos hacia los demás 17
Sobre la dependencia 18
El miedo, origen de la violencia 22
La conciencia y el contacto con la realidad
La buena religión: La antítesis de la inconsciencia
Los rótulos 26
Los obstáculos a la felicidad
El sonambulismo 31
El cambio como avaricia 32
Una persona transformada 34
La llegada al silencio 36
Perder la carrera 37
Valor permanente 38
Deseo, no preferencia 39
Aferrarse a la ilusión 40
Abrazarse a los recuerdos 41
Seamos concretos 43
Sin poder encontrar las palabras 46
El condicionamiento cultural 47
La realidad filtrada 48
El desprendimiento 50
El amor como adicción 51
Más palabras 52
Agendas ocultas 53
Ceder 54
Una variedad de trampas
Mi muerte 55
La visión y la comprensión 56
No empujar 57
Seamos reales 58
Imágenes variadas
Nada digamos sobre el amor 59
La pérdida de control
Escuchar la vida 60
El final del análisis 61
Siempre adelante 62
La tierra del amor 63

¿QUIÉN PUEDE HACER QUE AMANEZCA?

Milagros 1
Sensibilidad, Vigilancia, Presencia, Interioridad, Carisma
Armonía 2
Ofuscación, Ignorancia, Mitos, Hablar, Movimiento, Veneración, Transformación
Reacción 3
Discipulado, Ceguera, Llegada, Retirada, Cálculo, Revolución, Anteojeras, Humildad
Aceptación
Incongruencia 4
Inversión, Entusiasmo, Liberación, Doctrina, Creencia, Inadoctrinamiento
Desvelamiento 5
Vacio, Empobrecimiento, Palabras, Disciplina, Juzgar, Experiencia
Publicidad 6
Cultivo, Transitoriedad, Engaño, Evasión
Serenidad, Imbecilidad
Desarrollo 7
Distancia, Oposición, Definiciones, Opresión, Grandeza
Extravagancia 8
Manifestación, Inocencia, Arte, Sospecha, Proporción, Exhibición

Superioridad …….. 9
Alegría, Intrepidez, Humanidad,

REDESCUBRIR LA VIDA

Presentación …… 1
Redescubrí la vida
La capacidad de escuchar
Esa extraña cosa: la mente humana … 4
Donde empieza el camino …… 5
La fórmula de la felicidad …… 10
El sufrimiento y el apego
El amor y el apego …… 12
La libertad …… 14

UNA LLAMADA AL AMOR

MEDITACION 1. "¿De qué le sirve al hombre ganar todo el mundo si pierde su vida?" (Mt. 16,26) …… 1

MEDITACION 2. "Si alguno viniere a mí y no odia a su padre y a su madre, a su mujer y a sus hijos, a sus hermanos y hermanas y hasta su propia vida, no puede ser discípulo mío" (Lc. 14,26) …… 2

MEDITACION 3. "Al que quiera pleitear contigo para quitarte la túnica, déjale también el manto; y a quien te fuerce a caminar una milla, acompáñalo dos" (Mt 5,40-41) …… 4

MEDITACION 4. "... Y el joven se marchó entristecido, porque tenía muchos bienes" (Mc. 10,22) …… 6

MEDITACION 5. "Es más fácil que un camello pase por el ojo de una aguja que no entre un rico en el Reino de Dios" (Mc. 10,25) …….. 7

MEDITACION 6. "Las zorras tienen guaridas, y las aves del cielo nidos; pero el hijo del hombre no tiene donde reclinar la cabeza" (Mt. 8,20) …… 8

MEDITACION 7. "Airado, el dueño de la casa le dijo a su siervo: 'Sal en seguida a las calles y plazas de la ciudad y traéte a los pobres y lisiados y ciegos y cojos" (Lc. 14,21) …… 9

MEDITACION 8. "He venido a este mundo para un juicio: para que los que no ven, vean, y los que ven, se queden ciegos". (Jn 9,39) …….. 10

MEDITACION 9. "Arrepentíos, porque el reino de Dios está cerca" (Mt. 4,17) .. 12

MEDITACION 10. "Maestro, ¿Qué debo hacer de bueno para alcanzar la vida eterna? (Mt. 19,16) …… 13

MEDITACION 11. "Se le acercaron sus discípulos y le señalaron ls construcciones del templo, pero él les dijo: ¿Veis todo esto? Os aseguro que no quedará aquí piedra sobre piedra que no sea derruida" (Mt. 24,1-2) …… 14

MEDITACION 12. "cuando des limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha" (Mt. 6,3) …….. 16

MEDITACION 13. "Sed prudentes como serpientes y sencillos como palomas" (Mt. 10,16) …… 17

MEDITACION 14. "El reino de los cielos sufre violencia, y los violentos lo conquistan" (Mt 11,12) …….. 18

MEDITACION 15. "Maestro", le dijeron, "sabemos que tú hablas y enseñas con rectitud y que no haces acepción de personas" (Lc. 20,21) …….. 19

MEDITACION 16. "Vosotros, en cambio, no os dejéis llamar 'maestros', porque uno solo es vuestro Maestro, y vosotros sois todos hermanos" (Mt. 23,8) …….. 20

MEDITACION 17. "Os aseguro que, si no cambiáis y os hacéis como los niños, no entrareis en el Reino de los Cielos" (Mt.18,3) …… 22

MEDITACION 18. "Este es mi mandamiento: que os améis unos a otros como yo os he amado" (Jn. 15,12) …. 23

MEDITACION 19. "Nadie que pone la mano en el arado y mira hacia atrás es apto para el Reino de Dios" (Lc. 9,62) …… 24

MEDITACION 20. "--- Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, haced bien a los que os odien" (Lc. 6,27) …….. 26

MEDITACION 21. "Los fariseos decían a los discípulos: '¿Por qué come vuestro maestro con los publicanos y pecadores?" (Mt. 9,11) …… 27

MEDITACION 22. "Dichosos los siervos a quienes su señor encuentre despiertos cuando regrese" (Lc. 12,37) …… 29

MEDITACION 23. "Después de despedir a la gente, subió al monte a solas para orar". (Mt. 14,23) 30

MEDITACION 24. "No juzguéis y no seréis juzgados" (Mt. 7, 1) 32

MEDITACION 25. "Y si tu mano te es ocasión de pecado, córtatela; más vale entrar manco en la Vida que con las dos manos ir a la gehenna... Y si tu ojo te es ocasión de pecado, arráncatelo; más vale entrar ciego en el reino de Dios que con los dos ojos ser arrojado al fuego" (Mc 9,43) 33

MEDITACION 26. "¿No era necesario que el Cristo padeciera eso y entrara así en su gloria?" (Lc. 24,26) 35

MEDITACION 27. "He venido a traer fuego a la tierra, ¡y cuánto desearía que ya estuviera ardiendo!" (Lc 12,49) 36

MEDITACION 28. "Por eso os digo: no andéis preocupados por vuestra vida... Mirad las aves del cielo... Fijaos en los lirios del campo... " (Mt. 6,25) 38

MEDITACION 29. "El que encuentre su vida, la perderá; y el que pierda su vida por mí, la encontrará" (Mt. 10, 39) 39

MEDITACION 30. "La lámpara de tu cuerpo es tu ojo; si tu ojo está sano, todo tu cuerpo estará luminoso; pero, si está enfermo, tu cuerpo estará a oscuras" (Lc. 11, 34) 40

MEDITACION 31. "Por eso, estad también vosotros preparados, porque cuando menos lo esperéis vendrá el Hijo del hombre" (Mt 24,44) 42

LO MEJOR DE ANTHONY DE MELLO

Amor 1
Deseos 3
Felicidad 5
Identidad 6
Iluminación 7
Miedo 9
Odio 10
Prejuicios 11
Realidad 12
Soledad 15
Sufrimiento 17

LIGERO DE EQUIPAJE (C.G. Vallés)

Lonaula 1
Bombas 5
Cambiar o no cambiar 9
Amar o no amar 13
La flor de loto y el lago 18
El cerebro progrtamado 22
Sufrir para dejar de sufrir 27
Inocente e intachable 30
¿Buena suerte? ¿Mala suerte? 33
El dios de la negación 37
El yo y el no-yo 40
Garabatos 47
El espíritu de "Sadhana" 54
El terapeuta 58
El director espiritual 64
El escritor 70
La semilla
El terreno rocoso
La tierra buena 72
La flor
El fruto 73
El lector 74
La "puesta en escena" 77
Ligeros de equipaje 86

¡DESPIERTA! - CHARLAS SOBRE ESPIRITUALIDAD

ANTHONY DE MELLO

PRESENTACIÓN

"Al día siguiente de su ordenación como jesuita en la India, Anthony de Mello se hizo una promesa; aprender a ayudarle verdaderamente a la gente para que su conserjería no fuera inútil.

De Mello aprendió, y lo que aprendió lo enseñó mediante sus escritos, y, más directamente en los talleres y retiros que dirigió en todo el mundo. Lo que enseñó fue siempre la importancia de estar consciente - de despertar de nuestras ilusiones acerca de nosotros mismos, acerca del mundo y acerca de los demás, y la importancia de darnos cuenta de que nosotros somos la felicidad que buscamos.

Disfrute este libro. Permita que las palabras penetren en su alma y escuche, como lo sugeriría Tony, con el corazón. Escuche sus historias, y escuchará sus propias historias. Lo dejo con Tony - un guía espiritual- un amigo que lo acompañará toda la vida".

J. Francis Stroud, S.J.
De Mello Spirituality Center
Universidad Fordham
Bronx, Nueva York.

SOBRE EL DESPERTAR

Espiritualidad significa despertar. La mayoría de las personas están dormidas, pero no lo saben. Nacen dormidas, viven dormidas, se casan dormidas, tienen hijos dormidas, mueren dormidas sin despertarse nunca. Nunca comprenden el encanto y la belleza de esto que llamamos la existencia humana. Todos los místicos - católicos, cristianos, no cristianos, cualquiera que sea su teología, independientemente de su religión - afirman una cosa unánime: todo está bien. Aunque todo está hecho un desastre, todo está bien. Esto es sin duda, una extraña paradoja, pero lo trágico es que la mayoría de las personas nunca llegan a darse cuenta que todo está bien, porque están dormidas. Tienen una pesadilla.

El año pasado oí en la televisión española una historia sobre un caballero que llama a la puerta de la alcoba de su hijo y dice:

- Jaime, ¡Despierta!

Jaime responde: -No quiero levantarme, papá.

El padre grita: Levántate, tienes que ir a la escuela.

-No quiero ir a la escuela.

-¿Por qué no?

-Por tres motivos: el primero, porque es aburridor; el segundo, porque los niños se burlan de mí; y el tercero, porque odio la escuela.

- Bien, voy a darte tres razones por las cuales DEBES ir a la escuela - replica el padre -: La primera es porque es tu deber; la segunda, porque tienes cuarenta y cinco años; y la tercera, porque eres el director.

¡Despierte usted, despierte! Ya está crecido. Está demasiado grande para estar dormido. ¡Despierte! deje de jugar con sus juguetes.

La mayoría de las personas dicen que quieren abandonar el jardín infantil, pero no les crea. ¡No les crea! Lo único que quieren es remendar sus juguetes rotos. "Devuélvame a mi esposa. Devuélvame mi empleo. Devuélvame mi dinero, Devuélvame mi fama y mi éxito". Eso es lo que quieren; quieren que les cambien sus juguetes. Eso es todo. Hasta el mejor psicólogo le dirá que la gente realmente no quiere curarse. Lo que quiere es un alivio; una cura es dolorosa.

Despertarse es desagradable, usted lo sabe. Usted está placentera y confortablemente acostado. Es irritante que lo despierten. Ésa es la razón por la que un

sabio no intentará despertar a la gente. Voy a ser sabio ahora y de ninguna manera intentaré despertarlo, si usted está dormido. Realmente, no es asunto mío aunque a veces le diga: ¡Despierte! A mí me conviene hacer lo mío, danzar mi propia danza. Si a usted le aprovecha, ¡magnífico!; si no, que ¡lástima! Como dicen los árabes: "LA NATURALEZA DE LA LLUVIA ES LA MISMA, PERO HACE QUE CREZCAN ESPINAS EN LOS PANTANOS Y FLORES EN LOS JARDINES".

SOBRE EL EGOÍSMO LEGÍTIMO

Lo primero que quiero que ustedes comprendan, si realmente quieren despertar, es que ustedes no quieren despertar. El primer paso para despertar es que tengan suficiente honestidad como para admitir que no les gusta. No quieren ser felices. ¿Quieren una prueba? Ensayemos. Tardará exactamente un minuto:

Podrían cerrar los ojos o mantenerlos abiertos, realmente no importa. Piensen en alguien a quienes ustedes quieren mucho, alguien cercano a ustedes, alguien que para ustedes es muy valioso y díganle mentalmente a esa persona: "Preferiría ser feliz a tenerte", vea lo que sucede, "Preferiría ser feliz a tenerte. Si yo pudiera elegir, sin duda elegiría la felicidad". ¿Cuantos de ustedes se sintieron egoístas cuando dijeron eso? Parece que muchos. ¿Ven cómo nos han lavado el cerebro? ¿Ven cómo nos han lavado el cerebro para que pensemos: "¿Cómo puedo ser tan egoísta?"? Pero miren quién es egoísta. Imaginen que alguien les dice a ustedes: "¿Cómo puedes ser tan egoísta como para elegir la felicidad en lugar de elegirme a mí?" ¿No les gustaría responder esto?: "Excúsame, pero ¿Cómo puedes ser tan egoísta como para exigir que yo te elija a ti por encima de mi felicidad?"

Cierta vez una mujer me contó que cuando ella era niña su primo jesuita organizó un retiro espiritual en la iglesia jesuita de Milwaukee. Él empezaba cada conferencia con estas palabras: "La prueba del amor es el sacrificio, y la medida del amor es el desinterés". ¡Que maravilla! Le pregunté a ella: "¿Usted quisiera que yo la amara a costa de mi felicidad?"Sí", me contestó. ¿No sería maravilloso? Ella me amaría a costa de su felicidad, y yo la amaría a costa de mi felicidad, así tendríamos dos personas desgraciadas, ¡Pero que viva el amor!

SOBRE EL DESEO DE FELICIDAD

Estaba diciendo que no queremos ser felices. Queremos otras cosas. O más exactamente: No queremos ser incondicionalmente felices. Estoy dispuesto a ser feliz siempre y cuando tenga esto y lo otro. Pero esto realmente es decirle a nuestro amigo o a nuestro Dios o a cualquiera: "Tu eres mi felicidad. Si no te tengo, me niego a ser feliz".

Es muy importante comprender eso. No podemos imaginarnos la felicidad sin esas condiciones. Es muy cierto. No podemos imaginarnos la felicidad sin ellas. Nos han enseñado a cifrar en ellas nuestra felicidad.

De manera que eso es lo primero que debemos hacéis si queremos despertar, que es lo mismo que decir: Si queremos amar, si queremos ser libres, si queremos la alegría y la paz y la espiritualidad. En ese sentido, la espiritualidad es lo más práctico que hay en el mundo.

Desafío a cualquiera a pensar en algo más práctico que la espiritualidad como la he definido. No como piedad, no como devoción, no como religión, no como adoración sino como espiritualidad. ¡Despertar! ¡Despertar! veamos la angustia que hay en todas partes, veamos la soledad, veamos el temor, la confusión, el conflicto en el corazón de la gente, el conflicto interno, el conflicto externo.

Imagínense ustedes que alguien les muestra la manera de librarse de todo eso. Imagínense ustedes que alguien les muestra la manera de detener ese tremendo gasto de energía, de salud, de emoción que es el resultado de esos conflictos y de esa confusión.

¿Les gustaría?

Imaginemos que alguien nos muestra la manera de amarnos los unos a los otros, y de vivir en paz y con amor. ¿Pueden ustedes imaginarse algo más práctico que

eso? Pero, en cambio, hay personas que piensan que los grandes negocios son más prácticos, que la política es más práctica, que la ciencia es más práctica. ¿De qué nos sirve llevar un hombre a la luna si no podemos vivir en la tierra?

¿La psicología es más práctica que la espiritualidad? Nada hay más práctico que la espiritualidad. ¿Qué puede hacer el pobre psicólogo? Sólo puede aliviar la tensión. Yo soy psicólogo, y hago psicoterapia, y se me presenta este gran conflicto a veces, cuando tengo que escoger entre la psicología y la espiritualidad. Me pregunto si esto tiene sentido para alguno de los presentes. Para mí no tuvo sentido durante muchos años.

Voy a explicarlo: No tuvo sentido para mí durante muchos años, hasta que de pronto descubrí que la gente tiene que sufrir bastante en una relación para desilusionarse de todas las relaciones. ¿No es eso terrible? Tiene que sufrir bastante en una relación para que despierte y diga: ¡Ya me cansé! Tiene que haber una manera mejor de vivir que dependiendo de otro ser humano". ¿Y que estaba haciendo yo como psicoterapeuta?

Las personas llegaban con sus problemas de relación, sus problemas de comunicación, etc., y a veces, lo que hice les ayudó. Pero siento decir que a veces no les ayudó porque eso las mantenía dormidas. Tal vez debieran haber sufrido un poquito más. Tal vez deben llegar hasta el fondo y decir: "Estoy cansado de todo". Solamente cuando usted esté cansado de su cansancio podrá superarlo. La mayoría de la gente va a donde el siquiatra o un psicólogo para recibir alivio. Lo repito: para recibir alivio, no para curarse.

Hay una historia sobre Juanito, quien, según decían, era retardado mental. Pero evidentemente no lo era como lo verán. Juanito va a clase de cerámica en su escuela para niños especiales y toma su pedazo de arcilla y se pone a modelarla. Coge un pedacito de arcilla y se va al rincón del salón a jugar con ella. La maestra se acerca y le dice:

-¡Hola Juanito!

-¡Hola! - le contesta Juanito

-¿Qué es lo que tienes en la mano, Juanito?

- Esto es un poco de estiércol de vaca.

-¿Qué estás haciendo con ese estiércol?

- Estoy haciendo una maestra.

La maestra piensa: "Juanito tuvo una regresión", de modo que llama al director, que pasaba en ese momento y le dice: - Juanito tuvo una regresión.

Entonces el director se acerca a Juanito y le dice: -¡Hola! hijo.

-¡Hola! - Le contestó Juanito

-¿Qué es lo que tienes en la mano, Juanito?

- Un poco de estiércol de vaca

-¿Qué estás haciendo con el estiércol?

- Un director de escuela.

El director piensa que este caso es para el psicólogo de la escuela. "¡Llamen al psicólogo!" dice.

El psicólogo, un tipo inteligente. Se acerca a Juanito y le dice: -¡Hola!

-¡Hola! - le contesta Juanito.

- Juanito, yo sé qué es lo que tienes en la mano.

-¿Qué?

- Un poco de estiércol de vaca.

- Correcto.

- Y yo sé que estás haciendo con él.

-¿Qué?

- Estás haciendo un psicólogo.

- Se equivoca. ¡No hay suficiente estiércol!

¡Y decían que era retardado mental!

Los pobres psicólogos están haciendo un buen trabajo. Realmente lo hacen. Hay ocasiones en que la psicoterapia es una gran ayuda por que cuando usted está a punto de volverse loco, loco de atar, está a punto de volverse un psicótico o un místico, lo contrario de un loco.

Eso es lo que es un místico, lo contrario de un loco.

¿Quiere saber una señal de que ya despertó? es cuando usted se pregunta: "¿Estoy loco, o son los demás los que están locos?" Así es, realmente, porque estamos locos. El mundo entero está loco. ¡Locos certificados! La única razón por la que no estamos encerrados en un manicomio es porque somos demasiados. De modo que estamos locos. Vivimos de ideas locas acerca del amor, de las relaciones, de la felicidad,

del gozo, de todas las cosas. Estamos locos hasta tal punto que he llegado a creer que si todo el mundo está de acuerdo sobre algo, puede usted tener la seguridad de que ¡Todos están equivocados! Todas las ideas nuevas. Todas las grandes ideas, cuando empezaron, estaban en la minoría de uno solo. Ese hombre llamado Jesucristo - una minoría de uno -. Todo el mundo decía algo diferente sobre lo que Él decía. Buda - minoría de uno - Todo el mundo decía algo diferente de lo que él decía. Creo que fue Bertrand Russell quien dijo: "Toda gran idea empieza como una blasfemia", eso es cierto, y dicho con exactitud. Ustedes van a escuchar muchas blasfemias durante estos días - "¡El ha blasfemado!" Porque la gente está loca, todos son locos, y cuanto más pronto lo vean ustedes, mejor para su salud mental y espiritual. No confíen en ellos. No confíen en sus mejores amigos. Desilusiónense de sus mejores amigos. Son muy brillantes. Lo mismo que ustedes en su trato con otras personas, aunque probablemente ustedes no lo sepan. Ah, ustedes son tan astutos, tan sutiles, tan ingeniosos. Ustedes están representando un gran papel.

No estoy haciendo muchos elogios, ¿Verdad? Pero lo repito: Ustedes quieren despertar, ustedes están representando un gran papel, y ni siquiera lo saben. Piensan que aman. ¡Ja! ¿A quién aman? Hasta la abnegación los hace sentir bien, ¿Verdad? "¡Me estoy sacrificando! Estoy viviendo de acuerdo con mi ideal". Pero ustedes obtienen algún beneficio de eso, ¿No es así? Siempre obtienen algo de todo lo que hacen, hasta que despierten.

De modo que aquí está el primer paso: Dese cuenta de que no quiere despertar. Es bastante difícil que despierte si lo hipnotizaron para que crea que un pedazo de papel periódico viejo es un cheque por un millón de dólares ¡Qué difícil es separarse de ese pedazo de periódico viejo!

LA RENUNCIACION TAMPOCO ES LA SOLUCION

Siempre que usted practique la renunciación, se engaña. ¡Qué tal eso! Se engaña. ¿A qué renuncia? Siempre que renuncie a algo, queda atado para siempre a aquello a lo cual renuncia. Hay un gurú en la India que dice: "Siempre que viene a verme una prostituta, no habla sino de Dios. Dice que está cansada de la vida que lleva. Que quiere a Dios. Y siempre que viene a verme un sacerdote, no habla sino de sexo". Muy bien, cuando usted renuncia a algo, queda atado a esa cosa para siempre. Cuando lucha contra alguna cosa, queda atado a ella para siempre. Mientras luche contra ella, le está dando poder. Le da tanto como el que usa para luchar contra él.

Esto incluye el comunismo y todo lo demás. De manera que debe "recibir" a sus demonios porque cuando lucha contra ellos les da poder. ¿Nadie le ha dicho esto? Cuando renuncia a una cosa, queda atado a ella. La única manera de salir de ello es mirar a través de la cosa. No renuncie a ella, mire a través de ella. Comprenda su verdadero valor y no tendrá que renunciar a ella; sencillamente, ella caerá de sus manos, pero por supuesto, si no ve eso, si usted está hipnotizado y cree que no será feliz sin esa cosa, aquella o de más allá, está esclavizado. Lo que tenemos que hacer por usted no es lo que la llamada espiritualidad intenta hacer - es decir, lograr que usted haga sacrificios, que renuncie a las cosas. Eso es inútil. Usted todavía está dormido. Lo que tenemos que hacer es ayudarle a comprender. Si comprendiera, sencillamente dejaría de desear esa cosa. Esto es otra manera de decir: Si usted despertara, sencillamente dejaría de desear esa cosa.

ESCUCHE Y DESAPRENDA

A algunos nos despiertan las duras realidades de la vida. Sufrimos tanto que despertamos. Pero los seres humanos tropiezan con la vida una y otra vez. Todavía caminan como sonámbulos. Nunca despiertan. Trágicamente nunca se les ocurre que puede haber otra manera. Nunca se les ocurre que puede haber una manera mejor. Sin embargo, si la vida no lo ha golpeado a usted lo suficiente, y si no ha sufrido lo suficiente, entonces hay otra manera: escuchar. No quiero decir que usted tiene que estar de acuerdo con lo que estoy diciendo. Porque el acuerdo o el desacuerdo tienen que ver con las palabras

y los conceptos y las teorías; nada tienen que ver con la verdad. La verdad nunca se expresa con palabras. La verdad se percibe de repente, como resultado de cierta actitud. De manera que usted puede no estar de acuerdo conmigo y, sin embargo, percibir la verdad. Pero tiene que haber una actitud de apertura, estar dispuesto a descubrir algo nuevo. Eso es lo importante, no que usted esté o no esté de acuerdo conmigo. Al fin y al cabo, la mayor parte de lo que estoy dando son realmente teorías. Ninguna teoría abarca adecuadamente la realidad. De manera que yo puedo hablarle a usted, no de la verdad, sino de los obstáculos de la verdad. Esos obstáculos los puedo describir. No puedo describir la verdad. Nadie puede hacerlo. Lo único que puedo hacer es describirle sus falsedades, para que pueda dejarlas. Lo único que puedo hacer por usted es desafiar sus creencias y el sistema de creencias que lo hace desdichado. Lo único que puedo hacer es ayudarle a desaprender. De eso se trata el aprendizaje en lo concerniente a la espiritualidad: desaprender, desaprender casi todo lo que nos han enseñado. Una disposición para desaprender, para escuchar.

¿Está usted escuchando, como lo hace la mayoría de la gente, con el fin de confirmar lo que ya piensa? Observe sus propias reacciones a medida que hablo. Con frecuencia se alarmará, o se conmocionará, o se escandalizará, o se irritará, o se disgustará, o se sentirá frustrado. O dirá: "¡Maravilloso!" ¿Pero está usted escuchando para ver si lo que oye le confirma lo que piensa? ¿O está escuchando para descubrir algo nuevo? Eso es importante. Es difícil para las personas que están dormidas. Jesús proclamó la Buena Nueva, y, sin embargo, fue rechazado. No porque fuera buena, sino porque era nueva.

Detestamos lo nuevo, ¡lo detestamos! Y cuanto más pronto aceptemos este hecho, mejor. Nada nuevo queremos, especialmente cuando es perturbador, especialmente cuando implica un cambio. Especialmente si implica decir: "Yo estaba equivocado". Recuerdo que me encontré en España con un jesuita de ochenta y siete años; fue superior y profesor mío en la India hace treinta o cuarenta años. Y asistió a un taller como éste. "Debería haberlo oído hace setenta años", me dijo. "Mire: he estado equivocado toda la vida". Dios, ¡escuchar eso! Es como ver una de las maravillas del mundo. Eso, damas y caballeros, ¡es fe! Una apertura hacia la verdad, sin importar las consecuencias, sin importar hacia dónde lo lleve a uno. Eso es fe. No creencia sino fe. Las creencias le dan a uno mucha seguridad. Pero la fe es inseguridad. Uno no sabe. Uno está dispuesto a seguir y está abierto. ¡Completamente abierto! Está dispuesto a escuchar. Y fíjense bien, estar abierto no significa ser crédulo, no significa tragar entero todo lo que diga el que habla. De ningún modo. Ustedes tienen que cuestionar todo lo que estoy diciendo. Pero cuestiónenlo desde una actitud de apertura, no de terquedad. Y cuestiónenlo todo. Recuerden estas hermosas palabras de Buda: "Los monjes y los eruditos no deben aceptar mis palabras por respeto sino que deben analizarlas, así como un orfebre analiza el oro - cortando, raspando, frotando, fundiendo".

Cuando uno hace eso, está escuchando. Ha dado un gran paso hacia el despertar. Como dije, el primer paso es estar dispuesto a admitir que uno no quiere despertar, que no quiere ser feliz. Dentro de uno hay toda clase de resistencias. El segundo paso es estar dispuesto a comprender, a escuchar, a cuestionar todo su sistema de creencias. No solamente su sistema de creencias religiosas, sus creencias políticas, sus creencias sociales, sus creencias psicológicas, sino todas sus creencias. Estar dispuesto a revisarlas todas, según la metáfora de Buda. Y les daré a ustedes muchas oportunidades para que realicen eso aquí.

LA FARSA DE LA CARIDAD

La caridad es realmente el amor propio disfrazado de altruismo. Usted dice que es muy difícil aceptar que puede haber ocasiones en que usted no está realmente tratando de ser amoroso o confiado. Simplifiquémoslo lo más posible. Hagámoslo tan brusco y tan extremo como sea posible, al menos para empezar. Hay dos tipos de egoísmo. El primer tipo es el que consiste en darme gusto de darme gusto. Eso es lo que generalmente llamamos egoísmo. El segundo tipo es el que consiste

de darme el placer de agradar a los demás. Éste sería un tipo más refinado de egoísmo.

El primero es muy obvio, pero el segundo está oculto, muy oculto, y por eso es más peligroso, porque llegamos a pensar que realmente somos maravillosos. Pero, al fin y al cabo, tal vez no seamos tan maravillosos.

Usted, señora, dice que, en su caso, vive sola, y que va a la parroquia y dedica varias horas de su tiempo. Pero también admite que lo hace por una razón egoísta - Usted necesita que la necesiten - y usted también sabe que necesita que la necesiten de una manera que haga sentir que está contribuyendo con algo al mundo. Pero también admite que, como ellos también la necesitan, es un intercambio.

¡Usted está a punto de entender! Tenemos que aprender de usted. Eso es lo correcto. Usted dice: "Doy algo, recibo algo". Está en lo cierto. Voy a ayudar, doy algo, recibo algo. Eso es bello. Eso es verdad, eso es real. Eso no es caridad, eso es el amor propio ilustrado.

Y usted, señor, usted señala que en el fondo, el Evangelio de Jesús es un evangelio del egoísmo. Logramos la vida eterna por nuestros actos de caridad. "Venid, benditos de mi padre. Cuando tuve hambre me disteis de comer... Etc.". Usted dice que eso confirma lo que dije. Cuando miramos a Jesús, dice usted, vemos que en el fondo sus actos de caridad fueron fundamentalmente actos de egoísmo, ganar almas para la vida eterna. Y usted ve eso como todo el impulso y el significado de la vida: el logro del egoísmo por medio de los actos de caridad

Muy bien, pero vea usted: Usted está haciendo algo de trampa porque trajo la religión a este asunto. Eso es legítimo. Es válido. Pero ¿Qué tal si hablo de los Evangelios, de la Biblia, de Jesús, hacia el final de este retiro? Por ahora diré esto para complicarlo aún más. "Tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y me disteis de beber", y ¿Ellos que responden? ¿Cuándo? ¿Cuándo lo hicimos? ¡No lo sabíamos! ¡No tenían consciencia de ello! A veces tengo una horrible fantasía en la que el Rey dice:

- Tuve hambre y me disteis de comer.

Y la gente que está a la derecha dice:

- Así es señor, nosotros lo sabemos.

- No les estaba hablando a ustedes - les dice el Rey- No es así; ustedes no debían saberlo.

¿No les parece interesante? Pero ustedes saben. Ustedes conocen el placer interior cuando hacen obras de caridad. ¡Ajá! ¡Así es! Es lo opuesto de alguien que dice: "¿Qué tenía de extraordinario lo que hice? Hice algo, obtuve algo. No tenía ni idea de que estaba haciendo algo bueno. Mi mano izquierda no sabía lo que estaba haciendo mi mano derecha". Miren: Un bien nunca es tan bueno como cuando usted no sabe que es bueno. O como diría el gran Sufí: "Un santo es santo hasta que lo sabe".

Algunos de ustedes objetan esto, Ustedes dicen: " ¿No es el placer que recibo cuando doy, no es eso la vida eterna aquí y ahora?" No sabría decir. Yo llamo al placer, placer, y nada más. Al menos por el momento, hasta que hablemos de la religión, posteriormente. Pero quiero que comprendan algo desde el principio: que la religión no está - repito: no está- necesariamente conectada con la espiritualidad. Por favor, mantengan la religión fuera de esto por ahora.

Muy bien, ustedes preguntan: ¿Qué decir del soldado que cae sobre una granada para evitar que ésta hiera a otros? ¿Y qué decir del hombre que se subió a un camión lleno de dinamita y lo llevó hasta el campo Norteamericano en Beirut? ¿Qué decir de él? "No hay amor más grande que éste". Pero los norteamericanos no lo consideraban así. Lo hizo deliberadamente. Era un hombre extraordinario. ¿No es cierto? pero les aseguro que él no pensaba lo mismo. Él creía que se iría al cielo. Así es. Lo mismo que el soldado que cayó sobre la granada.

Estoy tratando de llegar a visualizar una acción en la que no esté el ego, en la que usted esté despierto y lo que hace, lo haga a través de usted. En ese caso, su acción se convierte en una celebración. "Hágase en mí". No estoy excluyendo eso. Pero cuando usted lo hace, estoy buscando el egoísmo. Aunque sea solamente: " Me recordarán como un gran héroe", o " Yo no podría vivir si no lo hiciera. No podría vivir con el pensamiento de que huí". Pero recuerden, no estoy excluyendo el otro tipo de acción. Nunca dije que no hubiera alguna acción en la que no esté el ego. Tal vez la haya.

Tendremos que explorar eso. Una madre que salva a un niño - que salva a su hijo, dicen ustedes. Pero ¿A qué se debe que no salve al hijo de su vecina? Es el suyo. Es el soldado que muere por su país. Muchas de estas muertes me inquietan. Me pregunto: "¿Son ellas el resultado de un lavado de cerebro? Los mártires me inquietan. Creo que con frecuencia les lavaron el cerebro. A los mártires Musulmanes, a los mártires hindúes, a los mártires budistas, a los mártires cristianos ¡Les lavaron el cerebro!

Ellos tienen la idea de que deben morir, de que la muerte es una gran cosa. Nada sienten, van derecho. Pero no todos ellos, de modo que escúchenme bien. No dije que todos ellos, pero tampoco excluiría la posibilidad. A muchos comunistas les lavan el cerebro (ustedes están dispuestos a creerlo). Tanto les lavan el cerebro que están dispuestos a morir. A veces pienso que el proceso que usamos para producir, por ejemplo, a un San Francisco Javier, podría ser exactamente el mismo proceso utilizado para producir terroristas. Un hombre podría hacer un retiro espiritual de treinta días, y salir de él inflamado de amor a Cristo, y sin embargo, sin la menor consciencia de sí mismo. Ni la más mínima. Podría hacer sufrir, se cree santo. No pretendo hablar mal de Francisco Javier, quien posiblemente era un gran santo, pero era difícil vivir con él. Ustedes saben que era un superior terrible, ¡realmente lo era! hagan una investigación histórica. Ignacio siempre tenía que intervenir para deshacer el daño que este buen hombre hacía por su intolerancia. Hay que ser bastante intolerante para lograr lo que él logró. Adelante, adelante, adelante, adelante, sin importar cuántos cadáveres quedaban a la vera del camino. Algunos críticos de Francisco Javier defienden exactamente eso. Acostumbraba expulsar a los hombres de nuestra Compañía, y ellos apelaban a Ignacio, quien les decía: "Venga a Roma y conversaremos". Y, a hurtadillas, Ignacio volvía a recibirlos. ¿Qué tanta consciencia había en esta situación? Quienes somos para juzgar, no lo sabemos.

No estoy diciendo que no haya motivaciones puras. Estoy diciendo que ordinariamente todo lo que hacemos es en nuestro propio interés. Todo. Cuando usted hace algo por amor a Cristo, ¿Es eso egoísmo? Si. Cuando hace algo por amor a alguien, lo hace por su propio interés. Tendré que explicarlo: Imagínese que usted vive en Fénix y que alimenta a más de quinientos niños todos los días. ¿Lo hace sentirse bien? ¿Acaso esperaría que lo hiciese sentirse mal? Pero a veces ocurre. Y ello se debe a que algunas personas hacen cosas para no sentirse mal. Y llaman a esto caridad. Actúan por sentimiento de culpa. Eso no es amor. Pero a Dios gracias, usted hace las cosas por la gente, y eso le parece agradable. ¡Maravilloso! Usted es un individuo sano porque actúa en su propio interés. Eso es sano.

Resumiré lo que estaba diciendo sobre la caridad sin egoísmo: Dije que había dos tipos de egoísmo; tal vez debiera haber dicho tres. El primero es cuando me doy el gusto de darme gusto; el segundo es cuando me doy el gusto de agradar a los demás. Uno no debe enorgullecerse de eso; no debe creerse una gran persona; es una persona muy ordinaria, pero tiene gustos refinados. Sus gustos son buenos, no la calidad de su espiritualidad. Cuando era niño, le gustaba la Coca- Cola, ahora es mayor y le gusta la cerveza fría en un día caluroso. Ahora tiene mejor gusto. Cuando era niño le encantaban los chocolates; ahora que es mayor le gusta una sinfonía, le gusta un poema. Tiene mejor gusto. Pero de todas maneras, está obteniendo su propio placer, con la diferencia de que ahora se trata del placer de agradar a los demás. Luego está un tercer tipo, que es el peor, cuando uno hace algo bueno para no sentirse mal. Lo detesta, está haciendo sacrificios por amor, pero se queja. ¡Ah! Que poco se conoce a sí mismo si cree que o hace las cosas de esta manera.

Si me dieran un dólar cada vez que hago cosas que me hacen sentirme mal, sería millonario. Ustedes saben cómo es:

-¿Podría conversar con usted esta noche, padre?

- Sí, ¡por supuesto!

No quiero conversar con él y odio hacerlo. Quiero ver ese programa de televisión esta noche, pero ¿Cómo le digo que no? No tengo el valor para decirle que no. "Por supuesto", y estoy pensando: "¡Dios mío y ahora tengo que aguantármelo!".

Conversar con él no me hace sentirme bien, y no me hace sentir bien decirle que no, de modo que escojo el menor de los males, y le digo: "Muy bien, por supuesto". Me voy a sentir feliz cuando esto se acabe y pueda dejar de sonreírle, pero inicio la sesión con él.

-¿Cómo está usted?

- Maravillosamente - dice, y habla y habla sobre cómo le ha gustado este seminario.

Y yo pienso: "Oh, Dios, ¿Cuándo irá al grano?" por fin se concreta el asunto, y yo, metafóricamente, lo estrello contra la pared; le digo:

- Bueno, cualquier idiota podría solucionar ese problema

- Y lo despido.

"¡Al fin me libré de él!", digo. Y a la mañana siguiente, durante el desayuno (porque lamento haber sido tan descortés) me le acerco y le digo:

-¿Cómo van las cosas?

- Bastante bien, contesta, y luego agrega: Mire, lo que me dijo anoche, realmente me ayudó. ¿Podemos volver a conversar después del almuerzo?

¡Dios Mío!

Ése es el peor tipo de caridad, cuando uno hace algo para no sentirse mal. No tiene el valor de decir que no quiere que lo molesten. ¡Quiere que la gente piense que es un buen sacerdote! Cuando alguien manifiesta: " A mí no me gusta lastimar a la gente", yo le digo: " ¡No me diga! No se lo creo". A nadie le creo que diga que no le gusta lastimar a la gente. Nos encanta lastimar a la gente, especialmente a algunas personas. Nos encanta. Y cuando es otra persona la que lastima a alguien, nos regocijamos. Pero no queremos nosotros mismos lastimar a otros ¡porque eso nos lastima a nosotros! Ahí lo tienen. Si somos nosotros los que lastimamos, los demás pensarán mal de nosotros. No nos apreciarán, Hablarán contra nosotros y eso ¡no nos gusta!

¿Qué LE PREOCUPA?

La vida es un banquete. Y lo trágico es que la mayoría de las personas se están muriendo de hambre. Realmente de eso es de lo que estoy hablando. Hay una bonita historia sobre unas personas que se hallaban en una balsa a cierta distancia de la costa de Brasil, y se estaban muriendo de sed. No sabían que el agua en la que estaban flotando era dulce. El río entraba en el mar con tanta fuerza que penetraba en él más de tres kilómetros, de modo que tenían agua dulce allí mismo. Pero no lo sabían. De la misma manera, estamos rodeados de alegría, felicidad, de amor. La mayoría de los seres humanos no lo saben. La razón: les lavaron el cerebro. La razón: están hipnotizados, están dormidos. Imagínense un mago que hipnotiza a alguien de manera que la persona ve lo no que está ahí y no ve lo que está ahí. De eso se trata. Arrepiéntanse y acepten la buena nueva. ¡Arrepiéntanse! ¡Despierten! No lloren por sus pecados. ¿Por qué llorar por pecados que cometieron cuando estaban dormidos? ¿Van a llorar por lo que hicieron en estado hipnótico? ¿Por qué quieren ser como una persona hipnotizada? ¡Despierten! ¡Despierten! ¡Arrepiéntanse! ¡Tengan una mente nueva! ¡Adopten una nueva manera de ver las cosas! porque "¡El reino está aquí!" Son pocos los cristianos que toman eso en serio. Ya les dije a ustedes que lo primero que necesitan hacer es despertar, reconocer el hecho de que no les gusta que los despierten. Les gustaría más tener todas las cosas que en su estado hipnótico, les hicieron creer que eran tan preciosas y tan importantes para usted, y para su vida y su supervivencia. Además, comprendan. Comprendan que tal vez tienen ideas equivocadas, y que son estas ideas las que están influyendo en su vida y convirtiéndola en el desastre que es y manteniéndolos dormidos. Ideas sobre el amor, ideas sobre la libertad, ideas sobre la felicidad, y otras ideas. Y no es fácil escuchar a alguien que cuestiona esas ideas que son tan preciosas para ustedes.

Se han hecho estudios interesantes sobre el lavado de cerebro. Se ha revelado que le lavaron el cerebro a alguien cuando adopta o "introyecta" una idea que no es suya, que es de otro. Y lo increíble es que esa persona estaría dispuesta a morir por esa idea. ¿No es extraño? La primera prueba de que a una persona le lavaron el cerebro e introyectó convicciones y creencias tiene lugar cuando se atacan esas convicciones y creencias, se

siente aturdida, reacciona emocionalmente, Esa es una buena señal, - no infalible, pero si una buena señal - de que se trata de lavado de cerebro. La persona está dispuesta a morir por una idea que no fue suya. Los terroristas o los santos (así llamados) aceptan una idea, la tragan entera y están dispuestos a morir por ella. No es fácil escuchar, especialmente cuando uno se pone emocional con respecto a una idea. Y aunque no se ponga emocional, no le es fácil escuchar; siempre escucha de acuerdo a con su programación, con sus condicionamientos, con su estado hipnótico. Con frecuencia interpreta todo lo que se dice en función de su estado hipnótico, o de su condicionamiento, o de su programación. Como esta joven que está escuchando una conferencia sobre agricultura y dice: "Excúseme señor, estoy completamente de acuerdo con usted con que el mejor abono es el abono de caballo maduro. ¿Nos podría decir, que edad debe tener el caballo?" ¿Ven en función de qué habla ella? todos tenemos nuestras opiniones, ¿No es verdad? Y escuchamos en función de esas opiniones. "Enrique, ¡Cómo has cambiado! Eras alto y ahora eres tan bajo. Eras fornido y ahora eres delgado. Eras rubio y ahora eres tan moreno. ¿Qué te pasó Enrique? Enrique dice: "Yo no soy Enrique, soy Juan". "Ah, ¡Cambiaste hasta de nombre!" ¿Cómo hacer que personas así escuchen?

Lo más difícil en el mundo es escuchar, es ver. No queremos ver. ¿Creen ustedes que un capitalista quiere ver lo que hay de bueno en el sistema comunista? ¿Creen ustedes que un comunista quiere ver lo que hay de bueno y saludable en el sistema capitalista? ¿Creen ustedes que un rico quiere mirar a los pobres? No queremos mirar, porque si lo hacemos, podemos cambiar. No queremos mirar. Si uno mira pierde el control de la vida que tiene tan precariamente armada. Y por eso para poder despertar, lo que más necesita uno no es energía, ni fuerza, ni juventud, ni siquiera una gran inteligencia lo que necesita por encima de todo es estar dispuesto a aprender algo nuevo. Las posibilidades de despertar están en proporción directa a la cantidad de verdad que uno puede aceptar sin huir. ¿Cuánta verdad están dispuestos a aceptar? De todas las cosas que aman, ¿Cuántas están dispuestas a ver destruidas, sin huir? ¿Cuán dispuestos están a pensar en algo que no les sea familiar?

La primera reacción es el temor. No es que temamos lo desconocido. Uno no puede temer lo que no conoce. Nadie teme lo desconocido. Lo que uno realmente teme, es la pérdida de lo conocido. Eso es lo que teme.

A manera de ejemplo, dije que todo lo que hacemos está tocado de egoísmo. No es fácil oír eso. Pero piensen por un minuto, Profundicemos un poco más en eso: Si todo lo que ustedes hacen proviene del egoísmo - ilustrado o no- ¿Cómo los hace sentir eso a ustedes con respecto a su caridad y a todas sus obras buenas? ¿Qué les pasa a ellas? He aquí un pequeño ejercicio: Piensen en todas las buenas obras que han hecho o en algunas de ellas (porque sólo les voy a dar unos pocos segundos). Ahora comprendan que realmente surgieron del egoísmo supiéranlo ustedes o no. ¿Qué le pasa a su orgullo? ¿Qué le pasa a su vanidad? ¿Qué le pasa a esos agradables sentimientos suyos, a esa palmadita de felicitación en la espalda cada vez que hizo algo que lo hacía sentir tan caritativo? Todo queda aplastado, ¿No es así? ¿Qué le pasa a ese sentimiento de superioridad frente a su vecino a quien usted consideraba tan egoísta? Todo cambia. ¿No es verdad? "Bueno", dirá usted, "mi vecino tiene gustos menos refinados que los míos".

Usted es una persona peligrosa, realmente lo es. Parece que Jesucristo tuvo menos problemas con otra clase de personas que con la clase de usted. Muchos menos problemas. Él tuvo problemas con personas que realmente estaban convencidas de que eran buenas. Las personas de otra clase parece que no le crearon muchos problemas, las que eran abiertamente egoístas y lo sabían. ¿Pueden ver ustedes cuán liberador es eso? ¡Vamos, Despierten! Eso es liberador. ¡Es maravilloso! ¿Está usted deprimido? Tal vez lo esté. ¿No es maravilloso darse cuenta que usted no es mejor que alguien en el mundo? ¿No es maravilloso? ¿Está desilusionado? ¡Mire, lo hemos sacado a la luz! ¿Qué le pasa a su vanidad? A usted le gustaría sentir que es mejor que otros. Pero mire cómo hemos sacado a la luz esa falacia.

BUENO, MALO, O AFORTUNADO

En mi opinión el egoísmo parece provenir de un instinto de conservación, el primero y el más profundo de nuestros instintos. ¿Cómo podemos optar por el desinterés? Sería casi como optar por la inexistencia. En mi opinión, podría parecer lo mismo que no existir. Como quiera que sea, lo que estoy diciendo es: no se sienta mal por ser egoísta; todos somos iguales. Una vez alguien dijo algo terriblemente hermoso sobre Jesús: quien lo dijo, ni siquiera era cristiano: "Lo más hermoso acerca de Jesús es que estaba a gusto con los pecadores, porque comprendía que no era mejor que ellos". Somos distintos a los demás - por ejemplo, de los criminales- sólo en lo que hacemos o no hacemos, no en lo que somos. La única diferencia entre Jesús y los demás era que él estaba despierto y ellos no. Mire a las personas que se ganan la lotería. ¿Dicen: "Me siento orgulloso de aceptar este premio, no para mí, sino para mi nación y mi sociedad"? ¿Hay alguien que diga eso cuando se gana una lotería? No porque fueron afortunados, afortunados. De modo que se ganaron la lotería, el primer premio. ¿Eso puede ser motivo de orgullo de algún modo?

De la misma manera, si usted logra despertar, lo haría en su propio interés, y sería afortunado. ¿Quiere gloriarse de eso? ¿De qué se puede gloriar? ¿No puede darse cuenta de lo absolutamente estúpido que es vanagloriarse de sus buenas obras? El fariseo no era un hombre malo, era estúpido. No se detenía a pensar. Alguien dijo cierta vez: "No me atrevo a detenerme a pensar, porque si lo hiciera, no sabría cómo volver a empezar".

NUESTRAS ILUSIONES RESPECTO DE LOS DEMAS

De manera que si usted se detiene a pensar, verá que, al fin y al cabo, uno de nada tiene por qué estar orgulloso. ¿Qué le hace esto a su relación con la gente? ¿De qué se queja? Un joven vino a quejarse de que su novia lo había desilusionado, que lo había traicionado. ¿De qué se queja? ¿Esperaba algo mejor? Espere lo peor. Usted está tratando con gente egoísta. Usted es el idiota; usted la glorificó, ¿No es así? Usted pensó que ella era una princesa, que la gente era buena. ¡No, no es! No es buena. Es tan mala como usted; mala ¿Me entiende? Está dormida, lo mismo que usted. ¿Y qué cree usted que la gente pretende? Satisfacer su propio interés, lo mismo que usted. No hay alguna diferencia. ¿Puede usted imaginarse como es de liberador saber que usted nunca volverá a desilusionarse, nunca volverá a decepcionarse? Nunca volverá a sentirse traicionado. Nunca se sentirá rechazado. ¿Quiere despertar? ¿Quiere la felicidad? ¿Quiere la libertad? Aquí está: Renuncie a sus falsas ideas. Mire a través de la gente. Si mira a través de usted mismo, mirará a través de todos los demás. Entonces los amará. Si no es así, estará todo el tiempo luchando con sus ideas equivocadas que usted tiene acerca de ellos, con sus ilusiones que constantemente se estrellan contra la realidad.

Tal vez es demasiado alarmante para muchos de ustedes entender que se puede esperar de todos los seres humanos - excepto los pocos que han despertado- sean egoístas y busquen su propio interés, bien sea en forma ruda o en forma refinada. Esto los lleva a ver que de nada hay por que desilusionarse, de nada hay por que decepcionarse. Si hubieran estado todo el tiempo en contacto con la realidad, no se habrían decepcionado. Pero decidieron pintar a la gente de colores brillantes; decidieron no mirar a través de los seres humanos, porque decidieron no mirar a través de ustedes mismos. Entonces ahora pagan el precio.

Antes de discutir esto, les contaré una historia. Una vez alguien preguntó: ¿Cómo es la iluminación? ¿Cómo es el despertar? "Es como el vagabundo de Londres que se estaba acomodando para pasar la noche. A duras penas había conseguido un pedazo de pan para comer. Entonces llegó a un malecón, junto al río Támesis. Estaba lloviznando, y se envolvió en su viejo abrigo. Ya iba a dormirse cuando de repente se acercó un Rolls Royce manejado

por un conductor. Una hermosa joven descendió del automóvil y le dijo:

- Mi pobre hombre, ¿Va a pasar la noche en este malecón?

- Sí - le contestó el vagabundo.

- No lo permitiré - le dijo ella- Usted se viene conmigo a mi casa y va a pasar la noche cómodamente y a tomar una buena cena.

La joven insistió en que subiera al automóvil. Bien, salieron de Londres, y llegaron a un lugar en donde ella tenía una gran mansión con amplios jardines. Los recibió el mayordomo, a quien la joven le dijo: " Jaime, cerciórese de que a este hombre lo lleven a las habitaciones de los sirvientes y lo traten bien". Y Jaime obró como le dijo. La joven se había desvestido y estaba a punto de acostarse cuando recordó a su huésped. Entonces se puso algo encima y fue hasta las habitaciones de los sirvientes. Vio una rendija de luz en la habitación en la que acomodaron al vagabundo, llamó suavemente a la puerta, la abrió, y encontró al hombre despierto. Le dijo:

-¿Qué sucede, buen hombre, no le dieron una buena cena?

- Nunca había comido tan bien en mi vida, contestó el vagabundo.

-¿Está usted bien caliente?

- Sí, la cama es hermosa y está tibia.

- Tal vez usted necesita compañía - le dice ella- córrase un poquito.

Se le acercó, y él se corrió, y cayó directo al Támesis.

¡Ja! ¡Ésa no la esperaban! ¡Iluminación! ¡Iluminación! ¡Despierten! Cuando estén dispuestos a cambiar sus ilusiones por la realidad, cuando estén dispuestos a cambiar sus sueños por hechos, entonces encontrarán todo. Así es como finalmente la vida tiene sentido. La vida se vuelve hermosa.

Hay una historia sobre Ramírez. Él es viejo, y vive en su castillo en la colina. Mira por la ventana (está en cama y paralítico) y ve a su enemigo. A pesar de ser viejo, su enemigo está subiendo por la colina, apoyado en un bastón, despacio, con dificultad. Tarda alrededor de dos horas y media en subir la colina. Ramírez nada puede hacer porque los sirvientes tienen el día libre. Entonces su enemigo abre la puerta, entra en la habitación, mete la mano bajo la capa, y saca una pistola. Dice:

- Ramírez, ¡por fin vamos a ajustar cuentas!

Ramírez prueba la mejor manera de disuadirlo. Le dice:

- Vamos, Borgia, usted no puede hacer eso. Usted sabe que ya no soy el hombre que lo maltrató cuando usted era joven hace años, usted ya no es ese joven, ¡Piénselo!

- Ah, no - le contesta su enemigo - Sus dulces palabras no me impedirán cumplir con esta divina misión. Lo que yo quiero es vengarme y usted nada puede hacer para impedirlo.

-¡Sí puedo hacer algo! - le asegura Ramírez

-¿Qué? - le pregunta su enemigo

- Puedo despertar.

Y, en efecto, ¡despertó!

Así es la iluminación. Cuando alguien le dice: "Nada hay que pueda hacer", usted dice: "Sí yo puedo hacer algo: ¡puedo despertar!" De repente la vida ya no es una pesadilla. ¡Despierten!

Alguien vino a preguntarme algo. ¿Qué creen que fue? Me dijo: ¿Usted recibió la iluminación? ¿Qué creen que le respondí? ¡No importa!

¿Quieren una respuesta mejor? Mi respuesta sería: "¿Cómo podría yo saberlo? ¿Cómo podría saberlo usted? ¿Qué importa? ¿Quieren saber una cosa? Si ustedes desean algo demasiado, están metidos en un gran problema. ¿Quieren saber otra cosa? Si yo hubiera obtenido la iluminación y ustedes me escucharan por ello, entonces estarían metidos en un gran problema. ¿Están dispuestos a que alguien que ha obtenido la iluminación les lave el cerebro? ¡Cualquiera puede lavarles el cerebro! ¿Qué importa que alguien haya o no haya logrado el despertar? Pero vean: Queremos apoyarnos en alguien que nosotros creemos que ha llegado a la meta. Nos encanta oír que la gente llegó a la meta. Eso nos da esperanza ¿No es verdad? ¿Qué es lo que quieren esperar? ¿No es eso otra forma de deseo?

Ustedes quieren esperar algo mejor que lo que tienen ahora ¿No es así? Si no fuera así, no estarían esperando. Pero entonces

olvidan que ustedes lo tienen todo ahora mismo, y no lo saben. ¿Por qué no concentrarse en el presente, en lugar de esperar algo mejor en el futuro? ¿Por qué no comprender el presente en lugar de olvidarlo y esperar del futuro? ¿No es el futuro, sencillamente otra trampa?

LA AUTOOBSERVACION

La única forma en que alguien puede ayudarle es cuestionando sus ideas. Si usted está dispuesto a escuchar, si está dispuesto a ser cuestionado, puede hacer algo, pero nadie puede ayudarle. ¿Qué es lo más importante de todo? Es la autoobservación Nadie puede ayudarle en eso. Nadie puede darle un método. Nadie puede indicarle una técnica. En el momento que usted adquiera una técnica, vuelve a quedar programado. Pero la autoobservación -observarse a sí mismo- es importante. No es lo mismo que estar absorto en sí mismo. Estar absorto en sí mismo es estar preocupado por sí mismo, es estar interesado en sí mismo, estar inquieto acerca de sí mismo. Estoy hablando acerca de la autoobservación. ¿Qué es eso? Significa observarlo todo en usted mismo y alrededor de usted tanto como sea posible, y observando como si le estuviera sucediendo a otra persona. ¿Qué significa esa última frase? Significa que no personalice lo que está sucediendo. Significa que mire las cosas como si nada tuvieran que ver con ellas.

La razón porque usted sufre con su depresión y sus ansiedades es porque se identifica con ellas. Usted dice: "Estoy deprimido". Pero eso es falso. Usted no está deprimido. Si quiere ser preciso, debería decir: "Ahora estoy experimentando una depresión". Pero no decir: "Estoy deprimido". Usted no es su depresión. Eso no es sino un extraño truco de la mente, un extraño tipo de ilusión. Usted se engaña a sí mismo, y piensa -aunque no tiene consciencia de ello- que usted es su depresión, que usted es su ansiedad, que usted es su alegría o las emociones que tiene. "¡yo soy feliz!" Ciertamente usted no es feliz. La felicidad puede estar en usted ahora mismo, pero espere un poco, y eso cambiará; no durará: nunca dura; cambia continuamente: cambia siempre. Las nubes van y vienen: unas son negras y otras son blancas, unas grandes y otras pequeñas. Si queremos seguir con la analogía, usted sería el cielo, y está observando las nubes. Usted es un observador pasivo, desprendido. Eso es sorprendente, especialmente para un occidental. Usted no está interfiriendo. No interfiera. "Nada arregle". ¡Observe!

El problema con la gente es que se mantiene ocupada arreglando cosas que ni siquiera comprende. Siempre estamos arreglando cosas, ¿No es así? Nunca caemos en la cuenta que no es necesario arreglar las cosas. Realmente, no lo es. Esta es la gran iluminación. Es necesario comprenderlas. Si usted las comprendiera, ellas cambiarán.

CONSCIENCIA SIN EVALUARLO TODO

¿Usted quiere cambiar el mundo? ¿Qué tal empezar por usted mismo? ¿Qué tal transformarse usted primero? Pero ¿Cómo se logra eso? Por medio de la observación. Por medio de la comprensión. Sin interferencia o juicio de usted. Porque usted no puede comprender lo que juzga.

Cuando dice de alguien: "Es comunista", se interrumpe en ese momento la comprensión. Usted le puso a esa persona un rótulo. "Ella es capitalista". En ese momento se detiene la comprensión. Le puso un rótulo, y si ese rótulo lleva ecos de aprobación o desaprobación, ¡tanto peor! ¿Cómo va a comprender lo que aprueba, o lo que desaprueba? todo esto que digo suena como a un mundo nuevo, ¿No es así? ningún juicio, ningún comentario, ninguna actitud: simplemente observar, estudiar, mirar, sin el deseo de cambiar lo que es. Porque si usted desea cambiar lo que es por lo que cree que debe ser, deja de comprender. Un entrenador de perros trata de comprender a un perro de manera que pueda entrenarlo para realizar ciertos trucos. Un científico observa el comportamiento de las hormigas sin algún otro fin distinto de estudiar las hormigas, de aprender lo más posible sobre ellas. No tiene algún otro propósito. No intenta entrenarlas o conseguir algo de ellas. Le interesan las hormigas, quiere aprender todo lo que sea posible sobre ellas. Ésa es su

actitud. El día que ustedes logren una actitud como esa, experimentarán un milagro. Cambiarán, sin esfuerzo, correctamente. El cambio ocurrirá, no tendrán que lograrlo. Cuando la vida de la consciencia llegue a la oscuridad de ustedes, desaparecerá todo lo malo. Lo bueno se cultivará. Tienen que experimentar eso ustedes mismos.

Pero para esto se requiere una mente disciplinada. Y cuando digo disciplinada, no me refiero al esfuerzo. Estoy hablando de otra cosa. ¿Alguna vez han estudiado a un atleta? Toda su vida son los deportes, pero qué vida tan disciplinada la que lleva. Y miren un río que se dirige al mar: él crea el cauce que lo contiene. Cuando dentro de uno hay algo que lo mueve en la dirección correcta, crea su propia disciplina. En el momento en que le llega la consciencia. ¡Ah, es maravilloso! Es lo más maravilloso del mundo; lo más importante; lo más maravilloso. Nada hay más importante en el mundo que despertar ¡Nada! Y, por supuesto, a su manera también es una disciplina.

Nada hay más maravilloso que ser consciente. ¿Preferiría usted vivir en la oscuridad? ¿Preferiría actuar y no ser consciente de sus acciones, hablar y no ser consciente de sus palabras? ¿Preferiría oír a la gente y no ser consciente de lo que está oyendo o ver las cosas y no ser consciente de lo que está viendo? El gran Sócrates dijo: "La vida sin consciencia no merece ser vivida". Ésa es una verdad evidente. La mayoría de la gente no vive una vida consciente. Vive una vida mecánica, pensamientos mecánicos - por lo general ajenos -, emociones mecánicas. ¿Quieren ver cuán mecánico es usted realmente? "¡Qué linda camisa tienes!" Usted se siente bien oyendo eso. ¡Por una camisa, santo cielo! Usted se siente orgulloso cuando oye eso. La gente viene a mi centro en la India y dice: "¡Qué lugar tan encantador, qué árboles tan encantadores!" (de los cuales ninguna responsabilidad tengo), ¡qué clima tan encantador!" Y ya empiezo a sentirme bien, hasta que me sorprendo sintiéndome bien, y digo: "¿Puede usted imaginarse algo más estúpido que eso?" Yo no soy responsable de esos árboles; no fui responsable de la elección del lugar. No ordené el clima, sencillamente sucedió. Pero el "mi" se metió allí, de modo me siento bien. Me siento bien sobre "mi" cultura y "mi" nación ¿Cuán estúpido puede ser uno? Lo digo en serio. Me dicen que por mi gran cultura hindú he producido todos estos místicos. Yo no los produje. Yo no soy responsable de ello. O me dicen: "Ese país suyo y su pobreza - ¡es horrible!" Me avergüenzo. Pero yo no la creé. ¿Qué está pasando? ¿Se detuvo usted alguna vez a pensar? La gente le dice a uno: "Usted es encantador", y uno se siente maravilloso. Obtiene una caricia positiva (de ahí que a eso lo llamen "yo estoy bien, tú estás bien"). Algún día voy a escribir un libro y el título será Yo soy un estúpido, tú eres un estúpido. Eso es lo más liberador, lo más maravilloso del mundo, cuando usted admite públicamente que es un estúpido. Es maravilloso. Cuando la gente me dice: "Usted se equivoca", yo digo: ¿Qué más se puede esperar de un estúpido?

Desarmados, todos debemos estar desarmados. En la liberación final, yo soy un estúpido. Por lo general, ocurre cuando yo oprimo un botón y usted se siente bien; oprimo otro botón y usted se siente mal. Y a usted le gusta. ¿Cuántas personas conoce usted que no se dejan afectar por la alabanza o la crítica? Decimos que eso no es humano. Humano significa que usted es un poquito como un mico, de modo que todos pueden influir en usted, y usted hace lo que debe hacer. Pero, ¿Eso es humano? Si les parezco encantador a ustedes, eso quiere decir que en este momento están de buen humor, nada más también significa que cumplo sus expectativas.

Todos tenemos una lista de expectativas, y es como si usted tuviera que estar de acuerdo con esa lista: alto, trigueño, bien parecido, acorde a MIS gustos. "Me gusta el timbre de su voz". Usted dice: "Estoy enamorado". No, usted no está enamorado, no sea estúpido. Cuando está enamorado (vacilo en decirlo) usted es particularmente estúpido. Siéntese y observe lo que le está pasando. Está huyendo de sí mismo. Quiere escapar. Alguien dijo cierta vez: "Gracias a Dios por la realidad y los medios para escapar de ella". De modo que eso es lo que pasa. Somos muy mecánicos, muy controlados. Escribimos libros sobre el control y lo maravilloso que es ser controlados y sobre lo necesario que es que la gente nos diga que estamos bien.

Entonces nos sentimos bien con nosotros mismos. ¡Qué maravilloso es estar en la cárcel! O como alguien me dijo ayer, estar en su jaula. ¿A usted le gusta estar preso? ¿Le gusta que lo controlen? Le diré algo: Si usted se permite sentirse bien cuando la gente le dice que está bien, se está preparando para sentirse mal cuando le digan que no está bien. Mientras viva para cumplir las expectativas de otras personas, es mejor que ponga atención a la ropa que usa, a la manera de peinarse, a si sus zapatos están brillantes; en resumen, que se fije a ver si cumple todas las malditas expectativas de los demás, ¿Usted cree que eso es humano?

¡Esto es lo que descubrirá cuando se observe a sí mismo! ¡Se horrorizará! La verdad es que usted no está ni bien ni mal. ¡Usted puede estar dentro del actual ambiente o tendencia de moda! ¿Significa eso que está bien? ¿Estar bien depende de eso? ¿Depende de lo que la gente piensa de usted? Según esos criterios, Jesucristo tiene que haber estado muy mal. Usted no está bien ni está mal. Usted es usted. Espero que ése sea el gran descubrimiento, al menos para algunos de ustedes. Si tres o cuatro de ustedes descubren esto durante estos días en que estamos juntos ¡Qué cosa tan maravillosa! ¡Extraordinario! Eliminen todo ese cuento de estar bien o no estar bien; eliminen todos los juicios, y, sencillamente, observen, miren. Harán grandes descubrimientos. Esos descubrimientos producirán cambios. No tendrá que hacer el menor esfuerzo, créanme.

Esto me recuerda a un hombre en Londres, después de la guerra. Viaja en un autobús, sentado; tiene encima de las piernas un paquete envuelto en papel de color marrón; es un objeto grande y pesado. El conductor se le acerca y le dice:

-¿Qué es lo que tiene ahí en las piernas?

- Es una bomba que no explotó - le contesta el hombre-

La encontramos en el jardín y la llevo a la estación de policía.

El conductor dice:

- Usted no debiera llevar eso en las piernas. Póngala debajo del asiento.

La psicología y la espiritualidad (como generalmente la entendemos) quitan la bomba de las piernas y la ponen debajo del asiento. No solucionan realmente sus problemas. ¿Alguna vez ha pensado en eso? Usted tenía un gran problema y ahora lo cambia por otro. Siempre será así hasta que solucionemos ese problema llamado "Usted".

LA ILUSION DE LAS RECOMPENSAS

Mientras eso no suceda, no llegaremos a alguna parte. Los grandes místicos y maestros de Oriente dirán: ¿Quién es usted? Muchos creen que la pregunta más importante es: ¿Quién es Jesucristo? ¡Se equivocan!

Muchos piensan que es: ¿Dios existe? ¡Se equivocan! Otros piensan que es: ¿Existe una vida después de la muerte? ¡Se equivocan! Nadie parece afrontar el problema: ¿Hay una vida ANTES de la muerte? Sin embargo, según mi experiencia son precisamente los que no saben que hacer con esta vida los que viven preocupados por lo que van a hacer con la otra vida. Una señal de que usted despertó es que no le importa un comino lo que va a suceder en la próxima vida. A usted no le preocupa: no le importa. No le interesa, y punto. ¿Saben ustedes lo que es la vida eterna? Ustedes creen que es la vida interminable. Pero sus propios teólogos les dirán que eso no es, porque lo interminable todavía está dentro del tiempo. Es el tiempo que no se acaba. Lo eterno significa atemporal - Por fuera del tiempo- La mente humana puede comprender el tiempo y negar el tiempo. Lo que es atemporal está más allá de nuestra comprensión. Sin embargo, los místicos nos dicen que la eternidad es ahora mismo. ¿Cómo les parece esa buena noticia? Es ahora mismo. La gente se preocupa mucho cuando le digo que olvide su pasado. Está muy orgullosa de su pasado. O se avergüenza mucho de su pasado. ¡La gente está loca! ¡Olvídenlo! Cuando oigan "Arrepiéntase de su pasado", dense cuenta de que se trata de una gran distracción religiosa que les impedirá despertar. ¡Despierten! Eso es lo que significa el arrepentimiento. No "lloren por sus pecados". ¡Despierten! Comprendan, ¡dejen de llorar!

ENCONTRARSE A SI MISMO

Los grandes maestros nos dicen que la pregunta más importante del mundo es: "¿Quién soy yo?" O más bien: "¿Qué es "yo"? ¿Qué es lo que llamo "yo"? ¿Quiere decirme que usted comprendía todas las demás cosas del mundo y no comprendía esto? ¿Quiere decirme que usted comprendía la astronomía y los agujeros negros y los quásares y que aprendió la ciencia de la computación y que no sabe quién es usted? Todavía está dormido. Es un científico dormido. ¿Quiere decirme que comprendió quién es Jesucristo y que no sabe quién es usted? ¿Cómo sabe que comprendió a Jesucristo? ¿Quién es la persona que comprende? Primero averigüe eso. Eso es la base de todo, ¿Verdad? Por no haber comprendido esto están todas esas personas religiosas empeñadas en todas esas estúpidas guerras religiosas -Musulmanes contra Judíos. Protestantes contra católicos, y toda esa tontería. No saben quienes son, porque si lo supieran, no habría guerras, como la niña que le dice al niño: "¿Ustedes son presbiterianos?" y él le contesta: "No, ¡pertenecemos a otra abominación!

Pero lo que más me gustaría subrayar ahora es la autoobservación. Usted me está escuchando, pero ¿Está usted oyendo algo más, además del sonido de mi voz? ¿Es consciente de sus reacciones cuando me escucha? Si no es así, le van a lavar el cerebro. O va a ser influenciado por fuerzas internas de las cuales no tiene algún conocimiento. Y aunque sea consciente de cómo reacciona a mí, ¿También es consciente de dónde provienen esas reacciones? Tal vez ni siquiera me está escuchando; Tal vez es su padre el que me está escuchando. ¿Cree que eso es posible? Por supuesto que sí. En mis grupos de terapia, me encuentro una y otra vez con personas que no están presentes. Está su padre, está su madre, pero ellas no están. Nunca estuvieron presentes. "Ahora vivo, no yo, sino mi padre que vive en mí" Bien, eso es absolutamente, literalmente verdad. Yo podría desarmarlo a usted pieza por pieza, y preguntarle: "Bueno, esta frase, ¿Viene de su padre, de su madre, de su abuela, de su abuelo, de quien?"

¿Quién vive en usted? Es terrible cuando llega a saber eso. Usted cree que es libre, pero probablemente no hay un gesto, un pensamiento, una emoción, una actitud, una creencia que no venga de otra persona. ¿No es horrible? Y usted no lo sabe. Se trata de una vida mecánica que le fue impuesta. Usted tiene opiniones sólidas sobre ciertas cosas, y cree que es usted el que las tiene: pero, ¿Realmente es usted? Usted va a necesitar mucha consciencia para que pueda entender que tal vez eso que llama "yo" es sencillamente un conglomerado de sus experiencias pasadas, de sus condicionamientos y de su programación.

Eso duele. Realmente, cuando uno está empezando a despertar, siente mucho dolor. Es doloroso ver sus ilusiones destruidas. Todo lo que creía que había construido se derrumba, y eso es doloroso. De eso se trata el arrepentimiento; de eso se trata el despertar. Por eso, ¿Qué tal que dedique usted un minuto ahora mismo, ahí donde está sentado a ser consciente, mientras hablo, de lo que siente su cuerpo, de lo que pasa por su mente, y de cómo es su estado emocional? ¿Qué tal ser consciente del tablero, si tiene los ojos abiertos y del color de estas paredes y del material del que están construidas? ¿Qué tal ser consciente de mi rostro y de sus reacciones a este rostro mío? Porque usted reacciona, aunque no se dé cuenta. Y probablemente esa reacción no es de usted sino la tiene porque lo condicionaron para que la tuviera. ¿Y qué tal ser consciente de algunas cosas que acabo de decir? Aunque eso no sería consciencia, porque ahora sería solamente memoria.

Sea consciente de su presencia en esta sala. Dígase: "Estoy en esta sala". Es como si estuviera fuera de usted mismo, mirándose a usted mismo. Note un sentimiento ligeramente diferente del que tendría si estuviera mirando las cosas de la sala. Más tarde preguntaremos: "¿Quién es la persona que está mirando?" Yo me miro a mí mismo. "¿Qué es yo?" "¿Qué es "mí"? Por el momento es suficiente que yo me mire a mí mismo, pero si encuentra que usted está condenado a usted mismo o se aprueba a usted mismo, no interrumpa la condenación y no detenga el juicio o la aprobación, simplemente mírela. Me estoy condenando a mí mismo; me estoy aprobando a mí mismo Simplemente mírelo y punto. ¡No

trate de cambiarlo! No diga: "Ay, nos dijeron que no hiciéramos esto". Sencillamente observe lo que sucede. Como les dije antes, la observación de sí mismo significa mirar - observar lo que sucede en uno y alrededor de uno, como si le estuviera sucediendo a otra persona.

LA REDUCCION AL YO

Ahora les sugiero otro ejercicio: Escriban en una hoja de papel cualquier forma breve en que ustedes se describirían; por ejemplo, hombre de negocios, sacerdote, ser humano, católico, judío, cualquier cosa.

Me doy cuenta que algunos escriben cosas como fructífero, peregrino en búsqueda, competente, vivo, impaciente, centrado, flexible, reconciliador, amante, miembro de la especie humana, demasiado estructurado. Confío en que esto sea el resultado de observarse uno a sí mismo. Como si estuviera observando a otra persona.

Pero dense cuenta, el "yo" está observándome a "mí". Éste es un fenómeno interesante que nunca ha dejado de asombrar a los filósofos, místicos, científicos, psicólogos, que el "yo" pueda observarme a "mí". Parece que los animales no son capaces de hacer esto. Parece que se necesita cierta cantidad de inteligencia para poder hacerlo. Lo que voy a decirles ahora no es metafísica; no es filosofía. Es sencilla observación y sentido común: Los grandes místicos del Oriente se refieren realmente al "yo", no al "mí". De hecho, algunos de estos místicos nos dicen que empezamos primero con las cosas; después pasamos a una consciencia de los pensamientos (es decir, del "mí"); y finalmente obtenemos una consciencia del pensador. Las cosas, los pensamientos, el pensador. Al que realmente estamos buscando es al pensador. ¿Puede el pensador conocerse a sí mismo? ¿Puedo saber que es el "yo"? Algunos de estos místicos responden: ¿Puede el cuchillo cortarse a sí mismo? ¿Puede el diente morderse a sí mismo? ¿Puede el ojo verse así mismo? ¿Puede el "yo" conocerse a sí mismo? Pero ahora estoy pensando en algo mucho más práctico, que es decir qué no es el "yo". Iré tan lentamente como sea posible porque las consecuencias son devastadoras. Maravillosas o aterradoras, según el punto de vista de cada cual.

Escuchen esto: ¿Yo soy mis pensamientos, los pensamientos que estoy pensando? No.

Los pensamientos van y vienen; yo no soy mis pensamientos. ¿Soy mi cuerpo? Nos dicen que millones de células de nuestro cuerpo cambian o se renuevan cada minuto, de manera que después de siete años no tenemos en nuestro cuerpo una célula viva de las que había en él hace siete años. Las células van y vienen. Las células se forman y mueren. Pero el "yo" parece que permanece. De manera que ¿Yo soy mi cuerpo? ¡Es evidente que no!

El "yo" es algo diferente del cuerpo; es algo más. Podría decirse que el cuerpo es parte del "yo", pero es una parte que cambia. Se mueve continuamente, cambia continuamente. Le seguimos dando el mismo nombre, pero él cambia constantemente. Así como les damos el mismo nombre a las Cataratas del Niágara aunque las Cataratas del Niágara estén constituidas por agua que cambia continuamente. Usamos el mismo nombre para una realidad que siempre está cambiando.

¿Y, en cuanto a mi nombre? ¿"Yo" es mi nombre? Evidentemente, no. No porque puedo cambiarme de nombre sin que cambie mi "yo". ¿Mi carrera? ¿Mis creencias? Digo que soy católico, judío. ¿Es eso una parte esencial del "yo"? Cuando paso de una religión a otra, ¿Ha cambiado el "yo"? ¿Tengo un nuevo "yo" o es el mismo "yo" que ha cambiado? En otras palabras, ¿Es mi nombre una parte esencial de mí, del "yo"? Ya mencioné a la niña que le dijo al niño: "¿Eres presbiteriano?" Bien, alguien me contó otra historia acerca de Patricio. Patricio va por una calle en Belfast y siente un revólver en la nuca; una voz le dice: "¿Es usted católico o protestante?" Bien, Patricio tenía que pensar de prisa. Dice: "Yo soy judío", y la voz le dice: "Yo soy el árabe más afortunado de todo Belfast". Los rótulos nos importan mucho. "Yo soy republicano", dice usted. Pero ¿Si es realmente? Es imposible que usted quiera decir que cuando cambia de partido cambia de "yo". ¿No se trata del mismo viejo "yo" con nuevas convicciones política? Recuerdo haber oído acerca de un hombre que le pregunta a un amigo:

-¿Piensas votar por los republicanos?

- No, voy a votar por los demócratas - Le contesta el amigo - Mi padre era demócrata, mi abuelo era demócrata y mi bisabuelo era demócrata.

- Esa lógica es loca - dice el otro -. Es decir, si tu padre hubiera sido ladrón de caballos, y tu abuelo hubiera sido ladrón de caballos, y tu bisabuelo hubiera sido ladrón de caballos ¿Qué hubieras sido tú?

- Ah - respondió el amigo -, entonces sería republicano.

Dedicamos mucho tiempo en la vida a reaccionar a los rótulos, los nuestros y los de los demás. Identificamos los rótulos con el "yo". Católico y protestante son rótulos frecuentes. Cierta vez un hombre fue a ver a un sacerdote y le dijo: - Padre, quiero que diga una misa por mi perro

El sacerdote se indignó: -¿Cómo así? ¿Decir una misa por su perro?

- Era mi perro consentido - le contestó el hombre - Yo amaba ese perro, y me gustaría que usted dijera una misa por él.

- Aquí no decimos misas por perros - replicó el sacerdote -. Pruebe en la iglesia vecina. Pregunte si pueden celebrarle un servicio.

Cuando el hombre estaba por irse, le dijo al sacerdote:

- Es una lástima. Realmente yo amaba a ese perro, iba a pagarle un millón de dólares por la misa.

Y el sacerdote dijo:

Espere un momento, usted no me había dicho que su perro fuera católico.

Cuando usted está atrapado por los rótulos, ¿Qué valor tienen esos rótulos, en cuanto al "yo"? ¿Podríamos decir que el "yo" no es alguno de los rótulos que le adjudicamos? Los rótulos pertenecen al "mi". Lo que cambia constantemente es el "mi". ¿El "yo" cambia alguna vez? ¿Cambia alguna vez el observador? El hecho es que cualquier rótulo en que usted piense (excepto quizá ser humano) debe aplicarlo al "mi". "Yo" no es alguna de esas cosas, De manera que cuando usted sale de usted mismo y observa el "mi", ya no se identifica con el "mi" El sufrimiento existe en el "mi", de manera que cuando usted identifica el "yo" con el "mí" empieza el sufrimiento.

Diga que tiene miedo, o deseo o ansiedad. Cuando el "yo" no se identifica con el dinero, o el nombre o la nacionalidad, o las personas o los amigos, o con cualquier cualidad, el "yo" nunca está amenazado. Puede ser muy activo, pero nunca está amenazado. Piense en cualquier cosa que le ha causado o causa dolor o preocupación o ansiedad. En primer lugar, puede identificar el deseo bajo el sufrimiento; hay algo que usted desea ardientemente, o no habría sufrimiento. ¿Qué es ese deseo? En segundo lugar, no es sencillamente un deseo; hay identificación. De alguna manera, usted se dijo a usted mismo:

"El bienestar del "yo", casi la existencia del "yo", está ligada con este deseo". Todo sufrimiento es causado por identificarme con algo, sea que ese algo esté dentro de mí o fuera de mí.

SENTIMIENTOS NEGATIVOS HACIA LOS DEMAS

En una de mis conferencias alguien hizo el siguiente comentario:

"Quiero compartir con usted algo maravilloso que me sucedió. Fui al cine un día; poco tiempo después, estaba trabajando y realmente tenía problemas con tres personas en mi vida. De manera que dije: "Bueno, así como aprendí en el cine, voy a salir de mí mismo". Durante un par de horas me puse en contacto con mis sentimientos, con lo mal que me sentía hacia estas tres personas. Dije: "Realmente odio a esas personas". Después dije: "Jesús, ¿Qué puedes hacer al respecto?" Un poco más tarde me puse a llorar, por que me di cuenta que Jesús había muerto por esas personas, y, de todos modos, ellas no podían evitar ser como eran. Esa tarde tenía que ir a la oficina; allí hablé con esas personas. Les conté mi problema, y ellas estuvieron de acuerdo. Ya no estaba furioso con ellas y ya no las odiaba".

Siempre que usted tiene un sentimiento negativo hacia alguien, está viviendo en una ilusión. Algo grave sucede. No está viviendo

la realidad. Algo en su interior tiene que cambiar. Pero ¿Eso es lo que generalmente hacemos cuando tenemos un sentimiento negativo? "El tiene la culpa, ella tiene la culpa. Ella tiene que cambiar." ¡No! El mundo está bien. El que tiene que cambiar es usted.

Uno de ustedes dijo que trabajaba en una institución. Durante una reunión del personal, alguien solía decir, inevitablemente: "La alimentación de aquí es pésima", y la nutricionista se salía de casillas. Se había identificado con la alimentación y decía: "El que ataque la alimentación, me ataca a mí; me siento amenazada". Pero el "yo" nunca está amenazado; solamente el "mí" es amenazado.

Pero supongamos que usted presencia una injusticia evidente, algo que está obvia y objetivamente mal, ¿No sería una reacción apropiada decir que esto no debiera suceder? ¿De alguna manera usted debe involucrarse en la corrección de una situación que está mal? Alguien maltrata a un niño, y usted ve el abuso. ¿Qué hacer frente a algo como eso? Espero que no haya dado por sentado que yo dije que nada debía hacer. Dije que si usted no tuviera sentimientos negativos sería mucho más eficiente, mucho más eficiente. Porque cuando entran en juego los sentimientos negativos, usted se vuelve ciego. Aparece el "mi", y todo se desorganiza. En donde antes teníamos un problema, ahora tenemos dos problemas. Muchos suponen erróneamente que si uno no tiene sentimientos negativos como la ira, el resentimiento y el odio significa que nada debe hacer frente a una situación. ¡Ah, no, no, no! Usted no se siente emocionalmente afectado, pero actúa de inmediato. Se vuelve muy sensible a las cosas y a las personas que lo rodean Lo que mata la sensibilidad es lo que mucha gente llama el ego condicionado: cuando uno se identifica tanto con el "mi" que hay demasiado "mi" para poder ver las cosas objetivamente, con desprendimiento. Es muy importante que cuando usted actúe pueda ver las cosas con desprendimiento. Pero las emociones negativas se lo impiden.

Entonces, ¿Cómo llamaríamos ese tipo de pasión que activa la energía para hacer algo respecto a los males objetivos? Sea lo que sea, no es una reacción; es una acción.

Algunos de ustedes se preguntan si existe un área gris antes de que algo se convierta en un apego, antes de que tenga lugar la identificación. Digamos que muere un amigo. Parece bien y muy humano sentir algo de tristeza. Pero ¿Qué reacción? ¿Compasión de sí mismo? ¿Qué será lo que le produce aflicción? Piense en eso. Lo que le estoy diciendo le parecerá terrible, pero ya le dije, vengo de otro mundo. Su reacción es de pérdida personal ¿Verdad? Le produce lástima el "mi", o se conduele de otras personas a quienes su amigo alegraba. Por eso quiere decir que le producen lástima otras personas a quienes les producen lástima ellas mismas. Si no se conduelen de ellas mismas, ¿De qué podrían condolerse? Nunca sentimos tristeza cuando perdemos algo a lo que le hemos permitido ser libre, que no hemos tratado de poseer. La tristeza es una señal de que hice depender mi felicidad de esta cosa o persona, al menos en alguna medida. Estamos tan acostumbrados a oír lo contrario de esto, que lo que digo suena inhumano, ¿No es verdad?

SOBRE LA DEPENDENCIA

Es lo que los místicos nos han dicho. No estoy diciendo que el "mi", el yo condicionado, no regrese algunas veces a sus esquemas habituales. Así es como hemos sido condicionados. Pero surge la pregunta de si es concebible vivir una vida en la que usted esté tan totalmente solo que de nadie dependa emocionalmente.

Todos dependemos unos de otros para todo tipo de cosas, ¿No es verdad?, Dependemos del carnicero, del panadero, del fabricante de velas Interdependencia. ¡Eso está bien! Organizamos una sociedad de esta manera, y les asignamos funciones diferentes a personas diferentes para el bienestar de todos, de manera que funcionemos mejor y vivamos con mayor eficacia - al menos así lo esperamos. Pero depender psicológicamente de otra persona -¿Qué implica eso? Significa depender de otro ser humano para mi felicidad.

Piense en eso. Porque si lo hace, la próxima cosa que usted va a hacer - Tenga

consciencia de ello o no, - es exigir que los demás contribuyan a su felicidad. Entonces habrá otro paso: temor, temor a perder, temor a estar alienado, temor a ser rechazado, un control mutuo. El amor perfecto expulsa el temor. En donde hay amor no hay exigencias, no hay expectativas, no hay dependencia. Yo no exijo que usted me haga feliz; mi felicidad no está en usted. Si usted me dejara, no me condolería de mí mismo; yo disfruto enormemente de su compañía, pero no me aferro.

Yo disfruto sin aferrarme. Lo que realmente disfruto no es usted; es algo más grande que usted y yo. Es algo que descubrí, una especie de sinfonía, una especie de orquesta que interpreta una melodía en su presencia, pero cuando usted se va, la orquesta no se detiene. Cuando me encuentro con otra persona, la orquesta interpreta otra melodía, la cual también es agradable. Y cuando estoy solo, continúa tocando. Tiene un gran repertorio y nunca deja de tocar.

De eso se trata el despertar. También por eso estamos hipnotizados, nos lavan el cerebro, estamos dormidos. Parece terrible preguntar, pero ¿Puede decirse que usted me ama si se aferra y no me deja ir? ¿Si no me permite ser? ¿Puede decirse que me ama si me necesita psicológica o emocionalmente para su felicidad? Esto contradice la enseñanza universal de todas las escrituras, todas las religiones, todos los místicos. "¿Cómo pudimos pasarlo por alto durante tantos años?" Repetidamente me digo a mí mismo: ¿Cómo fue posible que no lo viera? Cuando uno lee estas cosas radicales en las escrituras, se pregunta: ¿Este hombre está loco? Pero después de un tiempo empieza a pensar que todos los demás están locos. "Si no renuncias a todo lo que posees, no puedes ser mi discípulo". Hay que dejarlo todo. No se trata de un renunciamiento físico, comprendan; eso es fácil. Cuando sus ilusiones se acaban, por fin uno esta en contacto con la realidad, y créanme, nunca volverá a sentirse solo, nunca más.

La soledad no se cura con la compañía humana. La soledad se cura con el contacto con la realidad. Tengo muchísimo que decir sobre eso. El contacto con la realidad, la desaparición de nuestras ilusiones, el contacto con lo real. Sea lo que sea, no tiene nombre. Solamente podemos conocerlo abandonando lo que es irreal. Usted puede saber lo que es la soledad cuando deja de aferrarse, cuando renuncia a su dependencia. Pero el primer paso para lograrlo es que lo vea como deseable. Si no lo ve como deseable, ¿Cómo puede llegar a acercarse?

Piense en su soledad. ¿Desaparecería por la compañía humana? Ésta sólo servirá de distracción. Adentro hay un vacío ¿No es así? Y cuando el vacío sale a la superficie, ¿Qué hace usted? Huye, enciende el televisor, enciende el radio, lee un libro, busca compañía humana, busca entretenimiento, busca distracción. Todo el mundo hace eso. Actualmente esto es un gran negocio, una industria organizada para distraernos o entretenernos.

COMO SE PRESENTA LA FELICIDAD

Regrese a usted mismo como a su hogar. Obsérvese. Por eso dije antes, que la autoobservación es algo sumamente agradable y extraordinario. Después de un tiempo, usted no tiene que hacer algún esfuerzo, porque, a medida que las ilusiones empiezan a derrumbarse, usted empieza a conocer cosas que no pueden describirse. Eso se llama felicidad. Todo cambia, y usted se vuelve adicto a la consciencia.

Hay una historia sobre el discípulo que fue a donde el maestro y le dijo: "¿Podría darme una palabra de sabiduría?" "¿Podría darme algo que me guiara a través de mis días?" Era el día de silencio del maestro, de manera que tomó un bloc. Escribió: "Consciencia". Cuando el discípulo lo vio, dijo: "Es demasiado breve. ¿Puede ampliarlo un poco?" Entonces el maestro tomó el bloc y escribió: "Consciencia, consciencia, consciencia". El discípulo dijo: "Sí, pero ¿Qué significa?" El maestro volvió a tomar el bloc y escribió: "Consciencia, consciencia, consciencia significa: consciencia".

Eso es lo que significa autoobservarse. Nadie puede mostrarle a usted cómo hacerlo, porque estaría dándole una técnica, estaría programándolo. Pero obsérvese a usted mismo. Cuando habla con alguien,

¿Está consciente de ello o sencillamente se identifica con ello? Cuando se disgustó con alguien ¿Estaba consciente de que estaba furioso, o sencillamente se identificó con su cólera? Más tarde, cuando tuvo tiempo, ¿Estudió su experiencia y trató de comprenderla? ¿De dónde procedía? ¿Qué la causó? No conozco alguna otra vía hacia la consciencia. Usted sólo hace cambiar lo que comprende. Usted reprime lo que no comprende y aquello de lo cual no es consciente. Usted no cambia, pero cuando usted lo comprende, eso cambia.

A veces me preguntan: "¿Es este tránsito hacia la consciencia algo gradual, o es algo súbito?" Algunas personas afortunadas lo logran en un instante. Sencillamente, toman consciencia. Otras van avanzando lentamente, gradualmente, progresivamente. Empiezan a ver las cosas. Las ilusiones se acaban, las fantasías desaparecen, y empiezan a ponerse en contacto con los hechos. No hay una regla general. Hay una famosa historia de un león que encontró un rebaño de ovejas, y, con asombro, descubrió un león entre las ovejas. Era un león que había crecido entre las ovejas desde que era cachorro. Balaba como oveja y corría como una oveja. El león se le acercó, y cuando la oveja- león estuvo frente al león real, empezó a temblar. El león dijo:

-¿Qué estás haciendo entre estas ovejas?

La oveja - león le contestó:

- Yo soy una oveja

- No, tú no eres una oveja - le replicó el león - Ven conmigo.

Entonces llevó a la oveja - león a un estanque y le dijo: -¡Mira!

Cuando la oveja-león vio su reflejo en el agua, dio un gran rugido, y en ese momento se transformó. Nunca volvió a ser como antes.

Si usted tiene suerte y los dioses son benévolos, o si usted recibe la gracia divina (use cualquier expresión teológica que desee), repentinamente podría comprender quién es "yo", y nunca volvería a ser el mismo de antes, nunca, Nada podrá volver a afectarlo, y nadie podrá volver a herirlo.

Usted a nadie temerá y de nada tendrá miedo. ¿No es eso extraordinario? Usted vivirá como un rey, como una reina. Esto es lo que significa vivir como la realeza. Nada de esa basura de que su retrato salga en el periódico o de tener mucho dinero. Eso es paja. Usted a nadie teme porque está completamente satisfecho de no ser alguien. No le interesan el éxito ni el fracaso. Nada significan. Los honores, la desgracia, ¡nada significan! Si usted se comporta como un estúpido, esto tampoco significa algo. ¡Qué estado tan maravilloso!

Algunas personas llegan a esta meta con dificultad, paso a paso, después de meses y semanas de autoconsciencia. Pero les prometo que no he conocido una sola persona que haya dedicado tiempo a ser consciente que no haya visto una diferencia en cuestión de semanas. La calidad de su vida cambia, de manera que ya no tiene que aceptarlo como cuestión de fe. Lo ve: ella es diferente. Reacciona de manera diferente. En realidad, reacciona menos y actúa más. Ve cosas que nunca ha visto.

Usted tendrá mucha más energía, estará mucho más vivo. La gente cree que si ella no tiene deseos es como leña seca, pero, en realidad, dejaría de estar tensa. Libérese de su temor al fracaso, de sus tensiones acerca del éxito; usted será usted mismo. Relajado. No conducirá con los frenos puestos. Eso será lo que sucederá.

Hay un hermoso dicho de Tranxu, un sabio chino, que me tomé el trabajo de aprender de memoria. Dice: "Cuando el arquero dispara sin buscar un premio, tiene toda su destreza; cuando dispara para ganar una medalla de bronce, se pone nervioso; cuando dispara para ganar una presa de oro, enceguece, ve dos blancos, y está fuera de sí. Su destreza no ha cambiado, pero el premio lo divide, ¡Le importa! Piensa más en ganar que en disparar, y la necesidad de ganar le quita su poder". ¿No es ésa una imagen de lo que es la mayoría de la gente? Cuando usted no está viviendo por algo, tiene toda su habilidad, tiene toda su energía, está relajado, no le importa, porque no le importa que pierda o que gane.

Ésa es una vida humana. De eso se trata la vida. Eso puede venir solamente de la consciencia. Y en la consciencia usted se dará cuenta de que el honor nada significa.

Es un convencionalismo social, eso es todo. Por esa razón los místicos y los profetas no se preocupaban por eso en absoluto. El honor o el deshonor nada significaban para ellos. Vivían en otro mundo, el mundo de los despiertos. El éxito o el fracaso nada significaba para ellos. Tenían la actitud: "Yo soy estúpido, usted es estúpido, de modo que, ¿Cuál es el problema?".

Alguien dijo: "Las tres cosas más difíciles para un ser humano no son las hazañas físicas ni los logros intelectuales, son, en primer lugar, retornar amor por odio; en segundo lugar, incluir a los excluidos; en tercer lugar, admitir que está equivocado". Pero éstas son las cosas más fáciles del mundo si usted no se ha identificado con el "mi". Usted es capaz de decir cosas como: "¡Me equivoqué! Si usted me conociera mejor, vería con cuanta frecuencia me equivoco. ¿Qué podría esperarse de un estúpido? Si no me he identificado con estos aspectos del "mi", usted no puede herirme. Al principio, los viejos condicionamientos protestarán y usted estará deprimido y ansioso. Usted se afligirá, llorará, etc. "Antes del despertar, estaba deprimido: después del despertar, sigo deprimido". Pero hay una diferencia: ya no me identifico con la depresión. ¿Sabe usted cuán grande es la diferencia?

Usted sale de usted mismo y mira la depresión, y no se identifica con ella. Nada hace para que se acabe; está perfectamente dispuesto a seguir su vida mientras ella pasa por usted y desaparece. Si usted no sabe lo que esto significa, realmente tiene algo por descubrir. ¿Y la ansiedad? Ahí está y usted no se preocupa. ¡que extraño! Está ansioso pero no preocupado.

¿No es eso una paradoja? Y usted está dispuesto a permitir que esta nube lo invada, porque cuanto más luche contra ella, mayor poder tendrá sobre usted. Usted está dispuesto a observarla mientras pasa. Usted puede ser feliz en medio de su ansiedad. ¿No es eso locura? Usted puede ser feliz en su depresión. Pero no puede tener un concepto equivocado de la felicidad. ¿Creía que la felicidad eran las emociones o la excitación? Eso es lo que causa la depresión. ¿Nadie se lo dijo? Usted está emocionado, bueno, está bien; pero sólo está preparando el camino para la próxima depresión. Usted está emocionado pero siente ansiedad tras eso: ¿Cómo puedo lograr que dure? Eso no es felicidad, eso es adicción.

¿Me pregunto cuántos no adictos están leyendo este libro? Si usted se parece al grupo promedio, hay muy pocos, muy pocos. No desprecie a los alcohólicos y a los drogadictos: tal vez usted sea tan adicto como ellos. La primera vez que vislumbré este nuevo mundo, fue aterrador. Comprendí lo que significa estar solo, sin un lugar donde apoyar la cabeza, dejar que todos sean libres y ser libre, no ser especial para alguien y amarlos a todos - porque el amor hace eso. Brilla sobre los buenos y los malos por igual; hace que llueva sobre los santos y los pecadores por igual.

¿Es posible que la rosa diga: "Les daré mi perfume a los buenos que quieran olerme, pero no a los malos? ¿O es posible que la lámpara diga: "Iluminaré a los buenos que están en esta sala, pero no iluminaré a los malos"? ¿O puede el árbol decir: "les daré mi sombra a los buenos que descansen junto a mí, pero no a los malos"? estas son imágenes de lo que es el amor.

Siempre ha estado allí, directamente frente a nosotros en las escrituras, aunque nunca quisimos verlo porque estábamos sumergidos en lo que nuestra cultura llama el amor, con sus canciones y sus poemas de amor; eso no es amor en absoluto, eso es lo opuesto al amor. Eso es deseo y control y posesión. Eso es manipulación, y temor, y ansiedad; eso no es amor. Nos dijeron que la felicidad es una piel suave, un lugar de vacaciones. No son esas cosas, pero tenemos maneras sutiles de hacer que nuestra felicidad dependa de esas cosas, tanto dentro como fuera de nosotros. Decimos: "Me niego a ser feliz hasta que desaparezca mi neurosis". Le tengo buenas noticias: puede ser feliz ahora mismo, con la neurosis. ¿Quiere noticias todavía mejores? Hay una sola razón por la cual usted no está experimentando lo que en la india llamamos anand: felicidad, felicidad. Hay una sola razón por la cual usted no es feliz en este momento: porque está pensando o concentrándose en lo que no tiene. De otra manera, sería feliz. Usted se está concentrando en lo que no tiene. Pero ahora mismo usted tiene todo lo que necesita para ser feliz.

Jesús hablaba de sentido común con los laicos, con los hambrientos, con los pobres. Les estaba dando buenas noticias: Tómela, es suya. Pero ¿Quién escucha? A nadie le interesa; la gente prefiere estar dormida.

EL MIEDO ORIGEN DE LA VIOLENCIA

Algunos dicen que solamente hay dos cosas en el mundo: Dios y el miedo; el amor y el miedo son las únicas dos cosas. Solamente hay un mal en el mundo: el miedo. Solamente hay un bien en el mundo: el amor. A veces le dan otros nombres. A veces lo denominan felicidad o libertad o paz o gozo o Dios o lo que sea. Pero el rótulo realmente no importa. Y no hay un solo mal en el mundo que no se origine en el miedo. Ni uno solo.

La ignorancia y el miedo, la ignorancia causada por el miedo, de ahí viene todo el mal, de ahí viene la violencia. La persona que realmente no es violenta, la que es incapaz de la violencia, es la persona que no tiene miedo. Usted se enoja solamente cuando tiene miedo. Piense en la última vez que se enojó y busque el miedo subyacente. ¿Qué temía perder? ¿Qué temía que le quitaran? De ahí viene la ira. Piense en una persona furiosa, tal vez en alguien a quien usted teme. ¿Puede ver todo el miedo de esa persona? Tiene mucho miedo, realmente lo tiene. Está muy asustada o no estaría furiosa. En el último análisis solamente hay dos cosas, el amor y el miedo.

En este retiro me gustaría dejarlo hasta ahí, sin estructura y pasando de una cosa a la otra y regresando a ciertos temas una y otra vez, por que ésa es la forma de captar lo que estoy diciendo. Si eso no le llega la primera vez, puede llegarle la segunda, y lo que no le llega a esa persona puede llegarle a otra. Yo trato diferentes temas, pero todos son sobre lo mismo. Llámelo consciencia, llámelo amor, llámelo espiritualidad o libertad o despertar o cualquier cosa. Realmente es lo mismo.

LA CONSCIENCIA Y EL CONTACTO CON LA REALIDAD

Mirarlo todo dentro y fuera de usted, y cuando algo le sucede, verlo como si le estuviera sucediendo a otra persona, sin comentarios, sin juicios, sin actitudes, sin interferencias, sin intentos de cambiarlo, sólo de comprender. Cuando asuma esta actitud, empezará a caer en la cuenta de que se va desidentificando cada vez de su "mi". Santa Teresa de Ávila dice que, hacia el final de su vida, Dios le concedió una gracia extraordinaria. No usa, por supuesto, esta expresión moderna, pero solamente se trata de la desidentificación de sí misma. Si otra persona tiene cáncer y no conozco a esa persona, eso no me afecta mucho. Si tuviera amor y sensibilidad, tal vez le ayudaría, pero eso no me afecta emocionalmente. Si usted tiene que presentar un examen, eso no me afecta mucho. Puedo ser muy filosófico al respecto y decirle: "Bueno, cuanto más se preocupe, peor será. ¿Mas bien por qué no descansa en vez de estudiar? "Pero cuando llega mi turno para presentar un examen, entonces es diferente, ¿No es así? La razón es que me identifiqué con el "mi": con mi familia, con mi país, mis posesiones, mi cuerpo, mi ego. ¿Cómo sería si Dios me diera la gracia de no llamar a estas cosas "mías"? Gozaría del desprendimiento; estaría desidentificado. Eso es lo que significa perderse a sí mismo, negarse a si mismo, morir a si mismo.

LA BUENA RELIGION: LA ANTÍTESIS DE LA INCONSCIENCIA

Alguien me preguntó durante una conferencia: ¿Qué piensa sobre Nuestra Señora de Fátima?" ¿Qué opina de ella? Cuando me hacen preguntas como ésa, me acuerdo de aquella vez que llevaban la estatua de Nuestra Señora de Fátima en un avión a una peregrinación de veneración, y cuando volaban sobre el sur de Francia el avión empezó a bambolearse y a temblar y parecía que fuera a desbaratarse. Y la milagrosa estatua gritó: ¡Nuestra Señora de Lourdes, ruega por nosotros!" Y todo se

arregló. ¿No fue maravilloso? ¿Una "nuestra señora" que ayuda a otra "nuestra señora"?

También había un grupo de mil personas que fueron en peregrinación a Ciudad de México a venerar el santuario de Nuestra Señora de Guadalupe y se sentaron delante de la estatua protestando porque el Obispo de la Diócesis había declarado a "Nuestra Señora de Lourdes" ¡patrona de la Diócesis! Estaban seguros de que Nuestra Señora de Guadalupe" lo sentía mucho, de manera que estaban protestando en desagravio de la ofensa. Ése es el problema con la religión si uno no se cuida.

Cuando les hablo a los hindúes, les digo: "Sus sacerdotes no se alegrarán de oír esto"(fíjense lo prudente que estoy esta mañana), "pero, según Jesucristo, a Dios le agradaría más la transformación de ustedes que la adoración que le rindan. Le agradaría mucho más su amor que su adoración". Y cuando les hablo a los musulmanes, les digo: "Su ayatollah y sus mullahs no se van a alegrar de oír esto, pero a Dios le va a agradar mucho más que ustedes se transformen en personas llenas de amor que si dicen "Señor, Señor". Es infinitamente más importante que ustedes se despierten. Eso es la espiritualidad, eso es todo. Si ustedes lo logran, tienen a Dios. Entonces ustedes adoran "en espíritu y en verdad". Cuando ustedes se convierten en amor, cuando se transforman en amor.

El peligro de lo que puede hacer la religión se ve muy bien en una historia que contó el Cardenal Martini, Arzobispo de Milán. La historia es sobre una pareja de italianos que se van a casar. Se habían puesto de acuerdo con el párroco para hacer una pequeña recepción en el atrio de la parroquia, frente a la iglesia. Pero llovió, y no se podía hacer la recepción, de modo que le dijeron al sacerdote: "¿Podríamos hacer la celebración en la iglesia?

Al padre no le entusiasmó hacer una recepción en la iglesia, pero ellos le dijeron: "Comeremos un poco de torta, cantaremos una canción, tomaremos un poquito de vino y nos iremos a casa". De manera que el padre aceptó. Pero como eran italianos amantes de la vida, tomaron un poco de vino, cantaron una canción, luego tomaron otro poquito de vino y cantaron más canciones, y a la media hora había una gran celebración en la iglesia. Y todos se estaban divirtiendo mucho. Pero el padre estaba tenso, paseándose de un lado para otro en la sacristía, preocupado por el ruido que estaban haciendo. El coadjutor entró y le dijo:- Veo que usted está muy tenso.

- Por supuesto que estoy tenso. ¡Oiga el ruido que están haciendo, y en la casa de Dios! ¡Santo Dios!

- Pero padre, realmente no tenían a dónde ir.

-¡Ya lo sé! Pero, ¿Por qué tienen que hacer tanto ruido?

- Bueno, no debemos olvidar que el mismo Jesús iasistió una vez a una boda! ¿No es verdad, padre?

- Yo sé que Jesucristo asistió a un banquete de bodas. ¡No es necesario que usted me diga que Jesucristo asistió a un banquete de bodas! ¡Pero no estaba allí el santísimo sacramento!

Miren: A veces el Santísimo Sacramento es más importante que Jesucristo: Cuando el culto es más importante que el amor, cuando la iglesia es más importante que la vida, cuando Dios es más importante que el prójimo. Y así sigue. Ése es el peligro. En mi opinión, para esto era para lo que Jesús evidentemente nos llamaba: ¡Primero lo primero! La persona es mucho más importante que el sábado. Hacer lo que le digo, convertirse en lo que estoy indicando, es mucho más importante que decir Señor, Señor. Pero a su mullah no le va a gustar oír eso, se lo aseguro. A sus sacerdotes no les va a gustar oír eso. Sin embargo, de eso es de lo que hemos estado hablando. De la espiritualidad. Del despertar. Como les dije, si quieren despertar es extremadamente importante hace lo que llamo "autoobservación". Sean conscientes de lo que dicen, sean conscientes de lo que hacen, sean conscientes de lo que piensan, sean conscientes en su manera de actuar. Sean conscientes del lugar de donde vienen, de cuales son sus motivaciones. No vale la pena vivir una vida sin consciencia.

La vida sin consciencia es una vida mecánica. No es humana, es programada, condicionada. Más valdría que fuéramos una piedra, un trozo de madera. En mi país hay cientos de miles de personas que viven en pequeñas chozas, en una pobreza

extrema; apenas logran sobrevivir, todo el día hacen un trabajo manual duro, duermen y se despiertan por la mañana, comen algo, y vuelven a empezar. Y uno piensa: "¡Qué vida!" "¿Eso es lo que la vida tiene para ofrecerles?" Y entonces, de pronto, se sobresalta cuando se da cuenta que el 99.999% de las personas de aquí no están mejor. Ustedes pueden ir al cine, conducir un automóvil, hacer un crucero. ¿Creen ustedes que están mejor que ellos? Ustedes están tan muertos como ellos. Son una máquina tanto como lo son ellos - Una máquina un poco más grande, pero de todas maneras, una máquina. Eso es triste. Es triste pensar que la persona pasa por la vida así.

Los seres humanos pasan por la vida con ideas fijas; nunca cambian. Sencillamente no se dan cuenta de lo que sucede. Ellos podrían ser un bloque de madera, o una roca, una máquina que habla, camina, piensa. Eso no es humano. Son títeres movidos en todas las direcciones por todo tipo de cosas. Opriman un botón y obtendrán una reacción. Casi se puede predecir cómo va a reaccionar una persona. Si estudio a una persona, puedo decirles cómo va a reaccionar. Con mi grupo de terapia, a veces escribo en una hoja de papel que Fulano va a iniciar la sesión y que Mengano va a responderle. ¿Creen que eso está mal? Bueno, no escuchen a las personas que les dicen: "¡Olvídese de usted mismo! Acérquese a los demás con amor" ¡No las escuchen! Todos se equivocan. Lo peor que usted puede hacer es olvidarse de usted mismo cuando se acerca a los demás con lo que se llama una actitud de ayuda.

Esto lo entendí a la fuerza hace muchos años, cuando estudié sicología en Chicago. Estábamos siguiendo un curso de consejería para sacerdotes. Se admitía sólo a sacerdotes que estaban haciendo consejería y que aceptaban traer a la clase la grabación de una sesión. Éramos como veinte. Cuando me llegó el turno, traje un casete con una entrevista que había tenido con una joven. El instructor colocó la cinta en una grabadora, y la escuchamos. A los cinco minutos, como acostumbraba el instructor detuvo la grabación y preguntó: ¿Hay comentarios? Alguien me dijo:

-¿Por qué le preguntó eso a ella?

- Nada creo haberle preguntado - le contesté -. En realidad, estoy bastante seguro de nada haberle preguntado.

- Usted le preguntó - afirmó.

Yo estaba seguro porque en esa época estaba siguiendo conscientemente el método de Carl Rogers, el cual se orienta hacia las personas y es no directivo: uno no hace preguntas, no interrumpe ni da consejos. De manera que yo sabía que no debía hacer preguntas. De todos modos, hubo una discusión entre nosotros y entonces el instructor dijo: "¿Por qué no volvemos a escuchar la grabación?" volvimos a escucharla y entonces con horror, oí una pregunta grande, tan grande como el Empire State Building, una pregunta enorme. Lo interesante es que yo había oído esa pregunta tres veces, la primera vez, supuestamente cuando la hice, la segunda vez cuando escuché la grabación en mi habitación (porque yo quería llevar una buena grabación a clase), y la tercera vez cuando la escuché en clase. Pero no la había oído. No había tomado consciencia.

Eso sucede con frecuencia en mis sesiones de terapia o en mi dirección espiritual. Grabamos la entrevista, y cuando el cliente la escucha dice: "Mire, realmente no oí lo que usted dijo durante la entrevista. Sólo oí lo que dijo cuando escuché la grabación". Lo más interesante es que yo no oí lo que dije durante la entrevista. Es sorprendente descubrir que durante una sesión de terapia digo cosas de las que no tengo consciencia. Solamente más tarde capto su pleno significado. ¿Creen ustedes que esto es humano? Usted dice: "Olvídese de usted mismo y vaya hacia los demás". De todos modos, después de escuchar nosotros toda la grabación allá en Chicago, el instructor dijo: "¿Hay comentarios?" Uno de los sacerdotes, un hombre de cincuenta años con quien yo simpatizaba, me dijo:

- Tony, me gustaría hacerte una pregunta personal. ¿Te parecería bien?

- Si, por supuesto - le contesté - Si no quiero responderla, no respondo.

-¿La mujer de la entrevista es bonita? - me preguntó

Realmente, yo estaba en un estadio de mi desarrollo (o subdesarrollo) en el cual no

me daba cuenta de si alguien era bien parecido o no lo era. No me importaba. Ella era una oveja del rebaño de Cristo; yo era un pastor. Yo prestaba ayuda. ¡Qué maravilla! Así me habían entrenado. De modo que le dije:

-¿Eso que tiene que ver?

- Porque ella no te gusta, ¿Verdad? - me contestó

-¡¿Qué?! - exclamé

Nunca me había detenido a pensar si los individuos me gustaban o me disgustaban. Como la mayoría de la gente, sentía una antipatía ocasional que se hacía consciente, pero mi actitud generalmente era neutral. Le pregunte:

-¿Por qué piensas eso?

- Por la grabación.

La escuchamos nuevamente, y me dijo:

- Escucha tu voz. La dulzura con que hablas. Observa. Estás irritado, ¿No es así?

Si estaba irritado, y sólo estaba empezando a ser consciente de ello en ese momento. ¿Y qué fue lo que le dije a ella de manera no directiva? Le dije: "No regrese". Pero no me había dado cuenta. El sacerdote amigo me dijo:

- Ella es mujer. Se habrá dado cuenta. ¿Cuándo debes volver a reunirte con ella?

- El próximo miércoles

- Apuesto a que no regresará

No regresó. Esperé una semana, pero no vino. Esperé otra semana y tampoco vino. Entonces la llamé. Rompí una de mis reglas: No seas el salvador.

La llamé y le dije:

-¿Recuerda esa grabación que usted me permitió hacer para mi clase? Me ayudó mucho porque la clase me señaló muchas cosas (¡No le dije qué cosas!) que podrían hacer que la sesión fuera más eficaz. De modo que si usted quisiera regresar, sería más eficaz.

- Bien, regresaré - me contestó.

Regresó. Todavía estaba allí la antipatía. No había desaparecido, pero ya no estorbaba. Usted controla aquello de lo cual es consciente; aquello de lo cual usted no es consciente, lo controla a usted. Usted siempre será un esclavo de aquello de lo cual no es consciente.

Cuando es consciente de ello, se libera. Todavía está allí, pero no lo afecta. No lo controla a usted, no lo esclaviza. Ésa es la diferencia.

Consciencia, consciencia, consciencia. Lo que nos enseñaron en ese curso fue a ser observadores participantes.

Para expresarlo gráficamente, yo estaría hablando con usted y al mismo tiempo estaría afuera observándolo a usted y observándome a mí mismo. Cuando estoy escuchándolo a usted, es infinitamente más importante escucharme a mí mismo que escucharle a usted. Por supuesto, es importante escucharlo a usted, pero es más importante escucharme a mí mismo. De otra manera, no lo estaré oyendo. O distorsionaré todo lo que dice. Lo oiré a través de mi condicionamiento.

Reaccionaré a usted de muchas maneras, de acuerdo con mis propias inseguridades, con mi necesidad de manipularlo, con mi deseo de tener éxito, con irritaciones y sentimientos de los cuales tal vez no sea consciente. De manera que es muy importante que me escuche a mi mismo cuando lo estoy escuchando a usted. Para eso nos entrenaron: para ser conscientes.

Usted no tiene que imaginarse a usted mismo flotando en alguna parte en el aire. Para aproximarse a una comprensión de lo que estoy diciendo, imagínese un buen conductor, que conduce un automóvil y que está concentrado en lo que usted le dice. En verdad es posible que esté discutiendo con usted, pero está completamente consciente de las señales de tránsito. En el momento en que sucede algo inesperado, en el momento en que hay un sonido, o ruido, o roce, lo oirá de inmediato. Dirá: "¿Está seguro de que cerró esa puerta de atrás?" ¿Cómo lo hizo? Estaba consciente, estaba alerta. Su atención estaba enfocada en la conversación, o en la discusión, pero su consciencia era más difusa. Estaba percibiendo muchas cosas.

Aquí no estoy defendiendo la concentración. Eso no es importante. Muchas técnicas de meditación inculcan la concentración, pero yo desconfío de eso. Implican violencia, y, con frecuencia, implican más programación y más

condicionamiento, lo que yo defendería sería la consciencia, que no es lo mismo que la concentración. La concentración es un reflector, un foco. Usted le abre a cualquier cosa que entra en su consciencia. Usted puede distraerse de eso, pero cuando practica la consciencia, nunca está distraído Cuando llega la consciencia, nunca hay distracción, porque usted siempre estará consciente de lo que ocurra.

Digamos que estoy mirando esos árboles y estoy preocupado. ¿Estoy distraído? Estoy distraído solamente si me propongo concentrarme en los árboles. Pero si soy consciente de que también estoy preocupado, eso no es alguna distracción. Sencillamente, tome consciencia del lugar donde está su atención. Cuando algo no va bien o algo inesperado sucede, usted lo notará de inmediato ¡Algo no marcha bien! En el momento en que un sentimiento negativo surge en la consciencia, usted lo notará. Usted es como el conductor del automóvil.

Ya les dije que Santa Teresa de Ávila dijo que Dios le dio la gracia de desidentificarse de sí misma. Ustedes oyen a los niños hablar de esa manera. Un niño de dos años dice: "Tommy se desayunó esta mañana". No dice "yo", aunque él es Tommy. Dice "Tommy" - en tercera persona. Los místicos se sienten así. Se han desidentificado de sí mismos y están en paz.

Ésta era la gracia a la que se refería Santa Teresa. Éste es el "yo" que los maestros místicos del oriente están constantemente instando a descubrir. ¡Y los de occidente también! y puede incluir en ellos a Meister Eckhart. Ellos están instando a la gente a descubrir el "yo".

LOS ROTULOS

Lo importante no es saber quién es "yo" o qué es "yo". Usted nunca lo logrará. Lo importante es descartar los rótulos. Como dicen los maestros Zen japoneses, "No busquen la verdad; sencillamente descarten sus opiniones". Descarten sus teorías; no busquen la verdad, la verdad no es algo que se busca. Si dejaran de apegarse a sus opiniones, lo sabrían. ¿Qué quiero decir por rótulos? Todos los rótulos son imaginables excepto quizás el de ser humano. Soy un ser humano. Suficiente; no dice mucho. Pero cuando alguien dice "Yo tengo éxito" eso es demencial. El éxito no es parte del "yo". El éxito es algo que va y viene; podría estar presente hoy y ausente mañana. Eso no es "yo". Cuando alguien dice: "Tuve éxito", está en un error, está a obscuras. Se identificó con el éxito. Lo mismo sucede cuando dice: "Fracasé"; yo soy abogado, yo soy un hombre de negocios. Ustedes saben lo que va a suceder si se identifican con estas cosas. Se van a apegar a ellas y se van a preocupar porque se acaben. Y entonces es cuando aparee el sufrimiento. Eso es lo que quería decir antes cuando les dije: "Si ustedes sufren, están dormidos". ¿Quieren un signo de que están dormidos? Aquí lo tienen: ustedes sufren. El sufrimiento es un signo de que ustedes no están en contacto con la verdad. El sufrimiento les da para que puedan abrir los ojos a la verdad, para que puedan comprender que en alguna parte hay falsedad, así como el dolor físico les da para que comprendan que en alguna parte hay enfermedad. El sufrimiento indica que en alguna parte hay falsedad. El sufrimiento se produce cuando ustedes se estrellan contra la realidad. Cuando sus falsedades se estrellan con la verdad, entonces hay sufrimiento. De otra manera no hay sufrimiento.

LOS OBSTÁCULOS A LA FELICIDAD

Lo que voy a decir puede parecer un poco rebuscado. Pero es la verdad. Lo que viene pueden ser los minutos más importantes de su vida. Si pudieran comprender esto, descubrirían el secreto del despertar. Serían felices para siempre. Nunca volverán a ser desdichados. Nada podría volver a lastimarlos. Lo digo en serio: nada. Es como cuando se derrama pintura negra en el aire; el aire permanece sin contaminar. Usted nunca puede pintar el aire de negro. No importa qué le suceda, usted permanece incontaminado. Permanece en paz. Hay seres humanos que han logrado esto, lo que llamo ser humano.

Nada de esa tontería de ser una marioneta llevado de un lado a otro, dejando que los acontecimientos y las personas le digan cómo sentirse. De manera que usted se siente así y dice que es vulnerable. ¡Ja! Eso lo llamo ser una marioneta ¿Quiere ser una marioneta? Presione un botón y está deprimido; ¿Eso le gusta? Pero si se niega a identificarse con esos rótulos, cesan la mayoría de sus preocupaciones.

Mas tarde hablaremos sobre el temor a la enfermedad y a la muerte, pero generalmente usted se preocupa por lo que le va a suceder en su carrera. Un pequeño empresario, de cincuenta años está tomando cerveza en un bar en alguna parte y dice: "Bueno, miren a mis condiscípulos: ellos realmente lo lograron", ¡idiota! ¿Qué quiere decir con "lo lograron"? Sus nombres aparecen en los periódicos, ¿Eso es lograrlo? Uno es presidente en una corporación; el otro es miembro de la Corte Suprema de Justicia; el otro es esto o lo otro. Payasos, todos ellos.

¿Quién decide lo que significa tener éxito? ¡esta estúpida sociedad! ¡La principal preocupación de la sociedad es mantener enferma la sociedad! Y cuando más rápidamente comprenda esto, mejor. Están enfermos, todos. Están chiflados, están locos. Usted llegó a ser presidente del manicomio y está orgulloso de ello aunque nada significa. Ser presidente de una corporación nada tiene que ver con el éxito en la vida. ¡Usted tiene éxito cuando despierta! Entonces a nadie tiene que presentarle disculpas, nada tiene que explicarle a alguien, no le importa un comino lo que otros piensen de usted o lo que digan de usted. Usted no tiene preocupaciones; es feliz. Eso es lo que yo llamo tener éxito. Tener un buen empleo o ser famoso nada tiene que ver con la felicidad o el éxito. ¡Nada! Eso es totalmente ajeno. Todo lo que le preocupa realmente a él es lo que sus hijos piensen de él. Lo que sus vecinos piensen de él, lo que su esposa piense de él. Debiera haber sido famoso. Nuestra sociedad y nuestra cultura nos meten eso en la cabeza día y noche. ¡Las personas que lo logran! ¿Logran qué? Hicieron el ridículo. Porque gastaron toda su energía consiguiendo algo que no tenía valor. Están asustados y confundidos. Son marionetas, como los demás. Mírelos pasando por el escenario. Miren cómo se descomponen si tienen una mancha en la camisa. ¿Es eso el éxito? miren cuan asustados están ante la posibilidad de no ser reelegidos. ¿Eso es éxito? Están controlados, son manipulados. No son felices, son desgraciados. No disfrutan la vida. Están constantemente tensos y ansiosos. ¿Es eso humano? ¿Y saben por qué sucede eso? Solamente por una razón: Se identificaron con algún rótulo. Identificaron el "yo" con su dinero o con su empleo o con su profesión. Ese fue el error que cometieron.

¿Han oído hablar del abogado a quien el plomero le presentó una cuenta? Le dijo al plomero:

- Mire, usted me está cobrando doscientos dólares la hora. Yo no me gano eso como abogado. El plomero le contestó:

-¡Yo tampoco me ganaba esa cantidad de dinero cuando era abogado!

Usted podría ser plomero o abogado, hombre de negocios o sacerdote, pero eso no afecta al "yo" esencial. No lo afecta. Si mañana cambio de profesión, es como cambiarme de ropa. No me toca ¿Es usted su ropa? ¿Es usted su nombre? ¿Es usted su profesión? Deje de identificarse con esas cosas, ellas van y vienen.

Cuando usted comprenda esto realmente, ninguna crítica puede afectarlo. Tampoco pueden afectarlo la alabanza o la adulación. Cuando alguien le dice: "Usted es una gran persona" ¿De qué está hablando? está hablando del "mi", no está hablando del "yo". "Yo" no es ni grande ni pequeño. "Yo" no tiene éxito ni fracasa. No es alguno de esos rótulos. Estas cosas dependen del condicionamiento de usted. Estas cosas dependen del estado de ánimo de la persona que está hablando con usted en este momento. Nada tiene que ver con el "yo". "Yo" no es alguno de estos rótulos. "Mi" es generalmente egoísta, estúpido, infantil - un gran estúpido. De modo que cuando usted me dice: "usted es un estúpido" ¡eso lo sé desde hace años! El ego condicionado - ¿Qué más podría esperar de

usted? Eso lo sé desde hace años. ¿Por qué usted se identifica con él? ¡Idiota! Eso no es el "yo", eso es el "mi".

¿Quiere ser feliz? La felicidad ininterrumpida no es causada. Usted no puede hacerme feliz. Usted no es mi felicidad. Usted le dice a la persona que ha despertado: ¿Por qué está feliz? y la persona que ha despertado responde: ¿Por qué no he de estarlo?

La felicidad es nuestro estado natural. La felicidad es el estado natural de los niños, a quienes pertenece el reino hasta que son corrompidos y contaminados por la estupidez de la sociedad y la cultura. Nada se puede hacer nada para adquirir la felicidad, porque la felicidad no se puede adquirir. ¿Alguien sabe por qué? Porque ya la tenemos. ¿Cómo se puede adquirir lo que ya se tiene? ¿Entonces por qué no tiene experiencia de ella? Porque tiene que descartar algo. Tiene que descartar las ilusiones. Para ser feliz nada tiene que agregar; tiene que descartar algo. La vida es fácil, la vida es maravillosa. Es dura solamente para sus ilusiones, sus ambiciones, su avidez, sus deseos. ¿Sabe de dónde vienen estas cosas? De haberse identificado con toda clase de rótulos.

CUATRO PASOS HACIA LA SABIDURÍA

Lo primero que tiene que hacer es entrar en contacto con los sentimientos negativos de los cuales no es consciente. Muchas personas tienen sentimientos negativos sin saberlo. Muchas personas están deprimidas y no saben que están deprimidas. Solamente cuando entran en contacto con la alegría comprenden hasta que punto están deprimidas. No se puede tratar un cáncer que no se ha detectado. Usted no puede liberarse del gorgojo en su granja si no sabe que existe. Lo primero que necesita es tener consciencia de sus sentimientos negativos. ¿Cuales sentimientos negativos? La melancolía, por ejemplo. Usted está melancólico y triste. Usted siente que se odia a usted mismo, o se siente culpable. A usted le parece que la vida no tiene alguna finalidad, que no tiene sentido; usted se siente herido, está nervioso y tenso. El primer paso es ponerse en contacto con esos sentimientos.

El segundo paso (éste es un programa de cuatro pasos) es comprender que el sentimiento está en usted, no en la realidad. Esto es tan evidente, pero ¿Cree usted que los seres humanos lo saben? No lo saben, créanme. Tienen doctorados y son rectores de universidades, pero no han comprendido esto. En la escuela no me enseñaron a vivir. Me enseñaron todo lo demás. Como dijo alguien: "Tengo una educación muy buena. Tardé años en superarla". La espiritualidad trata de eso: de desaprender. Desaprender toda la basura que le enseñaron a uno.

Los sentimientos negativos están en usted, no en la realidad. Entonces, deje de tratar cambiar la realidad. ¡Eso es una locura! Deje de tratar de cambiar a la otra persona. Gastamos todo nuestro tiempo y nuestras energías tratando de cambiar las circunstancias externas, tratando de cambiar a nuestro cónyuge, a nuestro jefe, a nuestros amigos, a nuestros enemigos, y a todos los demás. Nada necesitamos cambiar. Los sentimientos negativos están en usted. En la tierra no existe alguien que tenga el poder de hacerlo a usted desgraciado. En la tierra no hay algún acontecimiento que tenga el poder de alterarlo o herirlo. Ningún acontecimiento, condición, situación o persona. Nadie le dijo esto; le dijeron lo contrario. Por eso está en el enredo en que se encuentra. Por eso está dormido. Nadie le ha dicho esto; pero es evidente. Supongamos que la lluvia acaba con un paseo campestre. ¿Quién se siente negativo? ¿La lluvia? o ¿Usted? ¿Qué causa el sentimiento negativo? ¿La lluvia o su reacción? Cuando usted golpea una rodilla contra una mesa, a la mesa nada le pasa. Está ocupada en aquello para lo cual fue hecha: para ser una mesa. El dolor está en su rodilla, no en la mesa. Los místicos tratan continuamente de decirnos que la realidad está bien. La realidad no es problemática. Los problemas sólo existen en la mente humana. Podríamos añadir: en la mente humana estúpida y dormida. La realidad no es problemática: si los seres humanos desaparecieran de este planeta, la

vida continuaría, la naturaleza seguiría con toda su belleza y toda su violencia. ¿Dónde estaría el problema? No habría algún problema. Usted creó el problema. Usted es el problema. Usted se identificó con el "mi" y ese es el problema. El sentimiento está en usted, no en la realidad.

El tercer paso: Nunca se identifique con dicho sentimiento; éste nada tiene que ver con el "yo". No defina su ser esencial en función de ese sentimiento. No diga: "Yo estoy deprimido". Si quiere decir que la depresión está ahí, eso está bien; si quiere decir que la melancolía está ahí, eso está bien. Pero no diga: Yo estoy melancólico. Usted se está definiendo en función de este sentimiento. Ésa es su ilusión: ése es su error. Hay una depresión ahí en este momento, hay sentimientos lastimados ahí en este momento, pero déjelos, déjelos solos. Eso pasará. Todo pasa, todo. Sus depresiones y emociones nada tienen que ver con la felicidad. Son el movimiento del péndulo. Si ve emociones, prepárese para la depresión ¿Quiere su droga? Prepárese para la resaca. El péndulo se mueve de un extremo a otro.

Esto nada tiene que ver con el "yo"; nada tiene que ver con la felicidad. Es el "mi". Si usted recuerda esto, si se lo dice a usted mismo mil veces, si ensaya estos tres pasos mil veces, lo logrará. Es posible que no necesite hacerlo ni tres veces. No lo sé; ninguna regla hay. Pero hágalo mil veces y hará el mayor descubrimiento de su vida. ¿Qué importan esas minas de oro en Alaska? ¿Qué va a hacer con ese oro? si no es feliz no puede vivir. De modo que encontró oro. ¿Qué importa? Usted es un rey; usted es una princesa. Usted es libre: ya no le importa ser aceptado o rechazado, eso no importa. Los psicólogos nos dicen que es muy importante tener un sentimiento de pertenencia. ¡Paja! ¿Para qué quiere usted pertenecer a alguien? Eso ya no importa.

Un amigo me contó que hay una tribu africana en la cual la pena capital es ser condenado al ostracismo. Si a usted lo expulsaran de New York o de donde viva, usted no moriría. ¿Por qué el miembro de esa tribu africana muere? Porque participa de la común estupidez de la humanidad. Cree que no podrá vivir si no pertenece. ¿Es muy distinto de la mayoría de la gente, o no? El está convencido de que necesita pertenecer. Pero usted a nadie necesita pertenecer o a nada o a ningún grupo. Ni siquiera necesita estar enamorado. ¿Quién le dijo que lo necesitaba? Lo que necesita es ser libre. Lo que necesita es amar. Eso es; ésa es su naturaleza. Pero lo que realmente me está diciendo es que quiere ser deseado. Quiere ser aplaudido, ser atractivo, que todos los micos corran detrás de usted. Está desperdiciando su vida. ¡DESPIERTE! Usted no necesita eso. Puede ser plenamente feliz sin eso.

La sociedad no se va alegrar de oír esto, porque usted se vuelve aterrador cuando abre los ojos y comprende. ¿Cómo controlar a una persona como usted? Usted no la necesita a ella; no se siente amenazado por su crítica; no le importa lo que piense ella o lo que diga ella. Usted cortó todas esas ataduras; ya no es una marioneta. Es aterrador. "De manera que tenemos que salir de él (sentencia la sociedad); el dice la verdad; no tiene miedo; ya no es humano" ¡HUMANO! ¡miren! ¡por fin un ser humano! Escapó de su esclavitud, escapó de su prisión.

Ningún acontecimiento justifica un sentimiento negativo. No hay alguna situación en el mundo que justifique un sentimiento negativo. Eso es lo que nuestros místicos nos han dicho hasta el cansancio. Pero nadie escucha. El sentimiento negativo está en usted. En el Bhagavad-Gita, el libro sagrado de los hindúes, el señor Krishna le dice a Arjuna: "Lánzate al ardor de la batalla y mantén tu corazón a los pies del Señor". Una frase maravillosa.

Usted nada tiene que hacer para ser feliz. El gran Meister Eckhart dijo bellamente: "No se llega a Dios por un proceso de adición, de sumarle algo al alma, sino por proceso de sustracción". Usted nada hace para ser libre, usted descarta algo. Entonces es libre.

El cuarto paso: ¿Cómo cambia uno las cosas? ¿Cómo se cambia uno a sí mismo? hay muchas cosas que es necesario comprender aquí, o más bien, solamente una cosa puede expresarse de muchas maneras. Imagínese un paciente que va donde el médico y le dice de qué sufre. El médico le dice:

-Muy bien, yo entiendo sus síntomas. ¿Sabe qué haré? ¡Le recetaré un remedio a su vecino!

El paciente responde:

- Muchas gracias, doctor, eso me hace sentir mucho mejor.

¿No es absurdo? Pero eso es lo que todos hacemos. La persona que está dormida siempre piensa que se sentirá mejor si otra persona cambia. Usted sufre porque está dormido, pero piensa: "Cómo sería de maravillosa la vida si la otra persona cambiara; cómo sería de maravillosa la vida si mi vecino cambiara, si mi esposa cambiara, si mi jefe cambiara".

Siempre queremos que otra persona cambie para podernos sentir bien. ¿Pero se ha puesto a pensar alguna vez que si su esposa cambia o si su marido cambia, eso en qué lo afecta a usted? Usted sigue siendo tan vulnerable como antes; sigue siendo tan idiota como antes; sigue estando tan dormido como antes. Usted es el que tiene que cambiar, el que tiene que tomarse el remedio. Usted insiste una y otra vez: "Me siento bien porque el mundo está bien". ¡Se equivoca! El mundo está bien porque me siento bien. Eso es lo que todos los místicos dicen.

EL MUNDO ESTA BIEN

Cuando usted se despierta, cuando comprende, cuando ve, el mundo se arregla. Siempre nos molesta el problema del mal. Hay una historia patética sobre un niño que iba por la orilla de un río y vio a un cocodrilo atrapado en una red. El cocodrilo le dijo:

- Niño, apiádate de mí, suéltame. Tal vez yo sea feo, pero no tengo la culpa; así me hicieron. Pero sea cual sea mi aspecto, tengo corazón de madre. Vine en busca de alimento para mis hijos y ¡caí en la trampa!

El niño contestó: -¡Ah, si te soltara, tú me atraparías y me matarías!

-¿Cómo puedes creerme capaz de hacerle eso a quien es mi benefactor y libertador? - protestó el cocodrilo.

El niño se dejó convencer, y le quitó la red y el cocodrilo lo atrapó.

Cuando el cocodrilo se lo estaba tragando, le dijo el niño:

-¿De manera que así pagas mi buena acción?

- Bueno - le explicó el cocodrilo -, nada es personal, hijo mío. Así es el mundo. Es la ley de la vida.

El niño se puso a argumentar en contra de eso y el cocodrilo le dijo: -¿Quieres preguntarle a otro animal si acaso no es así la vida?

El niño vio un pájaro posado en una rama, y se dirigió a él: - Dime, pájaro, ¿Es cierto lo que dice el cocodrilo?

- El cocodrilo tiene razón -opinó el pájaro-, mira mi caso: Un día venía yo a casa con alimento para mis crías; imagínate cual no sería mi pavor al ver a la serpiente subiendo por el árbol, directamente hacia el nido. Yo me hallaba totalmente indefensa. Se comió a todos mis hijitos, uno tras otro. Yo grité y grité, pero fue inútil. El cocodrilo tiene razón: es la ley de la vida. Así es el mundo.

- Ya lo ves - le dijo el cocodrilo al niño -, pero este insistió:

- Déjame preguntarle a otro animal

- Está bien. Hazlo -accedió el cocodrilo.

En ese momento paraba por la orilla del río un asno.

- Escucha, asno - le dijo el niño -: El cocodrilo dice esto. ¿Tiene razón?

- Sí. Tiene toda la razón - le respondió el asno -. Mírame a mí. Yo trabajé y me esclavicé toda la vida, y mi amo apenas me daba de comer. Ahora que estoy viejo y soy inútil, me soltó, y yo ando vagando por la selva, esperando que algún animal salvaje salte sobre mí y me mate. El cocodrilo tiene razón: es la ley de la vida. Así es el mundo.

Entonces dijo el cocodrilo: -¡Vamos!

El niño replicó: - Dame otra oportunidad

El niño vio pasar un conejo, y le dijo: - Dime conejo, ¿Tiene razón el cocodrilo?

El conejo se sentó en las patas traseras, y le preguntó al cocodrilo: -¿Tú le dijiste eso al niño?

- Así es, eso le dije

- Espera un momento -le sugirió el conejo- Tenemos que discutirlo

- Está bien - aceptó el cocodrilo.

- Pero ¿Cómo podremos discutirlo si tienes ese niño en la boca? suéltalo; él también tiene que tomar parte en esta discusión.

El cocodrilo contestó: - Tú eres muy astuto. Si lo soltara se escaparía.

- Yo creí que tú eras más inteligente - objetó el conejo -. Si intentara huir, podrías matarlo de un coletazo.

- Es justo - concedió el cocodrilo, y soltó al niño.

Apenas quedó libre el niño, el conejo le gritó: -¡Escapa!

El niño corrió y escapó. Luego le dijo el conejo: - Oye niño, ¿A ti no te gusta la carne de cocodrilo? ¿La gente de tu pueblo no apetecerá un buen bistec de carne de cocodrilo? En realidad, tú no soltaste del todo al cocodrilo: tiene atrapada la mayor parte del cuerpo en la red ¿Por qué no vas a la aldea y los traes a todos para que preparen un banquete?

El niño le hizo caso: fue a la aldea y llamó a los hombres. Éstos trajeron hachas, porras, y lanzas, y dieron muerte al cocodrilo. El perro del niño también vino, y cuando vio al conejo, lo atrapó y lo degolló. El niño llegó demasiado tarde, y, viendo morir al conejo, dijo: "El cocodrilo tenía razón: Así es el mundo. Es la ley de la vida.

¡No hay alguna explicación para todos los sufrimientos y los males y las torturas y la destrucción y el hambre que hay en el mundo!

Eso nunca se lo podrá explicar uno; puede intentarlo con sus fórmulas, religiosas o de otra índole, pero nunca se lo explicará. Porque la vida es un misterio, lo cual quiere decir que con su mente racional, uno no puede explicárselo. Para eso tiene que despertar y entonces se dará cuenta repentinamente de que la realidad no es el problema, el problema es uno mismo.

EL SONAMBULISMO

Las Escrituras siempre lo están insinuando, pero uno nunca comprenderá una palabra de lo que dicen las Escrituras hasta que despierte. La gente dormida lee las escrituras y crucifican al Mesías basándose en ellas. Para entender las Escrituras, uno debe despertar. Cuando despierta, ellas tienen sentido. Lo mismo que la realidad. Pero uno nunca podrá expresarlo con palabras. ¿Usted preferiría hacer algo? Pero aún así, debemos estar seguros de que usted no está actuando sencillamente para liberarse de sus sentimientos negativos. Muchas personas se lanzan a la acción, y lo único que logran es que las cosas empeoren. No proceden del amor, proceden de sentimientos negativos. Proceden de la culpa, la ira, el odio; de un sentido de injusticia, o lo que sea. Usted debe estar seguro de su "ser" antes de lanzarse a la acción. Tiene que cerciorarse de quién es usted antes de actuar. Infortunadamente, cuando las personas dormidas se lanzan a la acción, sencillamente cambian una crueldad por otra, una injusticia por otra. Y así es. Meister Eckhart dice: "No es por sus acciones por lo cual usted se salvará" (o despertará, llámelo como quiera), "sino por su ser. No será juzgado por lo que hace, sino por lo que es". ¿De qué le sirve alimentar al hambriento, de dar de beber al sediento o visitar a los prisioneros?

Recuerde esta frase de Pablo: "Si entrego mi cuerpo a las llamas y doy todos mis bienes para alimentar a los pobres y no tengo amor..." No son sus acciones, sino su ser lo que cuenta. Entonces podrá lanzarse a la acción. Usted puede hacerlo o no hacerlo. No puede decidirlo hasta que despierte. Infortunadamente todo el énfasis se concentra en cambiar el mundo y se pone muy poco énfasis en despertar. Cuando usted despierta, sabrá lo que debe hacer y lo que no debe hacer. Algunos místicos son muy raros. Como Jesús quien dijo algo así: "Yo no fui enviado a esa gente; por ahora me limito a lo que debo hacer ahora mismo. Quizás más tarde". Algunos místicos enmudecen. Misteriosamente algunos de ellos cantan. Algunos de ellos entran a servir. Nosotros

nunca estamos seguros; en cambio, ellos son su propia ley: Ellos saben exactamente lo que se debe hacer. "Láncese al calor de la batalla y mantenga su corazón a los pies del Señor", como dije antes.

Imagínese que usted no se siente bien, y que está de mal humor, y que lo llevan a un hermoso paisaje. El paisaje es hermoso, pero usted no está de humor para ver algo. Unos días más tarde usted pasa por el mismo sitio y dice: "¡Cielos! ¿En dónde estaba yo que no me di cuenta de esto?" Todas las cosas son hermosas cuando uno cambia. Usted mira los árboles y las montañas a través de unas ventanas mojadas por la lluvia de una tormenta, y todo lo ve borroso y sin forma. Usted quiere salir, y cambiar esos árboles, cambiar esas montañas. Espere un momento, examinemos su ventana. Cuando cesa la tormenta y cesa la lluvia, y usted mira por la ventana, dice: "cómo se ve todo de diferente". No vemos a las personas ni a las cosas como son, sino como somos nosotros. Por eso, cuando dos personas miran a algo o a alguien, se obtienen dos reacciones diferentes. Vemos las cosas y a las personas no como son, sino como somos nosotros.

¿Recuerda esa frase de la Escritura sobre cómo todas las cosas resultan para el bien de quienes aman a Dios? Cuando usted finalmente despierta, no trata de que sucedan cosas buenas; sencillamente suceden. De pronto usted comprende que todo lo que sucede es bueno. Piense en algunas personas con las que usted vive a quienes le gustaría hacer cambiar. Las encuentra de mal humor, desconsideradas, poco fiables, traicioneras, o lo que sea. Pero cuando usted sea diferente, ellas serán diferentes. Ésa es una cura infalible y milagrosa. El día que usted sea diferente, ellas serán diferentes y usted las verá de manera diferente. Alguien que antes era temible, ahora parecerá asustado. Alguien que antes era ofensivo ahora parecerá asustado. De repente nadie tendrá poder para herirlo. Nadie tiene el poder para presionarlo. Es algo así: Usted deja un libro en la mesa y yo lo cojo y digo: "Usted me está presionando con este libro. Tengo que tomarlo o no tomarlo". La gente vive demasiado ocupada acusando a los demás, culpando a todos los demás, culpando a la vida, culpando a la sociedad, culpando a su vecino. Usted nunca cambiará de esa manera; continuará viviendo su pesadilla, nunca despertará.

Ponga en acción este programa MIL VECES:

a) Identifique sus sentimientos negativos

b) Comprenda que ellos están en usted, no en el mundo, no en la realidad externa

c) No los vea como parte esencial del "yo"; estas cosas van y vienen

d) Comprenda que cuando usted cambia, todo cambia.

EL CAMBIO COMO AVARICIA

Eso todavía nos deja una gran pregunta: ¿Hago algo para cambiarme a mí mismo?

¡Le tengo una gran sorpresa, muchas buenas noticias!

Usted no tiene que hacer algo. Cuanto más haga, peor será. Todo lo que tiene que hacer es comprender.

Piense en alguien con quien vive o con quien trabaja y que no le parece agradable, que le causa sentimientos negativos. Veamos lo que sucede. Lo primero que usted necesita comprender es que el sentimiento negativo está en usted. Usted es el responsable del sentimiento negativo, no la otra persona. Otra persona en su lugar estaría completamente calmada y a sus anchas en presencia de esa persona; no se afectaría. Usted si. Ahora comprenda otra cosa: usted está haciendo una exigencia. Usted espera algo de esta persona ¿Entiende? Entonces dígale a esa persona. "Yo no tengo el derecho de exigirle algo a usted". Al decir eso, descartará su expectativa. "Yo no tengo derecho a exigirle algo a usted. Claro que me protegeré de las consecuencias de sus acciones o de su mal humor o de lo que sea, pero puede seguir adelante y ser lo que quiera ser. No tengo derecho a hacerle exigencia alguna".

Mire lo que le sucede a usted cuando hace esto. Si encuentra resistencia para decirlo, cuánto va a descubrir sobre usted mismo. Permita que el dictador que hay en usted salga a la luz. Usted pensaba que era un cordero, ¿Verdad? Pero yo soy un tirano y usted es un tirano. Una pequeña variación de "yo soy un asno, usted es un asno". Yo soy un dictador, usted es un dictador. Yo quiero organizarle su vida; quiero decirle exactamente cómo se espera que sea y cómo se espera que se comporte, y es mejor que usted se comporte como yo he decidido o me castigaré a mí mismo con sentimientos negativos. Recuerde lo que les dije: todos somos locos.

Una mujer me contó que su hijo había obtenido un premio en la escuela secundaria. Lo había ganado por excelencia deportiva y académica. Ella se alegraba, pero casi tenía la tentación de decirle: "No te confíes en ese premio porque está preparándote para cuando no lo puedas hacer tan bien". Ella estaba en un dilema: cómo prevenir su futura desilusión sin desilusionarlo ahora.

Esperamos que él aprenda a medida que ella crezca en sabiduría. No se trata de lo que ella diga. Es algo que ella llegará a ser. Entonces comprenderá. Entonces sabrá qué decir y cuándo decirlo. Ese premio fue el resultado de la competición, la cual puede ser cruel si se basa en el odio a uno mismo y a los demás. La gente se siente bien sobre la base de que otros se sientan mal; usted gana derrotando a otro. ¿No es terrible? ¡Aceptado como obvio en un manicomio!

Un médico norteamericano escribió sobre el efecto de la competición en su vida. Él asistió a una escuela de medicina en Suiza, en la cual había un grupo grande de norteamericanos. Cuenta que algunos de los estudiantes se conmocionaron cuando se dieron cuenta que no había calificaciones, no había premios, no había cuadro de honor, no había un primer o segundo puesto en la escuela. El estudiante aprobaba o no aprobaba. Dijo: "Algunos no podíamos aceptarlo. Nos volvimos casi paranoicos. Creíamos que tenía que haber algún truco". De manera que algunos se fueron para otra escuela. Los que se quedaron descubrieron algo extraño que nunca habían encontrado en las universidades norteamericanas: Los estudiantes brillantes les ayudaban a los otros a aprobar, compartiendo con ellos sus apuntes. El hijo de este médico asiste a la escuela de medicina de los Estados Unidos y le cuenta que en el laboratorio, la gente frecuentemente altera el microscopio de manera que el siguiente estudiante demore tres o cuatro minutos en ajustarlo. Competición. Tienen que tener éxito, tienen que ser perfectos. Y relata una bella historia, la cual dice él que es verdadera, pero que podría ser una hermosa parábola. Había una aldea en los Estados Unidos en donde la gente se reunía por la tarde a escuchar música. Tenían un saxofonista, un tamborero y un violinista, la mayoría de ellos, personas de edad. Se reunían para estar juntos y para gozar de la música, aunque no la ejecutaban muy bien. De manera que se divertían, gozaban, hasta que un día decidieron conseguir un nuevo director que tenía mucha ambición y mucha energía.

El nuevo director les dijo: "Amigos, tenemos que dar un concierto; tenemos que preparar un concierto para la aldea". Luego, gradualmente, fue descartando a algunas de las personas que no tocaban muy bien, contrató algunos músicos profesionales, organizó la orquesta, y los nombres de todos aparecieron en el periódico. ¿No era maravilloso? De manera que decidieron mudarse a la gran ciudad y tocar allí. Pero algunos de los ancianos con lágrimas en los ojos, dijeron: "Era tan maravilloso en aquellos tiempos cuando hacíamos mal las cosas y gozábamos con ellas". De manera que la crueldad entró a su vida, pero nadie la reconoció como crueldad. ¡Miren cuán loca se ha vuelto la gente!

Algunos de ustedes me preguntan qué quería decir cuando expresé: "Usted sea usted mismo, eso está bien, pero yo me protegeré, yo seré yo mismo". En otras palabras no permitiré que usted me manipule. Yo viviré mi propia vida; iré por mi propio camino; permaneceré libre para pensar mis pensamientos, para seguir mis inclinaciones y mis gustos. Y a usted le diré que no. Si siento que no quiero estar en su compañía, no será por algún sentimiento negativo que usted provoque en mí. Porque

ya no lo provoca. Usted ya no tiene poder sobre mí. Sencillamente, quizá prefiera la compañía de otras personas. De manera que cuando usted me diga: "¿Vamos al cine esta noche?" yo diré: "Lo siento, quiero ir con otra persona; me gusta la compañía de ella, más que la suya". Y eso está bien. Decirle que no a la gente - es maravilloso; es parte del despertar. Parte del despertar es que usted vive su vida como le parece. Y compréndalo; eso no es egoísmo. Lo egoísta es exigir que otro viva su vida de acuerdo con los gustos de usted. O con su orgullo, o con su ganancia, o con su placer. Eso sí es egoísmo. De modo que me protegeré. No me sentiré obligado a estar con usted; no me sentiré obligado a decirle que sí. Si su compañía me parece agradable, la disfrutaré sin aferrarme a ella. Pero ya no lo evito a usted a causa de algún sentimiento negativo que usted produce en mí. Usted ya no tiene ese poder.

El despertar debe ser una sorpresa. Cuando usted no espera que algo suceda, y sucede, usted se sorprende. Cuando la esposa de Webster lo encontró besando a la empleada doméstica, le dijo que estaba muy sorprendida. Webster era escrupuloso en el uso preciso de las palabras (lo cual es comprensible, puesto que escribió un diccionario), de manera que le dijo: "No, querida, el sorprendido fui yo. ¡Tú estás atónita!".

Algunas personas hacen del despertar una meta. Están decididas a lograrlo; dicen: "Me niego a ser feliz hasta que haya despertado". En ese caso, es mejor que usted sea como es; sencillamente ser consciente de su manera de ser. La simple consciencia es felicidad, comparada con el esfuerzo de reaccionar siempre. La gente reacciona tan rápido porque no es consciente. Pero a medida que se desarrolla la consciencia, usted reacciona menos y actúa más. Realmente no importa.

Cuentan que un discípulo le dijo a su gurú que se iba para un sitio lejano a meditar con la esperanza de lograr despertar. De manera que cada seis meses le enviaba a su gurú una nota para informarlo acerca de su progreso. El primer informe decía: "Ahora comprendo lo que significa perderse a sí mismo". El gurú rompió la nota y la tiró al recipiente de la basura. A los seis meses, recibió otro informe que decía: "Ahora he logrado ser sensible a todos los seres". También la rompió. Un tercer informe decía: "Ahora comprendo el secreto de lo uno y de lo múltiple". También lo rompió. Y así siguió durante años, hasta que no llegaron más informes. Después de un tiempo, al gurú le dio curiosidad, y un día se encontró con un viajero que iba a ese sitio lejano. El gurú le dijo: "¿Por qué no averigua qué le pasó a ese hombre? Finalmente recibió una nota de su discípulo. Decía: "¿Qué importa? Y cuando el gurú la leyó dijo: "¡Lo logró! ¡Lo logró! ¡Finalmente lo logró!".

Y tenemos la historia de un soldado que estaba en el campo de batalla y que, sencillamente, dejaba su rifle en el suelo, recogía un pedazo de papel que había por ahí y lo miraba. Luego lo dejaba caer al piso. Después se dirigía a otra parte y hacía lo mismo. Los demás decían: "Ese hombre se está exponiendo a la muerte. Necesita ayuda". De manera que lo hospitalizaron y consiguieron al mejor siquiatra para que lo tratara. Pero eso no parecía producir algún efecto. El soldado andaba por los pabellones recogiendo pedazos de papel, los miraba distraídamente y los dejaba caer al suelo. Finalmente dijeron: "Tenemos que licenciar a este hombre". De manera que lo llamaron y le dieron un certificado de licenciamiento; él lo tomó distraídamente, lo miró y gritó: "¿Éste es? ¿Es este? Finalmente lo logró.

De manera que empiecen por ser conscientes de su situación actual, cualquiera que ella sea. Deje de ser un dictador. Deje de tratar de forzarse a algo. Entonces, algún día comprenderá que sencillamente, por la consciencia usted logró lo que estaba tratando de conseguir.

UNA PERSONA TRANSFORMADA

No haga exigencias en su búsqueda de la consciencia. Es más bien como la obediencia de las leyes de tránsito. Si uno no las

observa, paga un precio. En los Estados Unidos se conducen los vehículos por el lado derecho de la vía; en Inglaterra se conducen por la izquierda; en la India se conducen por la izquierda. Si uno no lo hace, paga un precio; no hay lugar para sentimientos lastimados o para exigencias o para expectativas; sencillamente, se cumplen las leyes de tránsito.

Usted pregunta en dónde entra la compasión, en dónde entra la culpa en todo esto. Lo sabrá cuando despierte. Si ahora mismo se siente culpable ¿Cómo puedo explicárselo? ¿Cómo sabría lo que es la compasión? A veces la gente trata de imitar a Cristo, pero cuando un mico toca el saxofón, eso no lo convierte en un músico. No se puede imitar a Cristo imitando su comportamiento externo. Hay que ser Cristo. Entonces sabrá usted qué hacer en una situación particular, teniendo en cuenta su temperamento, su carácter y el carácter y el temperamento de la persona con la que está tratando. Nadie tiene que decírselo. Pero para eso usted tiene que ser lo que Cristo era. Una imitación exterior a ninguna parte lo llevará. Si usted cree que la compasión implica debilidad, entonces no puedo describirle la compasión, no hay forma, porque la compasión puede ser muy dura. La compasión puede ser muy brusca, la compasión puede sacudirlo, la compasión puede remangarse y "operarlo". La compasión es muchas cosas. La compasión puede ser muy dulce, pero no hay manera de saberlo. Solamente cuando usted se convierta en amor - en otras palabras, cuando usted haya dejado sus ilusiones y sus afectos - "sabrá".

A medida que usted se identifique menos con el "yo", se irá sintiendo más cómodo con todos y con todo. ¿Sabe por qué? Porque ya no teme que alguien lo lastime o no guste de usted. Ya no quiere impresionar a alguien. ¿Puede imaginarse el alivio cuando ya no quiera impresionar a alguien? ¡Qué descanso! ¡Qué felicidad! Ya no siente la necesidad de explicar las cosas. ¿Qué hay que explicar? Y ya no se siente la necesidad de presentar excusas. Yo preferiría oírle decir: "Desperté", que oírle decir: "Lo siento muchísimo". Preferiría que me dijera: "Desde la última vez que nos vimos he despertado; lo que le hice no volverá a suceder", que oírle decir: "Siento mucho lo que le hice". ¿Por qué habría que presentar excusas? Ahí hay algo que usted puede explorar. Aún en el caso de que alguien haya sido desconsiderado con uno, no hay lugar para pedir excusas.

Nadie fue desconsiderado con uno. Fue desconsiderado con lo que pensaba que era uno, pero no con uno. A usted nunca lo rechazan; rechazan solamente lo que creen que usted es. Pero eso es de doble dirección. Tampoco lo aceptan siempre. Hasta que despiertan, las personas sencillamente aceptan o rechazan la imagen que tienen de usted. Han fabricado una imagen de usted, y la rechazan o la aceptan. Vean lo desbastador que es profundizar en esto. Es un poco demasiado liberador. Pero qué fácil es amar a los demás cuando se comprende esto. Qué fácil es amar a todo el mundo cuando uno no se identifica con lo que ellos se imaginan que es uno o que son ellos. Se vuelve fácil amarlos, amarlos a todos.

Yo me observo a "mi", pero no pienso en "mí", porque el "mí" que piensa también piensa muchas veces mal. Pero cuando me observo a "mí", estoy totalmente consciente de que se trata de una reflexión. En realidad uno no piensa realmente en "yo" y en "mí". Uno es como una persona que conduce un automóvil; no quiere perder la consciencia acerca de ese automóvil. Está bien soñar despierto, pero uno no debe perder la consciencia acerca de lo que lo rodea. Debe estar siempre alerta. Es como una madre que duerme; no oye los aviones que pasan por encima de la casa, pero oye el menor gemido de su bebé. Ella está alerta; en ese sentido, está despierta. Uno no puede decir algo acerca de estar despierto; solamente puede hablar acerca de estar dormido. Uno sugiere el estado del despertar. No puede decir algo de la felicidad. La felicidad no se puede definir. Lo que se puede definir es la infelicidad. Deje la infelicidad y sabrá. El amor no se puede definir; el desamor sí. Deje el desamor, deje el miedo, y sabrá. Queremos averiguar cómo es la persona despierta. Pero usted sólo lo sabrá cuando llegue allí.

¿Estoy sugiriendo, por ejemplo, que no debemos hacerles exigencias a nuestros hijos? Lo que dije fue: "Usted no tiene derecho a hacer exigencias". Tarde o temprano, ese hijo va a tener que liberarse de usted, de acuerdo con la instrucción del

Señor. Y usted ningún derecho sobre él tendrá. En verdad él realmente no es su hijo, o nunca lo fue. Él le pertenece a la vida, no a usted. Nadie pertenece a usted. De lo que usted está hablando es de la educación de su hijo. Si quiere almorzar, venga entre las doce y la una o no habrá almuerzo, y punto. Así es como son las cosas aquí. Si no viene a tiempo, no almuerza. Usted es libre, eso es verdad, pero debe aceptar las consecuencias.

Cuando hablo de no esperar algo de los demás, o de no hacer exigencias, me refiero a esperar y exigir algo para mi propio bienestar. Obviamente, el presidente de un país tiene que hacer exigencias a la gente. El policía de tránsito tiene que hacer exigencias a la gente. Pero son exigencias sobre su comportamiento - Leyes de tránsito, buena organización, el funcionamiento adecuado de la sociedad. No se propone hacer sentir bien al presidente ni al policía de tránsito.

LA LLEGADA AL SILENCIO

Todos me preguntan qué sucederá cuando finalmente lleguen. ¿Es simple curiosidad? Siempre estamos preguntando cómo se acomodará esto en el sistema, o si es que tendrá sentido en ese contexto, o qué se sentirá cuando lleguemos. Empiece y lo sabrá; eso no puede describirse. En el Oriente se dice: "Los que saben no lo dicen; los que lo dicen, no lo saben". No se puede decir; sólo se puede decir lo contrario. El gurú no puede darle la verdad. La verdad no se puede poner en palabras, en una fórmula. Eso no es la verdad. Eso no es la realidad. La realidad no se puede poner en una fórmula. El gurú sólo puede señalarle a usted sus errores. Cuando deje sus errores, conocerá la verdad. E incluso entonces usted no puede decirla. Ésta es una enseñanza común entre los grandes místicos católicos. El gran Tomás de Aquino, al final de su vida, no escribía y no hablaba; había visto. Yo creía que él había guardado ese famoso silencio durante un par de meses, pero continuó guardándolo durante años. Se había dado cuenta que había hecho el ridículo, y lo dijo explícitamente. Es como si ustedes nunca hubieran probado un mango verde y me preguntaran: "¿A qué sabe?" Yo les diría, es "ácido", pero al darles una palabra los he alejado de la pista. Traten de comprender esto. La mayoría de las personas no son muy sabias; toman la palabra - La palabra de las escrituras, por ejemplo. - y todo lo entienden mal. "¿Ácido como el vinagre, ácido como un limón?" No; no es ácido como un limón, sino ácido como un mango. "Pero nunca lo he probado", dice usted. ¡Qué lástima! Sin embargo, usted continúa y escribe una tesis doctoral sobre el mango. No lo haría si no lo hubiera probado. Realmente no lo haría. Habría escrito una tesis doctoral sobre otras cosas, pero no sobre los mangos. Y el día que finalmente usted pruebe un mango verde, usted dirá: "¡Dios mío, hice el ridículo!" No debí haber escrito esa tesis. Eso fue exactamente lo que Tomás de Aquino hizo.

Un gran filósofo y teólogo alemán escribió todo un libro sobre el silencio de Santo Tomás. Sencillamente guardaba silencio, no hablaba. En el prólogo de su Summa Theológica, la cual es el resumen de su teología, dice: "Sobre Dios, no podemos decir lo que es, sino, lo que no es. Y, por tanto, no podemos hablar acerca de cómo es, sino de cómo no es". Y en su famoso comentario sobre la obra de Boecio de Sancta Trinitate, dice que hay tres maneras de conocer a Dios: 1) En la creación. 2) En las acciones de Dios en la historia y 3) en la forma más elevada de conocimiento de Dios tamquam: ignotum (conocer a Dios como lo que no se conoce). La manera más alta de hablar sobre la Trinidad es saber que uno no sabe. Ahora, no se trata de un maestro Zen oriental hablando. Se trata de un santo canonizado por la Iglesia Católica Romana, del príncipe de los teólogos durante siglos. Conocer a Dios como lo que no se conoce. En otro lugar, Santo Tomás llegaba a decir: como lo inconocible. La realidad, Dios, la divinidad, la verdad, el amor son inconocibles; eso quiere decir que no se pueden ser comprendidos por la gente discursiva. Eso solucionaría muchas preguntas que hace la gente porque siempre vivimos con la ilusión de que sabemos. No sabemos, no podemos saber.

Entonces, ¿Qué son las Escrituras? Son una sugerencia, una pista, no una descripción. El fanatismo de un creyente sincero que cree que sabe, causa más daño

que los esfuerzos aunados de doscientos bandidos. Es aterrador ver lo que los creyentes sinceros pueden hacer porque creen que saben. ¿No sería maravilloso que tuviéramos un mundo en el cual todos dijeran: "No sabemos"? Caería una gran barrera. ¿No sería maravilloso?

Un ciego de nacimiento me pregunta: ¿Qué es esa cosa que llaman verde?" ¿Cómo se le describe el color verde a un ciego de nacimiento? Se usan analogías. Entonces digo: "El color verde es algo como una música suave". "Sí", le digo, "música sosegada y suave". Otro ciego me pregunta: "¿Qué es el color verde?" Le digo que es suave como el raso, muy sosegado y suave al tacto. Al día siguiente me doy cuenta que los dos ciegos están peleando a botellazos. El uno dice: "Es suave como la música"; el otro dice: "Es suave como el raso". Y así sigue la cosa. Ninguno de los dos sabe de qué se está hablando, porque si lo supieran, se quedarían callados. Así es de grave el asunto. Es peor aún, porque digamos que un día el ciego ve, y se sienta en el jardín y mira alrededor, y usted dice: "Bueno, ahora usted sabe cómo es el color verde". Y él le responde: "Es verdad. Lo oí un poco esta mañana".

La verdad es que usted está rodeado de Dios y no ve a Dios porque "sabe" acerca de Dios. El obstáculo final para la visión de Dios es el concepto que usted tiene de Dios. No encuentra a Dios porque cree que sabe. Eso es lo terrible de la religión. Eso es lo que los evangelios decían, que la gente religiosa "sabía", de manera que eliminaron a Jesús. El más alto conocimiento de Dios es conocerlo como inconocible. Se habla demasiado de Dios; todo el mundo está cansado de oírlo. Hay muy poca consciencia, muy poco amor, muy poca felicidad, pero tampoco usemos esas palabras. Se renuncia muy poco a las ilusiones, a los errores, a los apegos y a la crueldad, hay muy poca consciencia. El mundo sufre por eso, no por falta de religión. Se supone que la religión versa sobre una falta de consciencia, de despertar. Miren en qué hemos caído. Vengan a mi país y véanlos matándose por las religiones. Esto lo encontrarán ustedes en todas partes. "El que sabe, no dice; el que dice, no sabe". Todas las revelaciones, por divinas que sean, nunca son más que un dedo que señala la luna. Como decimos en el Oriente: "Cuando el sabio señala la Luna, el idiota no ve sino el dedo".

Jean Guiton, un escritor francés muy piadoso y ortodoxo, agrega un comentario aterrador: "Con frecuencia utilizamos el dedo para sacar los ojos". ¿No es terrible? ¡Consciencia, consciencia, consciencia! En la consciencia está la curación; en la consciencia está la verdad; en la consciencia está la salvación; en la consciencia está el amor; en la consciencia está el despertar. Consciencia.

Necesito hablar sobre las palabras y los conceptos porque debo explicarles por qué, cuando miramos un árbol, realmente no vemos. Creemos que vemos, pero no vemos. Cuando miramos a una persona, realmente no la vemos, sólo creemos que vemos. Lo que vemos es algo que fijamos en la mente. Recibimos una impresión y nos aferramos a ella, y seguimos mirando a la persona a través de esa impresión. Y hacemos esto con casi todo. Si ustedes comprenden eso, comprenderán la amabilidad y la belleza de ser conscientes de todo lo que los rodea. Porque la realidad está ahí; "Dios", sea lo que sea, está ahí. Todo está ahí. El pececito en el océano dice: "Perdón, estoy buscando el océano. ¿Puede decirme dónde lo encuentro?". Patético, ¿Verdad? Si sólo abriéramos los ojos y viéramos, entonces comprenderíamos.

PERDER LA CARRERA

Regresemos a esa maravillosa frase del Evangelio de perdernos para encontrarnos. Se encuentra en la mayoría de la literatura religiosa y en toda la literatura espiritual y mística.

¿Cómo hace uno para perderse? ¿Alguna vez trató usted de perder algo? Correcto, cuanto más esfuerzo se haga, más difícil es. Las cosas se pierden cuando no se hace esfuerzo. Usted pierde algo cuando no está consciente, Bien, ¿Cómo hace uno para morirse? Estamos hablando de la muerte, no del suicidio. No nos dice que nos matemos, nos dice que muramos. Causarnos dolor, causarnos sufrimiento sería contraproducente. Uno nunca está tan lleno de sí mismo como cuando tiene dolor. Nunca está tan centrado en sí mismo como

cuando está deprimido. Nunca está tan dispuesto a olvidarse de sí mismo como cuando está feliz. La felicidad lo libera de sí mismo.

Son el sufrimiento y el dolor y la tristeza y la depresión lo que lo ata a uno a sí mismo. Observe cuán consciente está usted de su muela cuando le duele. Cuando no tiene dolor de muela, ni siquiera se da cuenta que tiene muelas, ni de que tiene cabeza, cuando no le duele la cabeza. Pero es muy diferente cuando tiene un terrible dolor de cabeza.

De manera que es erróneo, es falso, pensar que la manera de liberarse de uno mismo es causarse dolor, ser abnegado, mortificarse, como estas cosas se entendían tradicionalmente. Negarse, morir, perderse, es comprenderse a sí mismo, comprender su verdadera naturaleza. Cuando uno haga eso, desaparecerá; se desvanecerá. Imagínense ustedes que alguien llega un día a mi alcoba. Yo le digo: - Entre. ¿Quién es usted?

Y él contesta: - Yo soy Napoleón

Y yo le digo - ¡No me diga que usted es...el Napoleón...!

Y él responde: Precisamente: Bonaparte, el emperador de Francia

- ¡No me diga!- Exclamo mientras pienso: "Hay que tratar a éste con cuidado - Siéntese, Su majestad.

- Bien, me dicen que usted es un buen director espiritual. Tengo un problema espiritual. Estoy intranquilo, me cuesta trabajo confiar en Dios. Mire usted: Yo tengo mis tropas en Rusia, y por las noches no puedo dormir pensando cómo resultará todo.

- Bien, Su Majestad - le respondo -, ciertamente podría aconsejarle algo. Le sugiero que lea el capítulo 6 de Mateo: "Mirad los lirios del campo... Ellos no trabajan ni hilan".

En este momento me pregunto quién está más loco si ese hombre o yo. Pero le sigo la corriente al loco. Eso es lo que hace el gurú sabio con usted al principio. Le sigue la corriente; toma en serio sus problemas. Le secará una o dos lágrimas. Usted está loco, pero todavía no lo sabe. Pronto llegará el momento en que el gurú le quite el piso y le diga: "Olvídese, usted no es Napoleón". En esos famosos diálogos de Santa Catalina de Siena, se dice que Dios le dijo: "Yo soy el que es; tú eres la que no es". ¿Han sentido alguna vez su no-ser? En el Oriente tenemos una imagen para esto. Es la imagen del danzarín y la danza. Se ve a Dios como el danzarín y a la creación como la danza de Dios. No es como si Dios fuera el danzarín grande, y usted fuera el danzarín pequeño. Ah, no. Usted no es un danzarín. Usted es la danza. ¿Alguna vez sintió eso? De manera que cuando el hombre recupera sus facultades mentales y se da cuenta de que no es Napoleón, no deja de existir. Sigue existiendo, pero de pronto se da cuenta de que es algo diferente de lo que él pensaba que era.

Perderse es darse cuenta de repente de que uno es algo diferente de lo que pensaba que era. Usted creía que estaba en el centro; Ahora se percibe como un satélite. Usted pensaba que era un danzarín; ahora se siente como una danza. Estas no son sólo analogías, imágenes, de manera que no las tome literalmente. Apenas le dan una pista, un indicio; son sólo señales, no lo olvide. De manera que usted no puede pedirles demasiado. No las tome demasiado literalmente.

VALOR PERMANENTE

Pasando a otra idea, hablemos de problema de la valía personal. La valía personal no significa el valor de uno mismo. ¿De dónde procede el valor de uno mismo? ¿Se obtiene del éxito en el trabajo? ¿Se obtiene de tener mucho dinero? ¿Se obtiene de atraer a muchos hombres (si usted es mujer) o a muchas mujeres (si usted es hombre)? Cuán frágil es eso, cuán transitorio. Cuando hablamos del valor de uno mismo, ¿No estamos hablando realmente de cómo nos reflejamos en el espejo de la mente de los demás? Pero ¿Tenemos que depender de eso? Uno comprende su propia valía personal cuando ya no se identifica o se define en función de esas cosas pasajeras. No me vuelvo bello por el hecho que todos digan que soy bello. Realmente no soy ni bello ni feo. Estas cosas van y vienen. Mañana podría transformaren en una criatura muy fea, pero todavía sería "yo". Entonces, digamos que me hago cirugía plástica y otra vez vuelvo a ser hermoso. ¿El "yo" realmente se

vuelve hermoso? Es necesario dedicar mucho tiempo a reflexionar sobe estas cosas. Se las he dicho rápidamente, pero si dedican tiempo a comprender lo que he dicho, para profundizar en ello, tendrán una mina de oro. Lo sé, porque cuando lo descubrí la primera vez descubrí un verdadero tesoro.

Las experiencias placenteras hacen la vida deliciosa. Las experiencias dolorosas llevan al crecimiento. Las experiencias placenteras hacen la vida deliciosa, pero de por sí no llevan al crecimiento. Lo que lleva al crecimiento son las experiencias dolorosas. El sufrimiento señala un área en la cual uno todavía no ha crecido, en la cual uno necesita crecer, transformarse y cambiar. Si supieran utilizar el sufrimiento, ¡Ah, cuánto crecerían! Limitémonos por ahora al sufrimiento psicológico, a todas esas emociones negativas que tenemos. No pierdan su tiempo en alguna de ellas. Ya les he dicho lo que podrían hacer con esas emociones. La decepción que tienen ustedes cuando las cosas no les resultan como querían, ¡obsérvenla! Miren lo que ella dice de ustedes. Lo digo sin condenar (de otra manera quedarían atrapados en el odio hacia ustedes mismos). Obsérvenla como la observarían en otra persona. Observen esa decepción, esa depresión que ustedes sufren cuando los critican. ¿Qué dice ella de ustedes?

¿Han oído hablar de aquella persona que dijo?: "¿Quién dice que la preocupación no sirve? Ciertamente ayuda. ¡Cada vez que me preocupo por algo, no sucede!"? Bien, ciertamente le sirvió a ella. O el otro que dijo: "La persona neurótica es la que se preocupa por algo que no ocurrió en el pasado. No es como nosotros, las personas normales, que nos preocupamos por las cosas que no ocurrirán en el futuro". De eso se trata. Esa preocupación, esa ansiedad, ¿Qué le dicen a uno?

Los sentimientos negativos, todos los sentimientos negativos son útiles para la consciencia, para la comprensión. Le dan a uno la oportunidad de sentirlos, de observarlos desde fuera. Al comienzo, la depresión todavía estará allí, pero usted habrá cortado su conexión con ella. Gradualmente, comprenderá la depresión. A medida que la comprenda, le dará con menos frecuencia, y desaparecerá por completo. Tal vez, pero en ese momento ya no importará gran cosa. Antes del despertar yo solía deprimirme. Después del despertar sigo deprimido. Pero gradual o rápidamente, o de repente, uno llega al estado del despertar. Éste es el estado en que uno descarta sus deseos. Pero recuerden que lo que quiero decir con deseos y anhelos. Quiero decir: "A menos que obtenga lo que deseo, me niego a ser feliz". Quiero decir, los casos en que la felicidad depende de que se cumpla el deseo.

DESEO, NO PREFERENCIA

No supriman el deseo, porque entonces no tendrían vida. Perderían energía, y eso sería terrible. En el sentido saludable de la palabra, el deseo es energía, y cuanta más energía tengamos, mejor. Pero no supriman el deseo, compréndanlo; véanlo en su verdadera luz. Véanlos como lo que realmente son. Porque si ustedes simplemente suprimen su deseo, e intentan renunciar al objeto de su deseo, probablemente se verán atados a él. En cambio, si lo miran y lo ven en su verdadero valor, si comprenden que están preparando el camino para la desdicha, la decepción y la depresión, su deseo se transformará en lo que yo llamo una preferencia.

Cuando uno se va por la vida con preferencias pero no permite que la felicidad dependa de alguna de ellas, entonces está despierto. Va avanzando hacia el despertar. Estar despierto, felicidad - llámenlo como quieran - es el estado en el que no hay engaño, en que uno ve las cosas no como uno es, sino como ellas son, hasta donde esto le es posible a un ser humano. Dejar las ilusiones, ver las cosas, ver la realidad. Es eso lo que lo hace desdichado. Repito: usted agrega algo... Una reacción negativa en usted. La realidad proporciona el estímulo, usted proporciona la reacción. Usted agrega algo con su reacción. Y si examina lo que agrega, siempre hay allí una ilusión, hay una exigencia, una expectativa, un anhelo. Siempre. Los ejemplos de las ilusiones abundan: pero a medida que usted comience a avanzar en este camino, las irá descubriendo usted mismo.

Por ejemplo, la ilusión, el error de creer que cambiando el mundo exterior usted

cambiará. Usted no cambia si sencillamente cambia su mundo exterior. Si usted consigue un nuevo empleo o un nuevo cónyuge o un nuevo hogar o un nuevo gurú o una nueva espiritualidad, eso no lo cambia a usted. Es como creer que cambia la letra cambiando de estilográfica. O que cambia la capacidad de pensar cambiando de sombrero. Eso no lo cambia realmente, pero la mayoría de los seres humanos gastan toda su energía tratando de reorganizar su mundo exterior de acuerdo con sus gustos. A veces tienen éxito - durante unos cinco minutos - y obtienen algo de alivio, pero incluso durante ese momento de alivio están tensos, porque la vida siempre fluye, la vida siempre cambia.

De manera que si ustedes quieren vivir, no deben tener una morada permanente. No deben tener dónde reclinar la cabeza. Tienen que fluir con la vida. Como dijo el gran Confucio: "Quien quiera ser constante en la felicidad debe cambiar con frecuencia". Fluya. Pero siempre miramos hacia atrás ¿No es verdad? Nos aferramos a las cosas del pasado y nos aferramos a las cosas del presente. "Cuando uno pone la mano en el arado, no puede mirar hacia atrás". ¿Quieren disfrutar la melodía? ¿Quieren disfrutar de una sinfonía? No se aferren a unos pocos compases de música. No se aferren a un par de notas. Déjenlas pasar, déjenlas fluir. Todo el goce de una sinfonía depende de su disposición para dejar que las notas pasen. En cambio, si a ustedes les gustara determinado compás y le gritaran a la orquesta, "Tóquenlo varias veces", eso ya no sería una sinfonía. ¿Conocen ustedes los cuentos de Nasr-ed-Din, el viejo Mullah? Él es una figura legendaria que los griegos, los turcos y los persas reclaman como propia. Enseñaba su doctrina mística en forma de cuentos, generalmente chistosos. Y el desenlace del cuento siempre era Nasr-ed-Din

Un día Nasr-ed-Din estaba tocando en una guitarra solamente una nota. Al cabo de un rato, una multitud se reunió alrededor (era en el mercado) y uno de los hombres que estaba sentado en el suelo dijo:

-Mullah, esa nota que está tocando es bonita, pero ¿Por qué no la varía un poco como hacen los otros músicos?

-Esos son unos tontos -dijo Nasr-ed-Din-. Ellos están buscando la nota correcta. Yo ya la encontré.

AFERRARSE A LA ILUSIÓN

Cuando usted se aferra a algo, la vida se destruye; cuando usted se sujeta a algo, usted deja de vivir. Eso está en todas las páginas del evangelio. Compréndalo. Comprenda también otra ilusión, que la felicidad no es lo mismo que la excitación, no es lo mismo que las emociones. Eso es otra ilusión, que una emoción proviene de un deseo cumplido. El deseo produce ansiedad, y, tarde o temprano producirá una resaca. Cuando usted haya sufrido lo suficiente, entonces estará listo para verlo. Usted se está alimentando de emociones. Es como alimentar un caballo de carreras con golosinas; darle tortas y vino. Un caballo de carreras ni se alimenta sí. Es como alimentar a los seres humanos con una droga. Usted necesita alimento y bebida buenos, sólidos, nutritivos. Es necesario que usted comprenda todo esto.

Otra ilusión es que otra persona puede hacer esto por usted, que algún salvador o gurú o maestro puede hacer esto por usted. Ni siquiera el más grande gurú del mundo puede dar un solo paso por usted. Usted mismo tiene que darlo. San Agustín lo dijo maravillosamente: "El mismo Jesucristo no podía hacer algo por muchos de sus oyentes". O repitiendo ese hermoso proverbio árabe: "La naturaleza de la lluvia es la misma y sin embargo produce espinas en el pantano y flores en el jardín". Usted tiene que hacerlo. Nadie más puede ayudarle. Es usted quien tiene que digerir su alimento, usted tiene que comprender. Nadie más puede comprender por usted. Usted tiene que buscar. Nadie puede buscar por usted. Y si lo que busca es la verdad, entonces usted tiene que hacerlo. No puede apoyarse en alguien.

Hay otra ilusión: que es importante ser respetable, ser amado y apreciado, ser importante. Muchos dicen que tenemos una necesidad de ser amados, apreciados, de pertenecer. Eso es falso. Descarte esta ilusión y será feliz. Tenemos una necesidad natural de ser libres, una necesidad natural de amar, pero no de ser amados. A veces,

en mis sesiones de sicoterapia encuentro un problema común: Nadie me ama; ¿Entonces cómo puedo ser feliz? Le explico a la persona: ¿Quiere decir que nunca tiene momentos en que usted se olvide que no es amado, y se deje ir, y sea feliz?" Por supuesto que los tiene.

Por ejemplo, una mujer está embebida en una película. Es una comedia, y ella está riéndose a mandíbula batiente, y en ese bendito momento olvida recordar que nadie la ama, nadie la ama, nadie la ama. ¡Está feliz! Entonces sale del teatro, y la amiga con que había ido a ver la película se va con un novio y queda sola. Entonces empieza a pensar: "Todas mis amigas tienen novio y yo no. Soy tan infeliz. ¡Nadie me ama!".

En la India, muchos de los pobres están empezando a conseguir radios de transistores que son un lujo. "Todo el mundo tiene un transistor", se oye decir, "Pero yo no tengo un transistor; soy tan infeliz". Hasta que todo el mundo empezó a conseguir transistores, eran perfectamente felices sin tener uno. Así le pasa a usted. Hasta que alguien le dijo que no sería feliz a menos que fuera amado, usted estaba perfectamente feliz. Usted puede ser feliz sin ser amado, sin ser deseado o atractivo. Usted es feliz en el contacto con la realidad. Eso es lo que trae la felicidad, un contacto con la realidad a cada momento. Allí es en donde encontrará a Dios; allí es en donde encontrará la felicidad. Pero la mayoría de la gente no está preparada para oír eso.

Otra ilusión es que los acontecimientos externos tienen poder para lastimarlo a uno, que otras personas tienen poder para lastimarlo. No, no lo tienen. Usted es el que les da ese poder.

Otra ilusión Usted es todos esos rótulos que la gente le ha dado, o que usted mismo se ha dado. ¡Usted no es eso, no es eso! De manera que no tiene por qué aferrarse a ellos. El día que alguien diga que soy un genio y lo tome en serio tendré problemas. ¿Pueden comprender por qué? Porque ahora empezaré a ponerme tenso. Tengo que cumplir las expectativas, tengo que mantenerlo. Tengo que averiguar después de cada conferencia: ¿Le gustó la conferencia? ¿Todavía cree que soy un genio? ¿Ve? De manera que lo que usted necesita es romper el rótulo. ¡Rómpalo, y será libre! No se identifique con esos rótulos. Eso es lo que la otra persona piensa. Así fue como ella lo vio en ese momento. ¿Es usted de verdad un genio? ¿Es usted loco? ¿Es usted un místico? ¿Está chiflado? ¿Qué importa en realidad? siempre y cuando usted siga siendo consciente, viviendo la vida en cada momento. Qué maravillosamente se describe eso en aquellas palabras del evangelio: "Mirad las aves del cielo: ellas no siembran ni cosechan ni almacenan en graneros... Mirad los lirios del campo... Ni se afanan ni hilan". Así habla el verdadero místico, la persona que despertó.

¿Entonces está angustiado? ¿Puede usted con todas sus angustias agregar un solo día a su vida? ¿Por qué preocuparse por el mañana? Métase en el hoy. Alguien dijo: "La vida es algo que sucede mientras estamos ocupados haciendo otros planes". Eso es patético. Viva el momento presente. Ésta es una de las cosas que usted notará que le sucede a medida que despierta. Se encontrará viviendo en el presente, gustando de cada momento a medida que lo vive. Otro buen signo es cuando usted oye una sinfonía, unas notas después de las otras, sin intentar detenerla.

ABRAZARSE A LOS RECUERDOS

Eso me lleva a otro tema, a otro tópico. Pero este nuevo tema se relaciona mucho con lo que he venido diciendo y con mi indicación de ser consciente de todas las cosas que le agregamos a la realidad. Miremos esto paso a paso.

El otro día un Jesuita me contó que hace varios años estaba dando una charla en Nueva York, en donde los puertorriqueños eran muy impopulares en ese momento debido a algún incidente. Todo el mundo decía toda suerte de cosas contra ellos. De manera que en la charla dijo: "Voy a leerles algunas de las cosas que la gente de Nueva York dijo sobre ciertos inmigrantes". Lo que les leyó fue realmente lo que la gente había dicho sobre los irlandeses, y sobre los musulmanes, y sobre todas las otras olas de inmigrantes que habían llegado a Nueva York años antes. Él lo dijo muy bien: Estas

personas no traen la delincuencia con ellos; se convierten en delincuentes cuando se enfrentan con ciertas condiciones aquí. Debemos comprenderlos. Si ustedes quieren solucionar la situación es inútil que reaccionen con prejuicio. Ustedes tienen que comprender, no condenar". Así es como se logra el cambio en uno mismo. No condenando, no insultándose a sí mismo, sino comprendiendo lo que está sucediendo. No llamándose a si mismo un suco pecador. ¡No, no, no, no!

Para obtener consciencia usted tiene que ver, y no puede ver si tiene prejuicios. Miramos con prejuicio casi todas las cosas y a casi todas las personas. Es casi suficiente para desanimar a cualquiera.

Es como encontrarse con un viejo amigo a quien no veía hace mucho tiempo. "Hola Tom", le digo, "Qué bueno verte" y le doy un gran abrazo. ¿A quién estoy abrazando, a Tom o al recuerdo que tengo de él? ¿Un ser humano vivo, o un cadáver? Estoy suponiendo que todavía es el muchacho interesante que yo creía que era. Estoy suponiendo que todavía responde a la idea que tengo de él con mis recuerdos y asociaciones. De manera que le doy un gran abrazo. Cinco minutos después me doy cuenta que él ha cambiado y ya no me interesa. Abracé a la persona que no era.

Si quieren saber cuán valedero es esto, escuchen: Una religiosa de la India va a hacer un retiro. Todo el mundo en la comunidad dice: "Ah, ya lo sabemos, eso es parte de su carisma; ella siempre va a seminarios y a retiros: nunca algo la cambiará". Bueno, sucede que esta hermana sí cambia en este seminario, o grupo de terapia, o lo que sea. Ella cambia; todo el mundo se da cuenta de la diferencia. Todo el mundo dice: "Realmente has comprendido muchas cosas". Es verdad, y ellos pueden ver la diferencia en su comportamiento, en su cuerpo, en su rostro. Siempre se nota cuando hay un cambio interior. Siempre se ve en el rostro, en los ojos, en el cuerpo. Bien, la hermana regresa a su comunidad, y como la comunidad tiene un prejuicio, un idea fija sobre ella, van a seguir mirándola con los ojos del prejuicio. Ellas son las únicas que no ven en ella algún cambio. Dicen: "Si, parece estar más animada, pero esperen: se volverá a deprimir". Y en unas pocas semanas, se deprime de nuevo; ella está reaccionando a la reacción de las otras. Y todas dicen: "¿Ven? Ya lo habíamos dicho: no ha cambiado". Lo trágico es que sí había cambiado, pero ellas no lo veían. La percepción tiene consecuencias devastadoras en los asuntos del amor y de las relaciones humanas.

Cualquiera que sea una relación, ciertamente implica dos cosas: claridad de percepción (tanta cuanta sea nuestra capacidad de ella; algunas personas discutirían hasta dónde podemos lograr claridad de percepción, pero no creo que alguien discuta que es deseable aproximarnos a ella) y precisión en la respuesta. Es más probable que uno responda con precisión cuando percibe con claridad. Cuando su percepción está distorsionada, no es probable que responda con precisión. ¿Cómo puede uno amar a alguien a quien ni siquiera ve? ¿Usted ve realmente a alguien a quien está ligado? ¿Realmente ve a alguien a quien teme y que, por lo tanto, no le gusta? Siempre odiamos aquello que tememos.

"El temor del señor es el comienzo de la sabiduría", me dice a veces la gente. Pero espere un momento. Espero que comprendan lo que están diciendo, porque siempre odiamos aquello que tememos. Siempre queremos librarnos de lo que tememos, destruir y evitar lo que tememos. Cuando usted teme a alguien, a usted no le gusta esa persona. Usted detesta a esa persona, tanto cuanto la teme. Y usted tampoco ve a esa persona porque las emociones interfieren. Bien, eso también es cierto cuando alguien le resulta atractivo. Cuando llega el verdadero amor, ya no le gustan o le disgustan las personas en el sentido ordinario de la palabra. Usted las ve con claridad y responde con precisión. Pero en ese nivel humano, sus gustos y sus antipatías y sus preferencias y sus atracciones, etc., siguen interfiriendo. De manera que debe ser consciente de sus prejuicios, sus gustos, sus antipatías, sus atracciones. Todos ellos están presentes, provienen de su condicionamiento. ¿Por qué a usted le gustan cosas que a mí me disgustan? Porque su cultura es diferente a la mía. Si yo le diera a usted algunas de las cosas de comer que a mí me gustan, usted se apartaría con asco.

En algunas partes de la India, a la gente le gusta la carne de perro. Pero otras personas, si les dijeran que les están dando filete de perro, enfermarían. ¿Por qué? Condicionamientos diferentes, programaciones diferentes. Los Hindúes enfermarían si supieran que habían comido carne de res, pero a los americanos les encanta. Ustedes preguntan: "Pero ¿Por qué no comen carne de res?" Por las mismas razones por las cuales ustedes no se comerían a su perro. La misma razón. Para el campesino hindú la vaca es lo que para usted es un perro. No se la quiere comer. Hay un prejuicio cultural que salva a ese animal que se necesita para la agricultura, etc.

Entonces, realmente, ¿Por qué me enamoro de una persona? ¿Por qué me enamoro de una clase de persona y no de otra? Porque estoy condicionado. Subconscientemente, tengo la imagen de que esa clase particular de persona me gusta, me atrae. De modo que cuando me encuentro con esa persona, me enamoro totalmente. ¿Pero la he visto? ¡No! La veré después de casarme con ella; es entonces cuando llega el despertar. Y es entonces cuando puede empezar el amor. Pero enamorarse nada tiene que ver con el amor. No es amor; es deseo, ardiente deseo. Usted quiere, con todo su corazón que esta criatura adorable le diga que usted la atrae. Eso le da una gran sensación. Mientras tanto, todo el mundo dirá: ¿Qué diablos será lo que le ve? pero es su condicionamiento -usted no ve. Dicen que el amor es ciego. Créanme, nada hay que tenga una visión tan clara como el verdadero amor, nada. Es lo que puede ver más claramente el mundo. Las adicciones son ciegas, los apegos son ciegos. El aferramiento, el anhelo y el deseo son ciegos. Pero no el verdadero amor. Pero, por supuesto, la palabra ha sido degradada en la mayoría de las lenguas modernas. La gente habla de hacer el amor y enamorarse. Como el niño que le dice a la niña:

-¿Alguna vez has sentido amor?

Y ella le contesta;

- No, pero he sentido gusto.

Entonces ¿De qué habla la gente cuando se enamora? Lo primero que necesitamos es claridad de percepción. Una de las razones por las cuales no percibimos claramente a la gente es evidente: nuestras emociones interfieren, nuestros condicionamientos interfieren, nuestros gustos y nuestras aversiones interfieren. Tenemos que enfrentar este hecho. Pero tenemos que enfrentar algo mucho mas fundamental: nuestras ideas, nuestras conclusiones, nuestros conceptos. Creámoslo o no, todo concepto diseñado para ayudarnos a ponernos en contacto con la realidad acaba interfiriendo ese contacto con la realidad, porque, tarde o temprano, nos olvidamos de que las palabras no son la cosa. El concepto no es lo mismo que la realidad. Son diferentes. Por eso les dije antes que la última barrera para encontrar a Dios es la palabra "DIOS" y el concepto de Dios. Ello interfiere si no se tiene cuidado. Debiera ser una ayuda; puede ser una ayuda pero también puede ser un obstáculo.

SEAMOS CONCRETOS

Cada vez que tengo un concepto, es algo que podría aplicarse a varios individuos. No nos referimos a un nombre concreto, particular, como María o Juan, los cuales no tienen un significado conceptual. Un concepto se aplica a numerosos individuos, a incontables individuos. Los conceptos son universales. Por ejemplo la palabra "hoja" podría aplicarse a cada una de las hojas de un árbol; la misma palabra se aplica a todas esas hojas individuales. Además, la misma palabra se aplica a todas las hojas de todos los árboles, las grandes, las pequeñas, las tiernas, las secas, las amarillas, las verdes, a las hojas de plátano. De manera que si yo le digo que esta mañana vi una hoja, usted no tiene idea realmente de lo que vi.

Veamos si ustedes pueden comprender eso. Ustedes sí tienen una idea de lo que no vi. No vi un animal, no vi un perro. No vi a un ser humano. No vi un zapato. De manera que ustedes tienen una idea vaga de lo que vi, pero no es particular, no es concreta. "Seres humanos" no se refiere al hombre primitivo, ni al hombre civilizado, ni a un hombre adulto, ni a un niño, ni a un hombre o a una mujer, ni a esta edad particular ni aquella, ni a esta cultura o a la otra, sino al concepto. El ser humano se encuentra concreto; ustedes nunca encuentran un ser humano universal como

el concepto que ustedes tienen. De manera que el concepto señala, pero nunca es enteramente preciso; le falta la unicidad, la concreción. El concepto es universal.

Cuando les doy un concepto, les doy algo, y, sin embargo, qué poco les he dado. El concepto es tan valioso, tan útil para la ciencia. Por ejemplo, si digo que aquí todos somos seres animales, eso sería perfectamente preciso desde un punto de vista científico. Pero somos algo más que animales. Si digo que María Juan es un animal, eso es verdad; pero como omití algo esencial sobre ella, es falso; eso es una injusticia. Cuando digo que una persona es mujer, eso es verdad; pero hay muchas cosas en esa persona que no se ajustan al concepto de "mujer". Ella siempre es esta mujer particular, concreta, única, de quien se puede tener una experiencia, pero no un concepto. A la persona concreta la debo ver yo mismo, tengo que experimentarla yo mismo, intuirla yo mismo. Se puede intuir el individuo pero no conceptualizarlo.

Una persona está más allá de la mente pensante. Probablemente muchos de ustedes se sienten orgullosos de que los llamen Americanos, así como muchos hindúes se sienten orgullosos de que los llamen hindúes. ¿Pero qué es "americano", qué es "hindú"? es un convencionalismo, no es parte de su naturaleza. No se tiene sino un rótulo. Realmente uno no conoce a la persona. El concepto siempre falla u omite algo muy importante, algo precioso que sólo se encuentra en la realidad, la cual es unicidad concreta. El gran Krishnamurti lo dijo muy bien: "El día que usted enseñe a un niño el nombre de un pájaro, el niño nunca volverá a ver ese pájaro". ¡Qué verdadero! La primera vez que el niño ve ese objeto blando, vivo, que se mueve, usted le dice: "Gorrión". Mañana, cuando el niño vea otro objeto blando que se mueve, similar al primero dice: "Gorriones. He visto gorriones. Me aburren los gorriones".

Si usted no mira las cosas a través de sus conceptos, nunca se aburrirá. Cada cosa es única. Cada gorrión es diferente de los demás gorriones, a pesar de las similitudes. Es de gran ayuda tener similitudes porque podemos abstraer, porque podemos tener un concepto. Eso es de gran ayuda, desde el punto de vista de la comunicación, la educación, la ciencia. Pero también es muy engañoso y un gran obstáculo para ver ese individuo concreto. Si usted sólo tiene experiencia de su concepto, no tiene experiencia de la realidad, porque la realidad es concreta. El concepto es una ayuda, para llevarlo a usted a la realidad, pero cuando llegue, tiene que intuirla o experimentarla directamente.

Una segunda cualidad de un concepto es que no es estático, y la realidad fluye. Utilizamos el mismo nombre para las Cataratas del Niágara, pero esa masa de agua cambia constantemente. Tenemos la palabra "Río", pero allí el agua fluye constantemente. Tenemos una palabra para el "cuerpo" de usted, pero las células de su cuerpo se están renovando constantemente. Supongamos, por ejemplo, que hace mucho viento y que yo quiero que la gente de mi país tenga una idea de lo que es una borrasca o un huracán americano. De manera que lo capturo en una caja de cigarros, y regreso a mi país y digo: "Miren esto". Naturalmente, ya no es una borrasca, ¿Verdad? Una vez ha sido capturada. O si quiero que ustedes sientan lo que es el movimiento de un río y se lo traigo en un balde. En el momento en que lo pongo en el balde, deja de fluir. En el momento en el que se ponen las cosas en un concepto dejan de fluir; se vuelven estáticas, muertas. Una ola congelada no es una ola. Una ola es esencialmente movimiento, acción; cuando usted la congela, ya no es una ola. Los conceptos siempre están congelados. La realidad fluye.

Finalmente, si hemos de creerles a los místicos (y no se requiere mucho esfuerzo para comprender esto, o incluso para creerlo, pero nadie puede verlo de inmediato), la realidad es una totalidad, pero las palabras y los conceptos la fragmentan. Por eso es tan difícil traducir de un idioma a otro, porque cada idioma fragmenta la realidad de una manera diferente. Es imposible traducir la palabra inglesa "home" al francés o al español. La palabra española "casa" no es exactamente "home"; "home" tiene asociaciones que son específicas del idioma inglés. Todos los idiomas tienen palabras y expresiones que no se pueden traducir, porque fragmentamos la realidad y agregamos o quitamos algo, y el uso hace cambiar continuamente. La realidad es una totalidad, y nosotros la fragmentamos para

formar conceptos y utilizamos palabras para indicar diferentes partes. Si usted nunca hubiera visto un animal, por ejemplo, y un día encontrara una cola -sólo una cola- y alguien le dijera: "Esto es una cola" ¿Tendría usted idea de qué era ésta si no tuviera idea de lo que es un animal?

Las ideas generalmente fragmentan la visión, la intuición, o la experiencia de la realidad como totalidad. Esto es lo que los místicos nos dicen continuamente. Las palabras no pueden darle a uno la realidad. Solamente señalan, solamente indican. Uno las utiliza como indicadores para llegar a la realidad. Pero una vez uno llega, sus conceptos son inútiles. Un sacerdote hindú tuvo una vez una disputa con un filósofo que decía que la última barrera para llegar a Dios, era la palabra "Dios", el concepto de Dios. El sacerdote se escandalizó con esto, pero el filósofo le dijo: "El asno en que usted monta y que utiliza para ir a una casa no es el medio por el cual usted entra en la casa. Usted utiliza el concepto para llegar; entonces se apea y va mas allá". No hay necesidad de ser un místico para comprender que la realidad es algo que no puede captarse con las palabras y los conceptos. Para conocer la realidad uno tiene que conocer más allá de todo concepto.

¿Esas palabras les recuerdan a ustedes algo? Los que conozcan La nube del no saber reconocerán la expresión. Los poetas, pintores, místicos y los grandes filósofos intuyen esta verdad. Supongamos que un día estoy mirando un árbol. Hasta ahora, cada vez que veía un árbol, decía: "Bueno, eso es un árbol". Pero hoy cuando miro el árbol, no veo un árbol. Al menos no lo veo como estoy acostumbrado a ver. Veo algo con la frescura de visión de un niño. No tengo para ello una palabra. Veo algo único, completo, que fluye, no fragmentado. Y me asombro. Si usted me preguntara: "¿Qué vio?" ¿Qué cree que le respondería? no tengo palabras para hacerlo. No hay palabras para la realidad. Porque apenas le pongo una palabra, estamos de nuevo en los conceptos.

Y si no puedo expresar esta realidad que es visible para los sentidos, ¿Cómo expresar lo que no puede verse con los ojos u oírse con los oídos? ¿Cómo encontrar una palabra para la realidad de Dios? ¿Están ustedes comenzando a comprender lo que dijeron Tomás de Aquino, Agustín, y todos los demás y lo que la iglesia enseña constantemente cuando dice que Dios es un misterio, que es incomprensible para la mente humana?

Una de las últimas cartas del gran Karl Rahner se la escribió a un joven drogadicto alemán que le había pedido ayuda. El drogadicto le había dicho: "Ustedes los teólogos hablan sobre Dios, pero ¿Cómo podría ese Dios tener relación con mi vida? ¿Cómo podría este Dios liberarme de las drogas?" Rahner le dijo: "Debo confesarle con toda honestidad que, para mí, Dios es y siempre ha sido un misterio absoluto. No comprendo lo que Dios es; nadie puede comprenderlo. Tenemos indicios, vislumbres; hacemos esfuerzos vacilantes, inadecuados, para expresar el misterio en palabras. Pero no hay una palabra, no hay una frase para el misterio". Y hablando a un grupo de teólogos en Londres, Rahner dijo: "La tarea del teólogo es explicarlo todo a través de Dios, y explicar a Dios como inexplicable". Misterio inexplicable. No sabemos, no podemos decir. Decimos, "Ah, ah...".

Las palabras son indicadores, no son descripciones. Trágicamente, la gente cae en la idolatría porque cree que en lo referente a Dios, la palabra es la cosa. ¿Cómo puede alguien ser tan loco? ¿Puede usted todavía ser más loco? Incluso en lo referente a los seres humanos, o a los árboles y las hojas y a los animales, la palabra no es la cosa. ¿Y usted diría que, en lo referente a Dios, la palabra es la cosa? ¿Cómo puede decir semejante cosa? Un experto en las escrituras internacionalmente famoso asistió a un curso en San Francisco, y me dijo: "¡Dios mío, después de escucharlo a usted, comprendí que he sido un idólatra toda la mi vida!" Lo dijo abiertamente: "Nunca caí en la cuenta de que era un idólatra. Mi ídolo no era de madera o metal; era un ídolo mental". Éstos son los idólatras más peligrosos. Utilizan una sustancia muy sutil, la mente, para hacer su Dios.

Los estoy llevando a ustedes a lo siguiente: La consciencia de la realidad que los rodea. Consciencia significa observar, observar lo que sucede dentro de ustedes y alrededor de ustedes. "Lo que sucede" es bastante adecuado: Los árboles, el césped,

las flores, los animales, las rocas, toda la realidad se mueve. Uno lo observa, uno lo ve. Cuán esencial es para el ser humano no observarse solamente a sí mismo, sino observar la realidad. ¿Ustedes son prisioneros de sus conceptos? ¿Quieren liberarse de la prisión? Entonces miren; observen; dediquen horas enteras a observar. ¿Observar qué? Cualquier cosa. Los rostros de la gente, las formas de los árboles, un pájaro que vuela, un montón de piedras, observen el crecimiento del césped. Pónganse en contacto con las cosas, mírenlas. Entonces podrán tener la esperanza de liberarse de esos patrones rígidos que todos nos hemos formado, de lo que nos han impuesto nuestros pensamientos y nuestras palabras. Tendremos la esperanza de ver. ¿Qué veremos? Eso que decidimos llamar realidad, lo que está más allá de las palabras y los conceptos. Esto es un ejercicio espiritual - relacionado con la espiritualidad- relacionado con el hecho de liberarse de su jaula, de su prisión de conceptos y palabras.

Qué triste si pasamos por la vida sin verla nunca con los ojos de un niño. Esto no quiere decir que debamos descartar totalmente todos los conceptos; son muy preciosos. Aunque empezamos sin ellos, los conceptos tienen una función muy positiva. Gracias a ellos desarrollamos nuestra inteligencia. Nos invitan, no a convertirnos en niños, sino a ser como niños. Tenemos que perder el estado de inocencia y ser arrojados del paraíso; tenemos que desarrollar un "yo" y un "mi" por medio de esos conceptos. Pero tenemos que regresar al paraíso. Necesitamos ser redimidos de nuevo. Necesitamos descartar al hombre viejo, la naturaleza vieja, el ego condicionado, y regresar al estado del niño, pero sin ser un niño. Cuando comenzamos en la vida, miramos la realidad con asombro, pero no es el asombro inteligente de los místicos; es el asombro informe del niño. El asombro muere y lo reemplaza el aburrimiento, a medida que desarrollamos el lenguaje y las palabras y los conceptos. Entonces podremos tener la esperanza, si somos afortunados, de regresar al asombro.

SIN PODER ENCONTRAR LAS PALABRAS

Dag Hammarskjöld, ex secretario general de las Naciones Unidas, lo dijo bellamente: "Dios no muere el día que dejamos de creer en una deidad personal. Pero nosotros morimos el día que nuestra vida deje de estar iluminada por el firme resplandor del asombro diariamente renovado, cuya fuente está más allá de toda razón". No tenemos por qué discutir por una palabra, porque "Dios" es sólo una palabra, un concepto. Nunca discutimos por la realidad; sólo discutimos sobre las opiniones, los conceptos, los juicios. Abandonen sus conceptos, abandonen sus opiniones, abandonen sus prejuicios, abandonen sus juicios y lo verán.

"Quia de deo scire non possumus quid sit, sed quid non sit, non possumus considerare de deo, quomodo sit sed quomodo non sit". Ésta es la introducción de Santo Tomás de Aquino a su summa theológica; "Como no podemos conocer lo que Dios es, sino lo que Dios no es, no podemos considerar cómo es Dios sino sólo cómo no es". Ya mencione el comentario de Tomás al libro de Boecio de Sancta Trinitate, en donde dice que el más alto grado de conocimiento de Dios es conocer a Dios como el desconocido. Tamquan ignoyum. Y en su Questio Disputata de Pontetia Dei, Tomás dice: "Esto es lo máximo en el conocimiento humano de Dios - Saber que no conocemos a Dios". A este caballero lo consideraban el príncipe de los teólogos. Era un místico, y hoy es un santo canonizado. Estamos sobre terreno bastante firme.

En la India tenemos un dicho sánscrito para este tipo de cosa: "Neti, neti". Significa: "No es eso, no es eso". El método de Tomás se llamaba el de la vía negativa, el camino negativo. C.S. Lewis escribió un diario mientras su esposa estaba agonizando. Se llama Un dolor observado. Él se había casado con una mujer norteamericana a quien quería entrañablemente. Les dijo a sus amigos: "Dios me dio a los sesenta años lo que me negó a los veinte". Hacía muy poco que se habían casado cuando ella se murió dolorosamente de cáncer. Lewis dijo que toda su fe se había derrumbado, como un castillo de naipes. Él era el gran apologista cristiano, pero cuando el desastre lo golpeó,

se preguntó: "¿Es Dios el padre amante o el gran vivisector?" ¡Hay una amplia evidencia para ambas posibilidades! Recuerdo que cuando mi madre enfermó de cáncer, mi hermana me preguntó:

- Tony ¿Por qué permitió Dios que esto le sucediera a mamá?

Le dije:

- Querida, el año pasado se murieron de hambre un millón de personas en la China debido a la sequía y tú nunca te inquietaste.

A veces lo mejor que puede sucedernos es despertar a la realidad, que nos golpee la calamidad, porque entonces llegamos a la fe, como llegó C.S. Lewis. Él dijo que antes no había tenido dudas sobre la supervivencia de las personas después de la muerte, pero que cuando su esposa murió ya no estuvo seguro. ¿Por qué? Porque era sumamente importante para él que ella siguiera viviendo. Como ustedes saben, C.S. Lewis es el maestro de las comparaciones y las analogías. Él dice: "Es como una cuerda. Alguien le pregunta a uno: -¿Esta cuerda resistirá el peso de sesenta y cinco kilos?

Uno responde: - Sí.

- Bien, vamos a bajar a su mejor amigo con esta cuerda.

Entonces uno dice: - Espéreme un momento, déjeme probar la cuerda de nuevo. Ahora ya no está tan seguro".

Lewis también dijo en su diario que no podemos saber algo sobre Dios y que incluso nuestras preguntas sobre Dios son absurdas. ¿Por qué? es como si una persona ciega de nacimiento le preguntara a uno: "¿El color verde es caliente o frío?" Neti, neti, no es eso. "¿Es largo o corto?" No es eso. "¿Es dulce o es ácido?" No es eso. ¿Es redondo o cuadrado? No es eso, no es eso. El ciego no tiene palabras, no tiene conceptos, para un color del cual no tiene idea, no tiene intuición, no tiene experiencia. Usted sólo le puede hablar valiéndose de analogías. Pregunte lo que pregunte, usted sólo le puede decir: "No es eso". C.S. Lewis dice en alguna parte que es como preguntar cuántos minutos hay en el color amarillo. Todo el mundo podría tomar la pregunta muy en serio, discutirla, disputar sobre ella. Una persona sugiere que hay veinticinco zanahorias en el color amarillo, la otra persona dice: "No, diecisiete papas". Y de pronto están peleando. No es eso, no es eso.

Esto es lo máximo en nuestro humano conocimiento de Dios: Saber que no sabemos. Nuestra gran tragedia es que sabemos demasiado. Creemos que sabemos, ésa es nuestra tragedia; por eso nunca descubrimos. De hecho, Tomás de Aquino (él no es solamente un teólogo sino un gran filósofo) dice en repetidas ocasiones: "Todos los esfuerzos de la mente humana no pueden agotar la esencia de una mosca".

EL CONDICIONAMIENTO CULTURAL

Algo más sobre las palabras: Les dije antes que las palabras son limitadas. Les voy a decir otra cosa. Hay palabras que a nada corresponden. Por ejemplo yo soy hindú. Ahora supongamos que soy prisionero de guerra en el Pakistán, y que me dicen: "Bueno, hoy lo vamos a llevar a la frontera, y miro y pienso: "Ah, mi país, mi hermoso país. Veo aldeas y árboles y colinas. Ésta es mi tierra, mi tierra natal". Al cabo de un rato, uno de los guardias dice: "Perdone, nos equivocamos. Tenemos que recorrer otros veinte kilómetros". ¿A qué estaba yo reaccionando? A nada. Estaba fijándome en una palabra: India. Pero los árboles son la india, los árboles son árboles. En realidad, no hay fronteras ni límites; los puso allí la mente humana; generalmente los fijaron políticos avaros y estúpidos. En una época, mi país fue uno; ahora son cuatro. Si no nos cuidamos, podría llegar a seis. Entonces tendríamos seis banderas, seis ejércitos. Por eso ustedes nunca me verán saludar una bandera. Yo detesto todas las banderas nacionales porque son ídolos. ¿Qué estamos saludando? Yo saludo a la humanidad, no una bandera con un ejército a su alrededor.

Las banderas están en la mente de las personas. En todo caso, hay miles de palabras en nuestro vocabulario que no corresponden a la realidad. ¡Pero cómo nos emocionan! Entonces empezamos a ver cosas que no están allí. Realmente vemos montañas indias cuando ellas no existen, y realmente vemos gente hindú, que tampoco existe. Su condicionamiento hindú existe. Pero eso no es una cosa para regocijarse. En

estos días, en los países del tercer mundo, hablamos mucho de la "inculturación". ¿Qué es eso que llamamos cultura? la palabra no me hace muy feliz. ¿Qué quiere decir que a usted le gusta hacer algo porque lo condicionaron para que lo hiciera? ¿Qué le gustaría sentir algo porque lo condicionaron para que lo sintiera? ¿No es eso ser mecánico? Imagínense un bebé estadounidense que es adoptado por una pareja rusa y es llevado a Rusia. No tiene idea de que es estadounidense de nacimiento. Crece hablando ruso; vive y muere por la madre Rusia; odia a los estadounidenses. El niño tiene el sello de su propia cultura; está familiarizado con su propia literatura. Mira el mundo a través de los ojos de su cultura. Ahora, si ustedes quieren mostrar su cultura de la misma manera como muestran sus vestidos, está bien. La mujer hindú usaría un sari y la mujer estadounidense usaría otra cosa, y la mujer japonesa usaría su kimono. Aunque nadie se identifica con sus vestidos, ustedes si quieren usar su cultura. Están orgullosos de su cultura. Les enseñan a estar orgullosos de ella. Permítanme decirlo tan enérgicamente como pueda. Un jesuita amigo mío me dijo: "Cuando veo a un mendigo o a un pobre, no puedo no darle una limosna. Eso me lo enseñó mi madre". Su madre le daba una comida a cualquier pobre que pasara. Yo le dije: Joe, lo que tú tienes no es una virtud; lo que tienes es una compulsión, una buena compulsión desde el punto de vista del mendigo, pero de todas maneras es una compulsión".

Recuerdo otro jesuita que nos dijo una vez en una reunión íntima de nuestra provincia jesuita en Bombay: "Yo tengo ochenta años; he sido jesuita durante setenta y cinco años. Nunca he dejado de hacer mi hora de meditación - nunca". Bueno, eso podría ser muy admirable, o también podría ser una compulsión. No hay gran mérito si es algo mecánico. La belleza de una acción viene, no de que se haya convertido en un hábito sino de su sensibilidad, su consciencia, su claridad de percepción, y su claridad de respuesta. Puedo decirle sí a un mendigo y no a otro. No estoy obligado por algún condicionamiento o programación de mis experiencias pasadas o de mi cultura. Nadie me ha sellado con algo, o si lo han hecho, ya no reacciono basándome en ello. Si usted hubiera tenido una mala experiencia con un estadounidense o si lo hubiera mordido un perro, o si hubiera tenido una mala experiencia con cierto tipo de alimento, sentiría la influencia de esa experiencia durante el resto de su vida. ¡Y eso está mal! usted necesita liberarse de eso. No conserve las expectativas del pasado. En realidad, tampoco conserve las buenas experiencias del pasado. Aprenda lo que significa experimentar algo plenamente, después descártelo y pase al momento siguiente, sin influencias del anterior. Tendría tan poco equipaje que podría pasar por el ojo de una aguja. Sabría lo que es la vida eterna porque la vida eterna es ahora, es el ahora sin tiempo. Solamente así entrará en la vida eterna. Pero cuantas cosas llevamos con nosotros. Nunca emprenderemos la tarea de liberarnos, de dejar el equipaje, de ser nosotros mismos.

Siento decir que en todas partes encuentro musulmanes que utilizan su religión, su culto y su Corán para distraerse de esa tarea. Y lo mismo puede decirse de los hindúes y de los cristianos.

¿Puede usted imaginarse al ser humano que ya no está influenciado por las palabras? usted puede decirle cualquier cantidad de palabras, y él todavía será ecuánime con usted. Usted puede decir: "Yo soy el Cardenal- Arzobispo Fulano de Tal", pero él seguirá siendo ecuánime; lo vera a usted como es. No está influenciado por el rótulo.

LA REALIDAD FILTRADA

Quiero decir otra cosa sobre nuestra percepción de la realidad. La diré en forma de analogía: El presidente de los Estados Unidos necesita información acerca de lo que piensa la ciudadanía. El Papa en Roma necesita información acerca de toda la iglesia. Literalmente hay millones de datos que se les podrían dar, pero ellos no podrían recibirlos todos, y menos comprenderlos. Por eso tienen personas a quienes confían la elaboración de extractos, que resumen las cosas, les hacen seguimiento, las filtran; al final de esto les llega al escritorio. Bien, eso es lo que nos pasa a nosotros. Estamos recibiendo

información de la realidad a través de todos los poros o células vivas de nuestro cuerpo y a través de todos nuestros sentidos. Pero constantemente filtramos las cosas. ¿Quién las filtra? ¿Nuestro condicionamiento? ¿Nuestra cultura? ¿Nuestra programación? ¿La forma en que nos enseñaron ver las cosas y a experimentarlas? Hasta nuestro idioma puede ser un filtro. Hay tanto filtro que a veces no vemos las cosas que están ahí. Es suficiente mirar a una persona paranoica que siempre se siente amenazada por algo que no está ahí, que constantemente interpreta la realidad en función de ciertas experiencias del pasado o de ciertos condicionamientos que tenga.

Pero también hay otro demonio que filtra. Se llama el apego, el deseo, el anhelo. La raíz de la tristeza es el deseo. El deseo vehemente distorsiona y destruye la percepción. Nos persiguen los temores y los deseos. Samuel Johnson dijo: "Saber que dentro de una semana va a estar colgado del patíbulo concentra maravillosamente la mente de un hombre". Bloquea todo lo demás y se concentra únicamente en el miedo, o en el deseo o en el anhelo. A nosotros nos drogaron de muchas maneras cuando jóvenes. Nos criaron para necesitar a las personas. ¿Para qué? Para que nos acepten, nos aprueben, nos aprecien, nos aplaudan -para lograr lo que llamaban el éxito. Esas son palabras que no corresponden a la realidad. Son convencionalismos, cosas inventadas, pero no nos damos cuenta de que no corresponden a la realidad. ¿Qué es el éxito? es lo que un grupo decidió que podría ser una cosa buena. Otro grupo decidirá que la misma cosa es mala. Lo que es bueno en Washington puede considerarse malo en un monasterio cartujo. El éxito en un círculo político puede considerarse como un fracaso en otros círculos. Son convencionalismos pero los tratamos como si fueran realidades, ¿Verdad? Cuando éramos jóvenes nos programaron para la desdicha. Nos enseñaron que para ser felices se necesita dinero, éxito, una pareja hermosa o bien parecida, un buen empleo, amistad, espiritualidad, Dios - y todo lo demás. Nos dijeron que si no conseguíamos esas cosas no seríamos felices. Ahora, eso es lo que yo llamo un apego. Un apego es creer que sin algo no seremos felices. Una vez que nos convencemos de eso - y se nos mete en el subconsciente, queda impreso en las raíces de nuestro ser - se acabó. "¿Cómo puedo ser feliz a menos que tenga buena salud?", dice usted. Pero le voy a decir algo: He conocido personas que se estaban muriendo de cáncer y eran felices. ¿Cómo podían ser felices si sabían que se iban a morir? Pero eran felices. "¿Cómo puedo ser feliz ni no tengo dinero?" Una persona tiene un millón de dólares en el banco y se siente insegura; la otra persona prácticamente no tiene dinero, pero no parece sentir alguna inseguridad. La programaron de manera diferente, eso es todo. Es inútil exhortar a la primera hacer lo que debe hacer; necesita comprender. Las exhortaciones no ayudan mucho. Necesita comprender que la programaron; es una creencia falsa. Véala como falsa, véala como una fantasía. ¿Qué hace la gente durante toda la vida? Está ocupada peleando; pelea, pelea, pelea. A eso lo llaman sobrevivir. Cuando el estadounidense promedio dice que se está ganando la vida, no se está ganando la vida. ¡Ah, no! Tiene mucho más de lo que necesita para vivir. Vengan a mi país y lo verán. Para vivir ellos no necesitan todos esos automóviles. Para vivir no necesitan un televisor. Para vivir no necesitan maquillaje. Para vivir no necesitan toda esa ropa. Pero trate de convencer de esto a un estadounidense. Les han lavado el cerebro; los han programado. De manera que trabajan y luchan por obtener el objeto deseado que los hará felices. Escuche esta triste historia - su historia, mi historia, la historia de todo el mundo - : "Hasta que consiga esto (dinero, amistad, cualquier cosa) no seré feliz; tengo que luchar por conseguirlo y luego, cuando lo consiga, tengo que luchar por conservarlo. Tengo una emoción pasajera. ¡Ah, estoy tan emocionado! ¡Ya lo conseguí! Pero ¿Cuánto tiempo dura eso? Unos minutos, máximo unos días. Cuando consigue su automóvil nuevo ¿Cuánto tiempo dura la emoción? Hasta que su siguiente apego se vea amenazado.

La verdad sobre una emoción es que después de un tiempo me canso de ella. Me dijeron que la oración esa algo extraordinario; me dijeron que Dios era algo extraordinario; me dijeron que la amistad era algo extraordinario. Y sin saber qué era realmente la oración y sin saber qué

era realmente Dios, sin saber lo que era realmente la amistad, les dimos mucha importancia. Pero después de un tiempo nos aburrimos de ellos - nos aburrimos de la oración, de Dios, de la amistad. ¿No es eso patético? Y no hay manera de escapar, sencillamente no hay manera de escapar. Es el único modelo que nos dieron: ser felices. No nos dieron algún otro modelo. Nuestra cultura, nuestra sociedad y, siento decirlo, nuestra religión, no nos dieron algún otro modelo. Lo acaban de nombrar cardenal. ¡Qué gran honor! ¿Honor? ¿Dijo usted honor? Se equivocó de palabra. Ahora otros van a aspirar a lo mismo. Usted cayó en lo que los evangelios llaman "el mundo" y va a perder su alma. El mundo, el poder, el prestigio, el triunfo, el éxito, el honor, etc., no existen. Usted gana mundo pero pierde el alma. Toda su vida ha estado vacía y sin alma. Ahí nada hay. Sólo hay una manera de escapar, ¡Y es desprogramarse! ¿Cómo se hace eso? Tomando consciencia de la programación. Usted no puede cambiar por un esfuerzo de la voluntad; no puede cambiar por medio de ideales; no puede cambiar adoptando nuevos hábitos. Su comportamiento puede cambiar, pero no usted. Usted sólo cambia por medio de la consciencia y la comprensión. Cuando usted vea una piedra como una piedra y un pedazo de papel como un pedazo de papel, ya no piensa que la piedra es un diamante precioso y no piensa que el pedazo de papel es un cheque por mil millones de dólares. Cuando vea esto, cambia. Ya no hay violencia en el intento de cambiar. De otra manera, lo que usted llama cambio es sencillamente cambiar de sitio los muebles. Su comportamiento cambia, pero usted no.

EL DESPRENDIMIENTO

La única manera de cambiar es cambiando su comprensión. Pero ¿Qué quiere decir comprender? ¿Cómo se hace? Piense en la forma como nos esclavizan varios apegos; tratamos de reorganizar el mundo de manera que podamos conservar esos apegos, porque el mundo los amenaza constantemente. Temo que una amiga deje de amarme, puede preferir a otra persona. Tengo que hacerme permanentemente atractivo porque tengo que ganarme a esa persona. Alguien me lavó el cerebro para creer que necesito su amor. Pero realmente no lo necesito. No necesito el amor de alguien; sólo necesito entrar en contacto con la realidad. Necesito escapar de mi prisión, de mi programación de mi condicionamiento, de mis falsas creencias, de mis fantasías. Necesito escapar hacia la realidad. La realidad es amable; es absolutamente encantadora. La vida eterna es ahora mismo. Estamos rodeados de ella, como el pez en el océano, pero no lo sabemos. Estamos demasiado distraídos por este apego. Pasajeramente, el mundo se reorganiza para adaptarse a nuestro apego, de modo que decimos: "¡Sí, maravilloso, Mi equipo ganó!" Pero espere; cambiará; mañana estará deprimido. ¿Por qué seguimos haciendo esto?

Haga este pequeño ejercicio durante unos pocos minutos: Piense en algo o en alguien a quien esté apegado; en otras palabras, en una casa o una persona sin la cual usted cree que no será feliz. Podría ser su empleo, su carrera, su profesión, su amigo, su dinero, lo que sea. Y dígale a ese objeto o persona, "Realmente no te necesito para ser feliz. Solamente me estoy engañando al creer que sin ti no seré feliz. Pero realmente no te necesito para mi felicidad; puedo ser feliz sin ti. Tú no eres mi felicidad, tú no eres mi alegría". Si su apego es una persona, ella no se sentirá muy feliz al oír esto pero dígalo de todos modos. Puede decirlo secretamente, en el fondo del corazón. En todo caso, usted se pondrá en contacto con la verdad; destrozará una fantasía. La felicidad es un estado en que no hay ilusiones, en que se descarta la ilusión.

O podría probar otro ejercicio: Piense en una ocasión en que su corazón estaba destrozado y usted creía que no volvería a ser feliz (su esposo murió, su esposa murió, su mejor amigo lo abandonó, perdió su dinero). ¿Qué sucedió? El tiempo pasó, y si usted pudo apegarse a otra cosa o encontrar a alguien atractivo o algo atractivo, ¿Qué pasó con el viejo apego? Realmente no lo necesitaba para ser feliz ¿No es verdad? Eso debiera haberle enseñado a usted, pero nunca aprendemos. Estamos programados; estamos condicionados. Cómo es de liberador no depender emocionalmente de algo. Si usted pudiera tener esa experiencia durante un

segundo, escaparía de su prisión y vería el cielo. Quizás, algún día hasta podrá volar.

Temía decir esto, pero le hable a Dios, y le dije que no lo necesito. Mi primera reacción fue: "Esto es muy opuesto a todas las cosas con que me criaron". Bien, algunas personas quieren hacer una excepción respecto a su apego a Dios. Dicen: "¡Si Dios es el Dios que creo que debe ser no le va a gustar que renuncie a mi apego a él!". Pues bien, si usted cree que no será feliz si no obtiene a Dios, entonces ese "Dios" en que usted piensa nada tiene que ver con el Dios verdadero.

Usted está pensando en un estado de ensueño; está pensando en su concepto. A veces uno tiene que deshacerse de "Dios" para encontrar a Dios. Muchos místicos nos lo dicen.

Todas las cosas nos han cegado de tal manera que no hemos descubierto la verdad elemental de que los apegos perjudican las relaciones en lugar de ayudarlas. Recuerdo cuánto temía decirle a la persona que es íntima amiga "Realmente no te necesito. Puedo ser perfectamente feliz sin ti. Y al decirle esto encuentro que puedo gozar plenamente de tu compañía; no más ansiedad, no más celos, no más posesividad, no más aferrarse. Es una dicha estar contigo cuando lo disfruto sin aferrarme. Tú eres libre; yo también". Pero estoy seguro de que para muchos de ustedes esto es como si les hablara en un idioma desconocido. Yo necesité muchos, muchos meses para comprender esto plenamente, a pesar de que soy jesuita, y todos mis ejercicios espirituales son exactamente sobre esto, aunque no entendí de qué se trataba porque mi cultura y mi sociedad en general, me han enseñado a ver a las personas en función de mis apegos. A veces me parece divertido ver personas aparentemente objetivas, como terapeutas y directores espirituales, decir acerca de alguien: "ES una gran persona, una gran persona, me gusta mucho". Mas tarde descubro que me gusta porque yo le gusto. Miro dentro de mí mismo y encuentro lo mismo una y otra vez: Si usted está apegado al aprecio y a la alabanza, va a ver a las personas en función de que ellas constituyan una amenaza o un estímulo para su apego. Si usted es político y quiere ser elegido, ¿Cómo cree que mirará a las personas? ¿Cómo se orientará su interés por la gente? Le preocupará la persona que le va a dar su voto. Si lo que le interesa es el sexo ¿Cómo cree que va a mirar a los hombres y a las mujeres? Si usted está apegado al poder, eso afecta a la manera de ver a las personas. Un apego destruye su capacidad de amar. ¿Qué es el amor? El amor es sensibilidad, el amor es consciencia. Voy a darles un ejemplo: Estoy escuchando una sinfonía, pero si oigo solamente el sonido de los tambores, no oigo la sinfonía. ¿Qué es un corazón amante? Un corazón amante es sensible a la totalidad de la vida, a todas las personas; un corazón amante frente a ninguna persona o cosa se endurece. Pero en el momento en que usted se apega en el sentido en que yo lo digo, entonces excluye muchas otras cosas. No tiene ojos sino para el objeto de su apego; no tiene oídos sino para los tambores; el corazón se ha endurecido. Además se ha enceguecido, porque ya no ve el objeto del apego objetivamente. El amor implica claridad de percepción, objetividad; nada hay que tenga más claridad de visión que el amor.

EL AMOR COMO ADICCIÓN

El corazón enamorado permanece suave y sensible. Pero cuando usted está empeñado en conseguir esto o lo otro, se vuelve despiadado, duro e insensible. ¿Cómo puede amar a las personas cuando las necesita? Solamente puede utilizarlas. Si yo lo necesito a usted para que me haga feliz, tengo que utilizarlo, tengo que manipularlo, tengo que buscar la manera de ganármelo. No puedo dejarlo ser libre. Solamente puedo amar a las personas cuando he liberado mi vida de las personas. Cuando muero a la necesidad de las personas, entonces estoy en el desierto. Al principio se siente horrible, se siente solitario, pero si puede soportarlo por un tiempo, de pronto descubrirá que no está en absoluto solo. Está con la soledad, con el aislamiento, y el desierto comienza a florecer. Entonces por fin sabrá qué es el amor, qué es Dios, qué es la realidad. Pero, al principio renunciar a la droga puede ser muy duro, a menos que usted comprenda muy bien o haya sufrido lo suficiente. Haber sufrido es una gran cosa. Sólo entonces puede cansarse de todo. El

sufrimiento debe usarse para acabar con el sufrimiento. La mayoría de las personas sencillamente siguen sufriendo. Esto explica el conflicto que tengo a veces entre director espiritual y el de terapeuta. Un terapeuta dice: "Aliviemos el sufrimiento". El director espiritual dice: "Dejémosla sufrir; se cansará de esa manera de relacionarse con la gente, y, finalmente decidirá escapar de esta prisión de dependencia emocional de otros". ¿Ofreceré un alivio o extirparé el cáncer? no es fácil decidir.

Una persona arroja airadamente un libro sobre la mesa. Déjela que siga arrojándolo sobre la mesa. No le recoja el libro y no le diga que todo está bien. La espiritualidad es consciencia, consciencia, consciencia, consciencia, consciencia, consciencia. Cuando su madre se disgustaba con usted, no decía que algo le pasaba a ella, decía que algo le pasaba a usted; de otra manera no se habría disgustado. Pues bien, hice el gran descubrimiento de que si tú estabas disgustada, mamá, algo te pasa a ti. De manera que es mejor que controles tu ira. Es tuya, no mía. Si a mi me pasa o no me pasa algo, lo analizaré independientemente de tu ira. No me voy a dejar influenciar por tu ira.

Lo curioso de esto es que cuando yo puedo hacer esto sin sentimientos negativos hacia otro, también puedo ser muy objetivo respecto a mí mismo. Solamente una persona muy consciente puede negarse a recoger la culpa y la ira del otro, y decir: "Tienes una pataleta. Lo siento. Ya no tengo el menor deseo de rescatarte, y me niego a sentirme culpable". Yo no voy a odiarme por algo que hice. Eso es lo que se llama culpa. No voy a alimentar un sentimiento negativo y a castigarme por algo que haya hecho, correcto o incorrecto, estoy dispuesto a analizarlo y a observarlo y a decir: "Bien, si hice algo malo, fue inconscientemente". Nadie hace el mal conscientemente, por esa razón los teólogos nos dicen muy bellamente que Jesús no podía hacer el mal. Eso me parece muy lógico, porque la persona consciente no puede hacer el mal. La persona consciente es libre. Jesús era libre y porque era libre, no podía hacer algo malo. Pero como usted si puede hacer el mal, usted no es libre.

MÁS PALABRAS

Mark Twain lo dijo muy bien: "Estaba haciendo tanto frío que si el termómetro hubiera tenido una pulgada más de largo, nos hubiéramos muerto de frío". Nos morimos de frío con las palabras. No es el frío del ambiente lo que interesa, sino el termómetro. No es la realidad la que importa, sino lo que usted se dice a usted mismo sobre ella. Me contaron una bella historia sobre un campesino de Finlandia. Cuando estaban trazando el límite entre Rusia y Finlandia, el campesino tuvo que decidir si quería quedar en Rusia o en Finlandia. Después de un largo tiempo dijo que deseaba estar en Finlandia, pero que no quería ofender a los funcionarios Rusos. Éstos fueron a hablar con él y le preguntaron por qué quería quedar en Finlandia. El campesino respondió: "Siempre deseé vivir en la madre Rusia, pero a mi edad no podría sobrevivir otro invierno ruso". Rusia y Finlandia son sólo palabras, conceptos, pero no para los humanos, no para los locos humanos. Casi nunca miramos la realidad. Una vez un gurú estaba tratando de explicarle a una muchedumbre cómo reaccionan los seres humanos a las palabras, cómo se alimentan de ellas, cómo viven en ellas, en lugar de vivir en la realidad. Un hombre se puso de pie y protestó: - No estoy de acuerdo con eso de que las palabras produzcan tanto efecto en nosotros.

El gurú le contestó: - Siéntese, hijo de perra.

El hombre palideció de la ira y expresó: - Usted afirma que es una persona consciente, un gurú, un maestro y debería avergonzarse.

Entonces el gurú le dijo: Perdóneme, señor, perdí los estribos. Realmente, le ruego que me perdone; fue un error, lo siento.

Finalmente el hombre se calmó. Entonces el gurú le dijo: - Se necesitaron unas pocas palabras para que surgiera en usted toda una tempestad; y se necesitaron sólo unas pocas para calmarlo, ¿No es así?

Palabras, palabras, palabras, palabras ¡Cómo aprisionan si no se usan correctamente!

AGENDAS OCULTAS

Hay una diferencia entre el conocimiento y la consciencia, entre la información y la consciencia. Hace poco les dije que no se puede hacer el mal con consciencia. Pero se puede hacer el mal con conocimiento o con información, cuando se sabe que algo es malo. "Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen". Yo traduciría esto como: "Ellos no están conscientes de lo que hacen". Pablo dice que él es el mayor de los pecadores porque persiguió a la iglesia de Cristo. Pero agrega que lo hizo inconscientemente. O si ellos hubieran tenido consciencia de que estaban crucificando al Señor de la Gloria, no lo habrían hecho. O: "El día llegará en que os perseguirán y creerán que están sirviendo a Dios". No tienen consciencia. Están atrapados en la información y el conocimiento. Tomás de Aquino lo dice con acierto: "Cada vez que alguien peca, peca bajo la apariencia del bien". Están encegueciéndose a sí mismos; están viendo algo como bueno aunque sepan que es malo; están racionalizando porque buscan algo con el pretexto del bien.

Alguien me habló de dos situaciones en que para ella era difícil estar consciente. Trabajaba en una industria de servicios, en la cual había mucha gente, sonaban muchos teléfonos, y ella estaba sola y había distracciones que provenían de mucha gente tensa y airada. Para ella era muy difícil mantener la serenidad y la calma. La otra situación era cuando estaba conduciendo en medio del tránsito, con las bocinas y la gente que gritaba palabras soeces. Me preguntó si algún día se disiparían los nervios y ella podría permanecer en paz.

¿Captaron cual era el apego? La paz. Estaba apegada a la paz y a la calma. Decía: "A menos que esté en paz, no seré feliz". ¿Se les ha ocurrido alguna vez que se puede ser feliz en medio de la tensión? Antes de despertar, yo me deprimía; después del despertar sigo deprimido. La relajación y la sensibilidad no se convierten en una meta. ¿Alguna vez ha oído hablar de las personas que se tensionan cuando tratan de relajarse? Si uno está tenso, sencillamente se observa la tensión. Uno nunca se comprenderá a sí mismo si trata de cambiarse. Cuanto más intente cambiarse, más difícil será. Hay que tomar consciencia. Capte el sonido desapacible de ese teléfono; capte los nervios en tensión; capte la sensación del timón en el automóvil. En otras palabras, dese cuenta de la realidad, y deje que la tensión o la calma cuiden de sí mismas. En realidad, tendrá que dejar que ellas cuiden de sí mismas porque cuando usted estará demasiado ocupado poniéndose en contacto con la realidad. Paso a paso, deje que lo que ha de suceder suceda. El verdadero cambio se presentará cuando lo cause, no su ego, sino la realidad. La consciencia libera a la realidad para cambiarlo a usted.

Con la consciencia usted cambia, pero tiene que experimentarlo. En este momento, justamente cuando ustedes están aceptando mi palabra. Tal vez, también ustedes tengan un plan para lograr ser conscientes. Su ego, de manera sutil, está empujándolos hacia la consciencia. ¡Cuidado! Encontrarán resistencia, tendrán dificultades. Quienes ansían tener consciencia todo el tiempo, pueden sentir una ligera intranquilidad. Quieren estar despiertos, averiguar si están realmente despiertos o no. Eso es parte del ascetismo, no de la consciencia. Eso suena extraño en una cultura en la que nos han preparado para lograr metas, para llegar a alguna parte; pero, en realidad, no hay a dónde ir porque uno ya está ahí. Los japoneses lo dicen muy bien: "El día que usted deje de viajar, habrá llegado". Su actitud debe ser: "Quiero ser consciente, quiero estar en contacto con o que es y dejar que lo que ha de suceder, suceda; si estoy despierto bien; y si estoy dormido, bien". En el momento en que lo convierta en una meta e intente obtenerlo, estará buscando la glorificación de su ego, la promoción de su ego. Usted quiere la sensación agradable de haberlo logrado. Cuando lo haya logrado, no lo sabrá. Su mano izquierda no sabrá lo que hace su mano derecha. "Señor, ¿Cuándo lo hicimos? No teníamos consciencia". La caridad nunca es tan hermosa como cuando se ha perdido la consciencia de estar practicándola. "¿Así que le ayudé? Yo estaba divirtiéndome. Estaba danzando mi danza. Si le fui útil ¡qué maravilla! Lo felicito. Nada me debe". Cuando usted lo logre, cuando esté consciente, progresivamente dejarán de

importarle los rótulos como "despierto" o "dormido". Una de mis dificultades en este punto es despertar su curiosidad sin despertar su avaricia espiritual. ¡Despertémonos!, va a ser maravilloso. Después de un tiempo, no importa; uno está consciente porque vive. La vida sin consciencia no vale la pena. Y usted dejará que el dolor cuide de sí mismo.

CEDER

Cuanto más trate usted de cambiar, peor puede ser. ¿Significa esto que cierto grado de pasividad está bien? Si, cuanto más resista usted algo, tanto más poder le está concediendo. Creo que ése es el significado de las palabras de Jesús: "Cuando alguien te golpea en la mejilla derecha, ofrécele también la izquierda". Siempre se les da poder a los demonios con los que se lucha. Eso es muy oriental. Pero si se fluye con el enemigo, se derrota al enemigo. ¿Cómo afrontar el mal? no luchando contra él, sino comprendiéndolo. Al comprenderlo, desaparece. ¿Cómo enfrentarse a la oscuridad? No con el puño cerrado. No se expulsa a la oscuridad de una habitación con una escoba, sino encendiendo la luz. Cuanto más luche usted contra la oscuridad, tanto más real será ésta para usted, y tanto más le fatigará. Pero cuando se enciende la luz de la consciencia, la oscuridad desaparece. Digamos que este pedazo de papel es un cheque de mil millones de dólares. Ah, el evangelio dice que debo renunciar a él, debo renunciar si quiero la vida eterna. ¿Usted va a cambiar la avaricia - una avaricia espiritual- por otra avaricia? Antes, usted tenia un ego mundano, y ahora tiene un ego espiritual, pero de todas maneras tiene un ego, un ego más refinado y más difícil de controlar. Cuando renuncio a alguna cosa, quedo atado a ella, pero si en lugar de renunciar a ella, la miro y le digo: "Esto no es un cheque por mil millones de dólares, esto es un pedazo de papel", no tendré que luchar contra algo. A nada tendré que renunciar.

UNA VARIEDAD DE TRAMPAS

En mi país, muchos hombres crecen con la idea de que las mujeres son reses. "Me casé con ella", dicen. "Ella me pertenece". ¿Debemos culpar a estos hombres? Prepárense para una sorpresa: No. Lo mismo que no se puede culpar a muchos estadounidenses por la manera de percibir a los rusos. Sus anteojos o percepciones están teñidos de determinado color, y así perciben; ése es el color a través del cual miran el mundo, ¿Qué se requiere para convertirlos a la realidad, para que se den cuenta de que están mirando el mundo a través de anteojos de colores? no hay salvación hasta que vean su prejuicio básico.

Apenas miramos el mundo a través de una ideología, estamos perdidos. Ninguna realidad se ajusta a una ideología. La vida está más allá de eso. Por eso la gente siempre busca el sentido de la vida. Pero la vida no tiene sentido; no puede tener sentido porque el sentido es una fórmula; el sentido es algo que significa algo para la mente. Cada vez que usted logra verle el sentido a la realidad, tropieza con algo que destruye el sentido que usted vio. El sentido sólo se encuentra cuando va más allá del sentido. La vida sólo tiene sentido cuando se percibe como un misterio y no tiene sentido para la mente que conceptualiza.

No digo que la adoración no sea importante, pero si digo que la duda es infinitamente más importante que la adoración. En todas partes la gente busca objetos para adorar, pero yo no encuentro gente suficientemente despierta en sus actitudes y convicciones. Cuán felices seríamos si los terroristas adoraran menos su ideología y cuestionaran más. Sin embargo, no nos gusta aplicarnos eso a nosotros mismos; creemos que nosotros tenemos la razón y que los terroristas están equivocados. Pero el individuo que es un terrorista para usted, es un mártir para el otro bando.

La soledad es cuando a usted le hace falta la gente, el aislamiento es cuando usted se está divirtiendo. Recuerde ese apunte de George Bernard Shaw. Estaba él en uno de esos horribles cócteles en que nada se dice. Alguien le preguntó que si se estaba divirtiendo (a sí mismo). Él respondió: "Es el único que aquí me divierte". Usted no disfruta de los demás si es esclavo de ellos. La comunidad no se

forma con un grupo de esclavos, con gente que exige que otra gente los haga felices. La comunidad se forma con emperadores y princesas. Usted es un emperador, no un mendigo; usted es una princesa, no una mendiga. No hay lugar para las limosnas en una verdadera comunidad. No hay apego, no hay ansiedad, no hay temor, no hay resaca, no hay posesividad, no hay exigencias. Las personas libres forman la comunidad, no los esclavos. Esto es una verdad sencilla, pero ha sido opacada por toda la cultura, incluyendo la cultura religiosa. La cultura religiosa puede ser muy manipuladora si no se tiene cuidado.

Algunas personas ven la consciencia como un lugar alto, como una meseta, que está más allá de la experiencia de vivir cada momento como es. Eso es hacer de la consciencia una meta. Pero con la verdadera consciencia no hay a dónde ir, nada que lograr. ¿Cómo llegamos a esta consciencia? Por medio de la consciencia. Cuando la gente dice que realmente desea experimentar cada momento, realmente está hablando de la consciencia, excepto por ese "deseo". Usted no debe experimentar la consciencia; o la tiene, o no la tiene.

Un amigo mío acaba de irse para Irlanda. Me dijo que aunque es estadounidense tiene derecho a un pasaporte irlandés, y que lo iba a solicitar porque le da miedo viajar al extranjero con un pasaporte estadounidense. Si los terroristas llegan y dicen: "Muestre su pasaporte", él puede decir: "Yo soy irlandés". Pero cuando la gente se siente al lado de él en el avión, no querrá ver los rótulos; querrá gustar y conocer a esa persona como realmente es. ¿Cuánta gente se pasa la vida sin tomar los alimentos sino el menú? Un menú no es más que una indicación de lo que está disponible. Usted quiere comerse el filete, no las palabras.

MI MUERTE

¿Uno puede ser completamente humano sin experimentar la tragedia? La única tragedia que hay en el mundo es la ignorancia; todo el mal viene de ella. La única tragedia que hay en el mundo es estar dormidos o no ser conscientes. De ellos viene el miedo, y del miedo viene todo lo demás, pero la muerte no es una tragedia. Morir es maravilloso; es horrible sólo para las personas que nunca comprendieron la vida. Solamente cuando se le tiene miedo a la vida se le tiene miedo a la muerte. Solamente los muertos temen a la muerte. Quienes están vivos no temen a la muerte. Un autor estadounidense lo expresa muy bien. Dice que el despertar es la muerte de la creencia en la injusticia y la tragedia. El fin del mundo para una oruga es una mariposa para el maestro. La muerte es la resurrección. No estamos hablando de una resurrección que sucederá, sino de una que está sucediendo ahora mismo. Si usted muriera al pasado, si usted muriera cada minuto, sería una persona plenamente viva, porque una persona plenamente viva es alguien lleno de muerte. Siempre estamos muriendo a las cosas. Siempre estamos desembarazándonos de todo para ser plenamente vivos y para resucitar a cada momento. Los místicos, los santos y otras personas hacen grandes esfuerzos por despertar a la gente, Si no despierta, siempre va a tener esos pequeños malestares como el hambre, las guerras y la violencia. El mayor de los males es la gente dormida, la gente ignorante.

Una vez un jesuita le escribió al padre Arrupe, su superior general, preguntándole cuál era el valor relativo del comunismo, el socialismo y el capitalismo. El padre Arrupe le dio una bella respuesta. Le dijo: "Un sistema es tan bueno o tan malo como la gente que lo utiliza". Gente con corazones de oro harían que el capitalismo o el comunismo o el socialismo funcionaran bellamente.

No le pida al mundo que cambie - cambie usted primero. Entonces podrá mirar bien al mundo de manera que podrá cambiar lo que piense que se debe cambiar. Quite la catarata de su propio ojo. Si no lo hace, ha perdido el derecho de cambiar a alguien o algo. Usted no tiene derecho a inmiscuirse en los asuntos de otros o del mundo hasta que sea consciente de usted mismo. El peligro de intentar cambiar a los demás o cambiar las cosas cuando uno no es consciente es que puede estar cambiando las cosas para su propia conveniencia, su orgullo, sus convicciones y creencias dogmáticas, o sencillamente para aliviar sus sentimientos negativos. Yo tengo

sentimientos negativos, así que cambie usted de tal manera que yo me sienta bien. Primero, ocúpese de sus sentimientos negativos de manera que cuando vaya a cambiar a otros no actúe por odio o negatividad sino por amor. Puede parecer extraño que la gente pueda ser muy dura con los demás y, sin embargo, amar mucho. El cirujano puede ser muy duro con el paciente y, sin embargo amar mucho. El amor puede ser muy duro, ciertamente.

LA VISION Y LA COMPRENSIÓN

Pero ¿Qué implica cambiarse a sí mismo? Lo he dicho en muchas palabras, una y otra vez, pero ahora voy a descomponerlo en pequeños segmentos. Primero, visión. No el esfuerzo, no el cultivo de hábitos, no un ideal. Los ideales hacen mucho daño. Todo el tiempo usted está concentrado en lo que debe ser en lugar de concentrarse en lo que es. Y así está imponiendo lo que debe ser a una realidad presente. Les daré un ejemplo de visión de mi propia experiencia como consejero. Un sacerdote me busca y me dice que es perezoso; quiere ser más industrioso, más activo, pero es perezoso. Le pregunto qué quiere decir "perezoso". En los viejos tiempos le habría dicho: "Veamos: ¿Por qué no hace una lista de las cosas que usted quiere realizar todos los días, y por la noche la comprueba? Eso le hará sentirse bien; así puede adquirir el hábito". O podría decirle: "¿Quién es su ideal, su santo patrono?" Y si dijera que San Francisco Javier, le diría: "Mire como trabajó Francisco Javier. Usted debe meditar sobre él y eso lo pondrá en movimiento". Ésa es una forma de actuar, pero siento decir que es superficial. Hacer que él use su fuerza de voluntad, que haga esfuerzo, no dura mucho. Su comportamiento puede cambiar, pero él no cambia.

De manera que ahora me voy en otra dirección. Le digo: -¿Perezoso? ¿Qué es eso? Hay un millón de variedades de pereza. Miremos cuál es su tipo de pereza. Dígame que significa perezoso para usted.

Me dice: - Bueno, yo nunca termino algo. No me dan deseos de hacer algo.

-¿Es decir, desde el momento en que se levanta por la mañana?

- Sí. Me despierto por la mañana, y nada hay por lo cual valga la pena levantarme.

Entonces, ¿Está deprimido?

- Podría decirse que sí. Es como si estuviera en retirada.

-¿Siempre ha sido así?

- Bueno, no siempre. Cuando era más joven, era más activo. Cuando estaba en el seminario, estaba lleno de vida.

-Entonces, ¿Cuándo empezó eso?

-Ah, hace unos tres o cuatro años.

Le pregunto si algo sucedió en ese entonces. Lo piensa un rato. Le digo: -Si tiene que pensarlo tanto, no puede haber sucedido algo muy especial hace cuatro años. ¿Qué tal el año anterior?

-Ese año me ordené

-¿Sucedió algo el año de su ordenación?

-Hubo un pequeño incidente, el examen final de teología; no lo aprobé. Fue una desilusión, pero ya lo superé. El obispo pensaba mandarme a Roma para que después enseñara en el seminario. La idea me gustaba, pero como no aprobé el examen, cambió de opinión y me mandó a esta parroquia. Realmente, hubo algo de injusticia porque...

Estaba agitado; había allí una ira de la que no se había recuperado. Tiene que solucionar esa desilusión. Es inútil echarle un sermón o darle una idea. Tenemos que lograr que se enfrente con su ira y su desilusión y que de ello obtenga algo de visión. Cuando sea capaz de solucionar todo eso, tendrá vida de nuevo. Si yo lo exhortara y le dijera que sus hermanos y hermanas casados trabajan mucho, eso solamente lo haría sentirse culpable. No tiene la visión de sí mismo que lo va a curar. De manera que eso es lo primero.

Hay otra gran tarea: la comprensión. ¿Usted pensaba realmente que esto lo iba a hacer feliz? Simplemente suponía que lo iba a hacer feliz. ¿Por qué quería usted enseñar en el seminario? Porque quería ser feliz. Usted creía que ser profesor, tener un cierto status y prestigio lo haría feliz. ¿Sí sería así? Aquí se requiere comprensión.

Al hacer la distinción entre "yo" y "mi", es muy útil desidentificar lo que está sucediendo. Les daré un ejemplo de este tipo de cosa: Un joven jesuita vino a

verme; era un hombre amable, extraordinario, talentoso, encantador, simpático - todo. Pero tenía un extraño problema. Los empleados le tenían terror. Hasta se supo que en ocasiones los había agredido. Eso estuvo a punto de convertirse en un caso de policía. Siempre que lo encargaban de los jardines, de la escuela, o de lo que fuera, se presentaba este problema. Hizo un retiro espiritual de treinta días en lo que los jesuitas llamamos la Tercera Probación. Meditó día tras día sobre la paciencia y el amor de Jesús por los menos privilegiados, etc. Pero yo sabía que eso no iba a producir algún efecto. De todos modos, regresó a casa, y las cosas mejoraron por tres o cuatro meses (Alguien dijo que empezamos los retiros en el nombre del Padre, del hijo y del Espíritu Santo, y que los terminamos como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos, amén) Después de ese lapso, volvió a ser como al principio. De manera que vino a verme. En esa época yo estaba muy ocupado. Aunque él había venido de otra ciudad de la India, yo no podía recibirlo. De modo que le dije: "Voy a dar mi caminata vespertina; si quiere acompañarme, está bien, pero no dispongo de más tiempo". Entonces fuimos a dar una caminata. Yo ya lo conocía, y mientras caminábamos, tuve una extraña sensación. Cuando tengo estas sensaciones extrañas, generalmente las verifico con la persona implicada. De manera que le dije: - Tengo la extraña sensación de que usted me oculta algo ¿Así es?

Se indignó. Me contestó: -¿Qué quiere decir por "oculta" algo? ¿Usted cree que yo hice este largo viaje para pedirle a usted algún tiempo a fin de ocultarle algo?

Le manifesté: - Es una extraña sensación que tuve, eso es todo; pensé que lo mejor era verificarla con usted.

Seguimos caminando. No lejos de donde vivo hay un lago. Recuerdo la escena claramente. Me dijo:

-¿Podríamos sentarnos en alguna parte?

- Muy bien - le respondí

Nos sentamos en un pequeño muro que bordea el lago.

- Usted tiene razón. Le estoy ocultando algo - me dijo, y rompió a llorar. Luego agregó: - Le voy a contar algo que no le he dicho a alguien desde que soy jesuita. Mi padre murió cuando yo era muy joven, y mi madre se convirtió en una sirvienta. Ella lavaba orinales, retretes y baños, y a veces trabajaba dieciséis horas diarias para conseguir con qué sostenernos. Eso me avergüenza tanto que lo he ocultado a todo el mundo, y sigo vengándome, irrazonablemente, de ella y toda la clase trabajadora.

El sentimiento se transfirió. Nadie podía comprender por qué este hombre encantador se comportaba de esta manera, pero en el momento en que él lo vio, nunca más hubo problemas, nunca más.

NO EMPUJAR

La meditación y la imitación externa del comportamiento de Jesús no sirven. No se trata de imitar a Cristo, se trata de convertirse en lo que Jesús era. Se trata de convertirse en Cristo, de ser consciente, de comprender lo que sucede en usted. Todos los otros métodos que usamos para cambiar podrían compararse con empujar un automóvil. Supongamos que tenemos que viajar a una ciudad distante. Por el camino el automóvil se descompone. Qué lástima; el automóvil se descompuso. De manera que nos remangamos y empezamos a empujar el automóvil. Y empujamos, y empujamos, y empujamos, hasta que llegamos ala ciudad distante. "Bueno" decimos, "Lo logramos". Y después empujamos el automóvil ¡hasta otra ciudad! Ustedes dicen: "bueno, llegamos, ¿No es verdad?" Pero ¿A eso llaman ustedes vida? ¿Saben lo que necesitan? Necesitan un experto, un mecánico que levante la tapa y cambie el sistema de encendido. De modo que cuando ustedes muevan la llave del encendido, el automóvil se mueva. Ustedes necesitan al experto

- Necesitan comprensión, visión, consciencia - no es necesario que empujen. Ningún esfuerzo se necesita. Por eso la gente se cansa tanto, se fatiga. A ustedes y a mí nos prepararon para estar insatisfechos con nosotros mismos. Psicológicamente de ahí proviene el mal. Siempre estamos insatisfechos, siempre estamos descontentos, siempre estamos empujando. Continúen, hagan más esfuerzo, más y más esfuerzo.

Pero siempre hay ese conflicto interior; hay muy poca comprensión.

SEAMOS REALES

En la india tuvo lugar un día especial en mi vida. Fue en realidad un gran día, el día después de mi ordenación. Estaba confesando. En nuestra parroquia teníamos a un sacerdote jesuita muy santo, un español, a quien yo conocía desde antes de ingresar al noviciado. La víspera de irme para el noviciado, pensé que lo mejor era aclarar todo de manera que cuando llegara al noviciado estuviera limpio de todo y no tuviera que contarle algo al maestro de novicios. Solía haber largas colas de gente esperando para confesarse con este viejo sacerdote español. Tenía un pañuelo de color violeta con el cual se cubría los ojos y murmuraba algo, le imponía a uno la penitencia y lo despedía. A mí me había visto solamente un par de veces, y me decía Antonie. De manera que hice la cola y cuando me llegó el turno, traté de cambiar mi voz mientras me confesaba. Me escuchó pacientemente, me impuso la penitencia, me absolvió, y luego me dijo: "Antonie, "¿Cuándo te vas para el noviciado?"

Bueno, de todas maneras, fui a esa parroquia al día siguiente de mi ordenación, y el anciano sacerdote me dijo: -¿Quieres confesar?

Yo le contesté: -Está bien.

-Siéntate en mi confesionario.

Yo pensé: "¡Caramba!, yo soy un santo. Voy a sentarme en su confesionario". Confesé durante tres horas. Era Domingo de ramos y con motivo de pascua había mucha gente. Terminé deprimido, no por lo que había oído, porque ya lo esperaba, y, al comprender algo de lo que ocurría en mi propio corazón nada me escandalizaba. ¿Saben qué fue lo que me deprimió? Darme cuenta de que le estaba diciendo a la gente todos esos piadosos lugares comunes: "Rézale a la Madre Bendita, ella te ama", y "recuerda que Dios está de tu lado". ¿Eran estos piadosos lugares comunes una cura para el cáncer? Y la falta de consciencia y realidad con la que me enfrento es un cáncer. De manera que ese día me juré a mí mismo: "Aprenderé, aprenderé, de manera que cuando todo concluya no me digan: "Padre, lo que me dijo era absolutamente cierto pero totalmente inútil".

Consciencia, visión. Cuando ustedes sean expertos (y pronto serán expertos) no necesitarán hacer un curso de psicología. Cuando empiecen a observarse a ustedes mismos, a vigilarse a ustedes mismos, a identificar esos sentimientos negativos, encontrarán su propia manera de explicarlo, y se darán cuenta del cambio. Pero entonces tendrán que vérselas con el gran villano, ese villano es la autocondenación, el odio a sí mismo, la insatisfacción consigo mismo.

IMAGENES VARIADAS

Hablemos más del cambio sin esfuerzo. Se me ocurrió una bonita imagen para eso, un bote a vela. Cuando un viento poderoso empuja la vela de un velero, éste se desliza sin esfuerzo, de manera que el piloto no tiene que hacer algo sino dirigirlo. No hace algún esfuerzo; no empuja el bote. Ésa es una imagen de lo que sucede cuando el cambio ocurre por medio de la consciencia, por medio de la comprensión.

Estuve mirando algunas de mis notas y encontré algunas citas que se acomodan a lo que he dicho. Escuchen la siguiente: "Nada hay más cruel que la naturaleza. En todo el universo no hay posibilidad de escapar de ella, y, sin embargo, no es la naturaleza la que hace daño, sino el propio corazón de la persona". ¿No tiene eso sentido? No es la naturaleza la que hace daño, sino el propio corazón de la persona. Hay una historia sobre un irlandés que se cayó de un andamio y se golpeó. Le preguntaron: -¿Te dolió la caída?

Y él dijo: - No, no me dolió la caída sino la parada. Cuando se corta el agua, el agua no se lastima; cuando se corta algo sólido, se rompe. Usted tiene en su interior actitudes sólidas; tiene ilusiones sólidas; eso es lo que se golpea contra la naturaleza, ahí es donde su corazón se lastima, de ahí proviene el dolor.

He aquí una historia muy hermosa: Es de un sabio oriental, aunque no recuerdo quién. Lo mismo que con la Biblia, no importa el autor. Lo que importa es lo que se dice: "Si el ojo no está obstruido, se tiene la visión; si el oído no está obstruido, el

resultado es que se oye; si la nariz no está obstruida, el resultado es el sentido del olfato; si la boca no está obstruida, el resultado es el sentido del gusto; si la mente no está obstruida, el resultado es la sabiduría".

La sabiduría llega cuando usted descarta las barreras que ha erigido con sus conceptos y su condicionamiento. La sabiduría no es algo que se adquiera; la sabiduría no es la experiencia; la sabiduría no es aplicarles a los problemas de hoy las ilusiones de ayer. Como me dijo alguien cuando yo estaba estudiando para obtener mi grado de psicología en Chicago, hace muchos años: "Con frecuencia en la vida de un sacerdote, cincuenta años de experiencia es un año de experiencia repetido cincuenta veces". Usted tiene en reserva las mismas soluciones: Así es como se debe tratar a los alcohólicos; así es como se debe tratar a los sacerdotes; así es como se debe tratar a las religiosas; así es como se debe tratar a una divorciada. Pero eso no es sabiduría. La sabiduría es ser sensible a esta situación, a esta persona, sin influencias del pasado, sin rastro de la experiencia del pasado. Esto no es exactamente lo que la mayoría de las personas están habituadas a pensar: Yo agregaría otra sentencia: "Si el corazón no está obstruido, el resultado es el amor". Durante estos días he hablado mucho del amor, aunque les dije que sobre el amor no se puede realmente decir algo. Solamente podemos hablar de las adicciones. Pero sobre el amor mismo no se puede decir algo explícitamente.

NADA DIGAMOS SOBRE EL AMOR

¿Cómo describiría yo el amor? Decidí darles una de las meditaciones que estoy escribiendo en mi nuevo libro. Se la leeré despacio; mediten sobre ella a medida que la lean, porque aquí la tengo en forma abreviada, de manera que puedo leerla en tres o cuatro minutos; si no fuera así, tardaría media hora. Es un comentario sobre una frase del evangelio. Había estado pensando sobre otra reflexión de Platón: "No se puede esclavizar a una persona libre, porque una persona es libre aún en prisión". Es como otra frase del evangelio: "Si alguien te obliga a recorrer con él dos kilómetros, recorre cuatro kilómetros". Usted puede creer que me ha esclavizado poniendo sobre mi espalda una pesada carga, pero no lo ha hecho. Si una persona trata de cambiar la realidad externa estando fuera de la prisión para ser libre, realmente está prisionera. La libertad no está en las circunstancias externas; la libertad reside en el corazón. Cuando ustedes hayan logrado la sabiduría, ¿Quién podrá esclavizarlos? De todas maneras, escuchan la frase del evangelio en que estaba pensando antes: "Él despidió a la gente, y después subió a la montaña a fin de orar a solas. Se hizo tarde y él estaba allí solo". De eso se trata el amor. ¿Se les ha ocurrido alguna vez que sólo es posible amar cuando uno está solo? ¿Qué significa amar? Significa ver a una persona, una situación, una cosa como realmente es, no como uno se imagina que es. Y responderle como merece. Es difícil decir que uno ama lo que ni siquiera ve. ¿Y qué nos impide ver? Nuestro condicionamiento. Nuestros conceptos, nuestras categorías, nuestros prejuicios, nuestras proyecciones, los rótulos que hemos adquirido de nuestras culturas y nuestra experiencia pasada. Ver es una de las cosas más difíciles para un ser humano, porque para ello se requiere una mente alerta y disciplinada. Pero la mayoría de la gente prefiere caer en la pereza mental en lugar de molestarse en ver a cada persona, a cada cosa en su momento presente, en su frescura.

LA PÉRDIDA DEL CONTROL

Si ustedes quieren comprender el control, piensen en un niño a quien le dan a probar drogas. Cuando las drogas penetran en el cuerpo del niño, éste se convierte en adicto; todo su ser reclama la droga. Estar sin droga es un tormento tan intolerable que parece preferible morir. Piense en esta imagen: El cuerpo se ha vuelto adicto a la droga. Esto fue exactamente lo que la sociedad les hizo a ustedes cuando nacieron. No les permitió disfrutar del alimento sólido y nutritivo de la vida - es decir, del trabajo, del juego, de la diversión, de la risa, de la compañía de la gente, de los placeres de los sentidos y de la

mente. Les dio una prueba de la droga llamada aprobación, aprecio, atención.

Voy a mencionar a un gran hombre llamado A. S. Neil. Es el autor de Summerhill. Neil dice que el síntoma de que un niño está enfermo es que siempre gira alrededor de sus padres; le interesan las personas. El niño saludable no se interesa por las personas, sino por las cosas. Cuando un niño está seguro de que su madre lo ama, se olvida de su madre; sale a explorar el mundo; es curioso. Busca una rana para ponerse en la boca - ese tipo de cosa. Cuando el niño no se despega de su madre, es una mala señal; es inseguro. Tal vez la madre ha estado tratando de que el niño la quiera, no le ha dado toda la libertad y seguridad que necesita. La madre lo ha estado amenazando de muchas maneras sutiles con abandonarlo.

De manera que nos dieron una prueba de adicción a varias drogas: la aprobación, la atención, el éxito, llegar arriba, el prestigio, ser nombrado en el periódico, tener poder, ser jefe. Nos hicieron probar cosas como ser capitán del equipo, ser el director de la banda, etc. Habiendo probado estas drogas, nos convertimos en adictos y empezamos a temer perderlas. Recuerden la falta de control que sentían, el terror ante la perspectiva del fracaso o de cometer errores, ante la perspectiva de que otros lo criticaran. De manera que usted se volvió dependiente de los demás, y perdió su libertar. Otros tienen ahora el poder de hacerlo feliz o desgraciado. Usted necesita sus drogas, pero a pesar de que detesta el sufrimiento que esto implica, usted está completamente indefenso. No hay un minuto en que, consciente o inconscientemente, usted no esté al tanto de las reacciones de otros o sintonizado con ellas y marchando al compás de sus tambores. Una bonita definición de una persona que despertó: una persona que ya no marcha al compás de los tambores de la sociedad, una persona que danza al ritmo de la música que surge de su interior. Cuando a usted no le ponen atención o no simpatizan con usted, siente un aislamiento tan intolerable que se arrastra de nuevo hacia la gente y suplica que le den la droga llamada apoyo y ánimo, seguridad. Vivir con la gente en este estado implica una tensión inacabable. "El infierno son los demás" dijo Sartre. Qué gran verdad. Cuando uno se halla en este estado de dependencia, siempre tiene que comportarse de la mejor manera; nunca puede relajarse; tiene que cumplir las expectativas. Vivir con la gente es vivir tensionado. Estar sin ella produce la agonía del aislamiento, porque la echa de menos. Uno ha perdido la capacidad de ver a los demás exactamente como son y de responderles adecuadamente, porque la percepción que tiene de ellos está distorsionada por la necesidad de obtener la droga o como una amenaza de ser despojado de ella. Conscientemente o inconscientemente, uno siempre mira a la gente con esos ojos. ¿Obtendré de ellos lo que quiero, no obtendré de ellos lo que quiero? Y si no pueden ni apoyar ni amenazar mi droga, no me interesan. Decir eso es una cosa horrible, pero me pregunto si hay alguien aquí de quien no se pueda decir esto.

ESCUCHAR LA VIDA

Ahora bien, se necesita consciencia y se necesita alimento. Se necesita alimento bueno y saludable. Aprenda a disfrutar del alimento sólido de la vida. La buena comida, el buen vino, la buena agua. Pruébelos. Enloquezca y vuélvase cuerdo. Ése es el alimento bueno y saludable. Los placeres de los sentidos y los placeres de la mente. La buena lectura; cuando usted disfruta de un buen libro. O una buena discusión, o pensar. Es maravilloso. Infortunadamente, la gente se ha vuelto loca, y cada vez es más adicta porque no sabe disfrutar de las cosas amables de la vida. De manera que busca estimulantes artificiales cada vez más fuertes.

En los años 70, el presidente Cárter les pidió a los estadounidenses que adoptaran un régimen de austeridad. Yo pensé: No debiera decirles que sean austeros, en realidad debiera decirles que disfruten las cosas. La mayoría de la gente ha perdido la capacidad de disfrutar. Realmente creo que la mayoría de la gente de los países ricos ha perdido esa capacidad. Necesita tener aparatos cada vez más y más costosos; es incapaz de disfrutar de las cosas sencillas de la vida. Yo voy a lugares en donde tienen la música más maravillosa, y estos discos se

consiguen con descuento, y están allí apilados; nunca veo a alguien escuchándolos - no hay tiempo, no hay tiempo, no hay tiempo. Son culpables, no tienen tiempo para disfrutar de la vida. Tienen exceso de trabajo, seguido, seguido, seguido. Si realmente ustedes disfrutaran de la vida y de los placeres sencillos de los sentidos, quedarían sorprendidos. Ustedes adquirirían la extraordinaria disciplina de un animal. Un animal nunca come en exceso. En su ambiente natural, nunca tendrá sobrepeso. Nunca comerá ni beberá algo que no sea bueno para su salud. Nunca encontrará un animal fumando. Siempre hace ejercicio - observe a su gato después del desayuno, mire cómo se relaja. Y vea cómo entra en acción, mire la flexibilidad de sus miembros y la vitalidad de su cuerpo. Hemos perdido eso. Nos hemos extraviado en la mente, en nuestras ideas e ideales y en lo demás, y siempre tenemos que seguir, seguir, seguir. Tenemos un conflicto interno que los animales no tienen. Siempre nos estamos condenando a nosotros mismos y haciéndonos sentir culpables. Ustedes saben de lo que estoy hablando. Yo podría haber dicho de mí mismo lo que me dijo un amigo jesuita hace años: Llévese ese plato de dulces, porque en presencia de un plato de dulces o chocolates, pierdo mi libertad. Eso también me ocurría a mí; yo perdía mi libertad en presencia de muchas cosas, pero ya no. Me satisfago con muy poco, y lo disfruto intensamente. Cuando se disfruta intensamente, se necesita muy poco. Es como las personas que están ocupadas haciendo planes para las vacaciones; dedican meses enteros a organizarlas, y llegan al lugar, y están ansiosas sobre sus reservaciones de regreso. Pero toman fotografías, y después le mostrarán a usted el álbum de fotografías de los lugares que no vieron sino que fotografiaron. Eso es un símbolo de la vida moderna. Es imposible ponerlos en guardia con demasiado énfasis contra ese tipo de ascetismo. Disminuya la velocidad y guste y huela y oiga, y deje que sus sentidos cobren vida. Si quiere ir hacia el misticismo por el camino real, siéntese en silencio y escuche todos los sonidos que lo rodean. No se concentre en algún sonido; trate de oírlos todos. ¡Verá los milagros que le ocurrirán cuando sus sentidos se hayan abierto! Eso es sumamente importante para el proceso de cambio.

EL FINAL DEL ANÁLISIS

Quiero darles una idea de la diferencia que hay entre el análisis y la consciencia, o entre la información por una parte y la visión por otra. La información no es visión, el análisis no es consciencia, el conocimiento no es consciencia, imagínese que yo llego con una serpiente enroscada en el brazo, y les digo: ¿Ven esta serpiente enroscada en mi brazo? Acabo de verificarlo en la enciclopedia antes de venir a esta sesión; encontré que esta serpiente se conoce como la víbora de Russell. Si me mordiera, me moriría en medio minuto. ¿Podrían sugerirme alguna manera de librarme de esta criatura que está enroscada en mi brazo? ¿Quién es el que habla de esta manera? Tengo información pero, no tengo consciencia.

O supongamos que me estoy destruyendo con el alcohol. "Por favor, describan las formas en que puedo librarme de esta adicción". Una persona que dijera eso no tendría consciencia. Sabe que se está destruyendo, pero no está consciente de ello.

Si fuera consciente, la adicción desaparecería en ese mismo momento. Si yo fuera consciente de lo que la serpiente es, no me la quitaría del brazo; ella se quitaría por medio de mi. De eso es de lo que estoy hablando, ése es el cambio del que estoy hablando. Usted no se cambia: el mí no cambia al mí. El cambio tiene lugar por intermedio de usted, en usted. Ésa es la forma más adecuada en que puedo expresarlo. Usted ve que el cambio tiene lugar en usted, por intermedio de usted, en su consciencia; tiene lugar: usted no lo realiza. Cuando usted lo está haciendo, es mala señal; no durará. Y si dura, que Dios se apiade de las personas que viven con usted, porque va a ser muy rígido. Es imposible vivir con las personas que se convierten sobre la base del odio a sí mismas y la insatisfacción consigo mismas. Alguien dijo: "Si quieres ser mártir, cásate con un santo". Pero en la consciencia, usted conserva su suavidad, su delicadeza, su amabilidad, su apertura, su flexibilidad, y usted no se fuerza: el cambio sucede.

Recuerdo que cuando yo estaba en Chicago estudiando psicología, un sacerdote nos dijo: "Yo tenía toda la información que necesitaba, sabía que el alcohol me estaba matando, y créanme, nada cambia a un alcohólico - ni siquiera el amor de su esposa y de sus hijos. Él realmente los ama pero eso no lo hace cambiar. Yo descubrí algo que me hizo cambiar. Un día estaba caído en una cuneta bajo una ligera llovizna. Abrí los ojos y vi que eso me estaba matando. Lo vi, y no quise volver a probar ni una gota. En realidad, desde entonces he bebido un poco, pero nunca lo suficiente para hacerme daño. No podría hacerlo, ni he podido". Estoy hablando de eso: Consciencia, no información, sino consciencia.

Un amigo mío que fumaba demasiado me dijo: "Hay toda suerte de chistes sobre el cigarrillo. Nos dicen que el tabaco mata, pero mira a los antiguos egipcios, todos están muertos y ninguno fumaba". Un día tuvo problemas con los pulmones, de manera que fue a nuestro instituto de investigación sobre el cáncer en Bombay. El médico le dijo: "Padre, usted tiene dos manchas en los pulmones. Podría ser cáncer, de manera que tiene que volver dentro de un mes". Después de eso mi amigo no volvió a tocar un cigarrillo. Antes sabía que lo mataría; ahora estaba consciente de que podría matarlo. Ésa es la diferencia.

El fundador de mi orden, San Ignacio, tiene para eso una bonita expresión. Lo llama gustar y sentir la verdad - no conocerla, sino gustarla y sentirla, tener la sensación de ella. Cuando uno la siente, cambia. Cuando la conoce en la cabeza, no cambia.

SIEMPRE ADELANTE

He dicho con frecuencia que la manera de vivir realmente es morir. El pasaporte a la vida es imaginarse a uno mismo en la tumba. Imagine que está en su ataúd. En la posición que quiera. En la India los ponemos con las piernas cruzadas. A veces los llevan así al lugar de la cremación. Sin embargo, a veces están acostados, y que está muerto. Ahora mire sus problemas desde ese punto de vista. Todo cambia, ¿Verdad?

Qué hermosa, hermosa meditación. Hágala todos los días si tiene tiempo. Es increíble, pero eso le dará vida. Tengo una meditación sobre eso en un libro llamado "La fuente". Se ve el cuerpo en descomposición, después los huesos, después polvo. Siempre que hablo de eso la gente dice: "¡Qué asco!" Sin embargo, ¿Qué tiene de asqueroso? Por Dios, es la verdad. Pero muchos de ustedes no quieren ver la realidad. No quieren pensar en la muerte. La mayoría de la gente no vive, simplemente mantiene vivo el cuerpo. Eso no es vida. Uno no vive hasta que no le importe en absoluto si está vivo o muerto. En ese momento, uno está vivo. Cuando usted esté dispuesto a perder su vida, vivirá. Pero si está protegiendo su vida, estará muerto. Si usted está sentado en el desván y yo le digo: "¡Baje!" y usted responde: "Ah no. Yo he leído qué pasa cuando la gente baja las escaleras. Se resbala y se desnuca; es demasiado peligroso! O si no puedo lograr que cruce la calle porque me dice: "¿Sabe a cuántas personas atropellan cuando cruzan la calle? Si no puedo lograr que cruce la calle, ¿Cómo puedo lograr que cruce un continente? Y si no puedo lograr que usted mire por fuera de sus estrechas y pequeñas creencias y convicciones y vea otro mundo, usted está muerto, está completamente muerto; la vida lo dejó atrás. Usted está sentado en su pequeña prisión, asustado; no va a perder a su Dios, su religión, sus amigos, toda suerte de cosas. La vida es para los que se arriesgan, realmente es así. Eso fue lo que dijo Jesús. ¿Están ustedes listos para arriesgarse? ¿Saben cuándo están preparados para arriesgarse? Cuando hayan descubierto eso, cuando sepan que esto que la gente llama vida no es realmente vida. La gente se equivoca al pensar que vivir es mantener vivo el cuerpo. De manera que amen el pensamiento de la muerte, ámenlo. Regresen a él una y otra vez. Piensen en la belleza de ese cadáver, ese esqueleto, de esos huesos desmoronándose hasta que sólo quede un puñado de polvo. De ahí en adelante, qué alivio, qué alivio. Probablemente, alguno de ustedes no saben de qué estoy hablando en este momento; están demasiado asustados para pensarlo, Sin embargo, mirar la vida desde esa perspectiva es un gran alivio.

O visiten un cementerio. Es una experiencia enormemente purificadora y hermosa. Usted mira este nombre y dice: "Vaya, el vivió hace tantos años, hace dos siglos; tiene que haber tenido los mismos problemas que tengo yo, debe haber pasado muchas noches de insomnio. Qué locura, vivimos tan corto tiempo". Un poeta italiano dijo: "Vivimos en un destello de luz; anochece, y es una noche eterna". Es solamente un destello y lo desperdiciamos. Lo desperdiciamos con nuestra ansiedad, nuestras preocupaciones, nuestros asuntos, nuestras cargas. Bien, mientras hacen esa meditación pueden obtener solamente información; pero pueden lograr la consciencia. Y en ese momento de consciencia, ustedes estarán nuevos. Por lo menos mientras dura. Entonces sabrán la diferencia entre la información y la consciencia.

Recientemente, un amigo astrónomo me estaba contando algunas de las cosas fundamentales sobre la astronomía. No sabía, hasta que me lo dijo, que cuando vemos el sol, lo vemos en el lugar que estaba hace ocho minutos y medio, no donde está ahora. Porque un rayo de luz del sol se demora ocho minutos y medio en llegar hasta nosotros. De manera que no lo vemos en el lugar en el que está; ahora está en otra parte. También las estrellas nos han estado enviando luz durante cientos de miles de años. De manera que cuando las miramos, pueden no estar donde las vemos; pueden estar en otra parte. Me dijo que, si imaginamos una galaxia, todo un universo, esta tierra nuestra estaría perdida cerca de la cola de la vía láctea; ni siquiera en el centro. Y todas las estrellas son soles y algunos soles son tan grandes que podrían contener al sol y a la tierra y a la distancia que hay entre ellos. Según una estimación conservadora, ¡Hay cien millones de galaxias! El universo como lo conocemos, se está expandiendo a la velocidad de tres millones setecientos mil kilómetros por segundo. Yo estaba fascinado oyendo todo esto, y cuando salí del restaurante en donde estábamos comiendo, miré hacia arriba y tuve un pensamiento diferente, una perspectiva diferente hacia la vida. Eso es consciencia. De manera que ustedes pueden oír todo esto como un hecho (y eso es información), o de repente tener otra perspectiva de la vida: ¿Qué somos en el universo, qué es la vida humana? Cuando ustedes sientan eso, eso es lo que yo quiero decir cuando hablo de la consciencia.

LA TIERRA DEL AMOR

Si realmente dejamos las ideas ilusorias acerca de algo que podría darnos o quitarnos, estaríamos alertas, La consecuencia de no hacerlo es terrible e ineludible. Perdemos nuestra capacidad de amar. Si usted quiere amar, debe aprender a ver de nuevo, Y si quiere ver, debe aprender a renunciar a su droga. Así es de sencillo. Renuncie a su dependencia. Rompa los tentáculos de la sociedad que lo hayan rodeado y que han sofocado su ser. Renuncie a ellos. Externamente, todo seguirá como antes, pero aunque usted continuará estando en el mundo, ya no será del mundo. En su corazón, ahora será finalmente libre, aunque estará completamente solo. Su dependencia de la droga morirá. No tiene que irse para el desierto; está en medio de las personas, disfruta de ellas enormemente. Pero ya no tienen el poder de hacerlo feliz o desdichado. Eso es lo que significa estar solo. En esta soledad muere su dependencia. Nace la capacidad de amar, Ya no ve a los demás como un medio de satisfacer la adicción. Solamente quien lo ha intentado conoce los terrores del proceso. Es como invitarse a sí mismo a morir. Es como pedirle al pobre drogadicto que renuncie a la única felicidad que ha conocido ¿Cómo cambiará por el sabor del pan y de la fruta y el sabor limpio del aire de la mañana, la dulzura del agua de la fuente en la montaña? Mientras luche con los síntomas de la abstinencia y el vacío que siente en su interior ahora que la droga se ha acabado, nada puede llenar el vacío excepto la droga. ¿Puede usted imaginar una vida en la cual usted se niega a disfrutar o a gozar con una sola palabra de aprecio, o a reclinar la cabeza en el hombro de alguien buscando apoyo? Piense en una vida en la cual usted de nadie dependa emocionalmente, de manera que nadie tenga el poder de hacerlo feliz o desgraciado. Usted se niega a necesitar a una persona particular o a ser especial para alguien o a sentir que alguien le pertenece.

Las aves del cielo tienen sus nidos y los zorros tienen sus madrigueras, pero usted no tendrá en dónde apoyar su cabeza en su viaje por la vida. Si alguna vez llega a este estado, sabrá finalmente lo que significa ver con una visión clara y sin nubes de temor o deseo. Allí cada palabra se mide. Ver finalmente con una visión que es clara, y sin nubes de temor o de deseo. Sabrá lo que significa amar. Pero para llegar a la tierra del amor, tiene que pasar por los dolores de la muerte, porque amar a las personas significa morir a la necesidad de las personas, y estar completamente solo.

¿Cómo podría usted llegar allá algún día? Por medio de una consciencia incesante, por medio de una paciencia y una compasión infinitas como las que tendría por el drogadicto. Desarrollando el gusto por las cosas buenas de la vida para contrarrestar la necesidad de la droga. ¿Cuáles cosas buenas? El amor al trabajo que a usted le gusta hacer por el trabajo mismo; el amor a la risa y a la intimidad con las personas a las cuales usted no se aferra y de las cuales no depende emocionalmente pero cuya compañía usted disfruta. También ayudará que usted realice actividades que pueda hacer con todo su ser, actividades que a usted le gusten tanto que cuando se dedique a ellas, el éxito, el reconocimiento y la aprobación sencillamente no signifiquen algo. También ayudará que regrese a la naturaleza. Despida a las multitudes, suba a las montañas, y comulgue en silencio con los árboles y las flores y los animales y las aves, con el mar y las nubes y el cielo y las estrellas. Ya le dije que mirar las cosas, ser consciente de las cosas que nos rodean es un gran ejercicio espiritual. Confiemos en que las palabras desaparecerán, los conceptos desaparecerán, y usted, ya lo verá, entrará en contacto con la realidad. Ésa es la cura para la soledad. Generalmente, tratamos de curar nuestra soledad dependiendo emocionalmente de la gente, y por medio de la sociabilidad y el ruido. Eso no es una cura. Regrese a las cosas, regrese a la naturaleza, suba a las montañas. Entonces sabrá que su corazón lo ha llevado al vasto desierto de la soledad, allí no hay alguien a su lado, absolutamente nadie.

Al principio esto parecerá insoportable. Pero es porque usted no está acostumbrado a estar solo. Si logra permanecer allí por un tiempo, el desierto florecerá de pronto en el amor. Su corazón estallará en cantos. Y siempre será primavera; la droga desaparecerá; usted es libre. Entonces comprenderá lo que es el amor, lo que es la felicidad, lo que es la realidad, lo que es la verdad, lo que es Dios. Usted verá, usted sabrá más allá de los conceptos y los condicionamientos, de las adicciones y los apegos. ¿Eso tiene sentido?

Voy a terminar con una hermosa historia. Hubo un hombre que inventó el arte de producir fuego. Tomó sus herramientas y fue a una tribu que residía en un lugar del norte en que hacía mucho frío, un frío cortante. Les enseño a los de la tribu a producir fuego. Ellos se interesaron muchísimo. Les enseño que el fuego era útil para varias cosas: para cocinar, para calentarse, etc. Ellos estaban muy agradecidos con él por haberles enseñado el arte de producir fuego. Pero antes de que pudieran expresar su gratitud, el hombre desapareció. A él no le interesaba el reconocimiento o la gratitud de la tribu; le interesaba el bienestar de ésta. Fue a otra tribu, en la cual también se dedicó a enseñarles el valor de su invento. Allí también la gente estaba interesada, un poquito demasiado interesada para la paz mental de sus sacerdotes, quienes empezaron a notar que este hombre congregaba multitudes mientras ellos perdían popularidad. De manera que decidieron eliminarlo. Lo envenenaron, lo crucificaron, díganlo como quieran. Pero temían que ahora la gente se volviera contra ellos, de manera que fueron prudentes, incluso astutos, ¿Saben que hicieron? Mandaron hacer un retrato del hombre y lo pusieron sobre el altar principal del templo. Enfrente del retrato pusieron los instrumentos del fuego, lo cual hicieron debidamente durante siglos. Siguieron la veneración y la adoración, pero no había fuego.

¿En dónde está el fuego? ¿En dónde está el amor? ¿En dónde está la droga desarraigada de usted? ¿En dónde está la libertad? De esto se trata la espiritualidad. Trágicamente, tendemos a perder esto de vista, ¿No es así? De esto se trata Jesucristo. Pero le dimos demasiado énfasis al "Señor, Señor", ¿No es verdad? ¿En dónde está el

fuego? Y si el culto no lleva al fuego, si la adoración no lleva al amor, si la liturgia no lleva a una percepción más clara de la realidad, si Dios no lleva a la vida, ¿De qué sirve la religión excepto para crear más divisiones, más fanatismo, más antagonismo? No es por falta de religión, en el sentido ordinario de la palabra, por lo que sufre el mundo; es por falta de amor, de consciencia, y no de otro modo. Comprendan los obstáculos que les ponen al amor, a la libertad, a la felicidad y la oscuridad desaparecerá. La felicidad no es algo que se adquiere; el amor no es algo que uno produce; el amor es algo que uno tiene; el amor es algo que lo tiene a uno. Uno no tiene el viento, las estrellas y la lluvia. Uno no posee estas cosas; uno se entrega a ellas. Y la entrega ocurre cuando uno toma consciencia de sus ideas ilusorias, de sus adicciones, cuando uno tenga una consciencia de sus deseos y sus temores. Como les dije antes, en primer lugar, la comprensión psicológica es de gran ayuda, pero no el análisis. Uno de los grandes terapeutas estadounidenses lo dijo muy bien: "Lo que cuenta es la experiencia del "Ah, si", eso es visión. Eso es cambio. En segundo lugar, la comprensión de su adicción es importante. Se necesita tiempo. Desgraciadamente, se dedica mucho tiempo al culto y al canto de alabanzas y a cantar canciones, tiempo que podría dedicarse con buenos frutos a la comprensión de sí mismo. Las celebraciones litúrgicas comunes no producen comunidad. Ustedes saben en el fondo del alma, y también lo sé yo, que esas celebraciones solamente sirven para ocultar las diferencias. La comunidad se produce comprendiendo los bloqueos que le ponemos a la comunidad, comprendiendo los conflictos que surgen como resultado de nuestros temores y nuestros deseos. En ese momento, surge la comunidad. Debemos tener cuidado, para no convertir el culto en otra distracción en la importante empresa de vivir. Y vivir no significa trabajar en el gobierno, o ser un gran hombre de negocios, o hacer actos de caridad. Eso no es vivir. Vivir es descartar todos los impedimentos y vivir en el momento presente con frescura. "Las aves del cielo... Ellas no trabajan ni hilan" -eso es vivir. Empecé diciendo que la gente está dormida, muerta. Hay gente muerta gobernando, gente muerta dirigiendo los grandes negocios, gente muerta educando a otros; ¡Vivan! El culto debe ayudar a esto, o es inútil. Y progresivamente - ustedes saben esto y yo también- estamos perdiendo a los jóvenes en todas partes. Ellos nos odian; no les interesa tener más temores y más culpas. No les interesan más sermones y exhortaciones. Pero les interesa aprender sobre el amor. ¿Cómo puedo ser feliz? ¿Cómo puedo estar realmente vivo? ¿Cómo puedo tener la experiencia de esas cosas maravillosas de las que hablan los místicos? De manera que eso es lo segundo - La comprensión. En tercer lugar, no se identifique. Mientras venía hoy para acá alguien me preguntó: "Alguna vez se ha sentido usted deprimido?" Realmente, a veces me deprimo. Me dan mis ataques. Pero no duran, realmente no duran. ¿Qué hago? Primer paso: No me identifico. Aquí tenemos un sentimiento de depresión. En lugar de ponerme tenso, en lugar de irritarme conmigo mismo debido a eso, comprendo que estoy deprimido, decepcionado, o lo que sea. Segundo paso: Admito que el sentimiento está en mí, no en la otra persona, es decir, en la persona que no me mandó una carta, no en el mundo exterior, está en mí. Porque mientras piense que está fuera de mi, considero justificado conservar mis sentimientos. No puedo decir que todo el mundo se sienta así; en realidad, solamente los idiotas se sentirían así, solamente las personas dormidas. Tercer paso: No me identifico con el sentimiento. El "yo" no es ese sentimiento. El "yo" no está solo, el "yo" no está deprimido, el "yo" no está decepcionado. La decepción está allí, uno la observa. Ustedes se sorprenderán con la rapidez con que desaparece. Cualquier cosa de la cual uno tenga consciencia cambia continuamente; las nubes se mueven continuamente. Cuando uno logra eso, comprende de muchas maneras por qué había nubes.

Tengo aquí una hermosa cita, unas pocas frases que yo escribiría en letras de oro. Las tomé del libro de A.S. Neill, Summerhill. Antes, debo exponer algunos antecedentes. Probablemente ustedes saben que Neill fue educador durante cuarenta años. Tenía un colegio muy independiente. Recibía niños y niñas, y los dejaba ser libres. ¿Usted quiere aprender a leer y a escribir? Muy bien. ¿No

quiere aprender a leer y a escribir? Muy bien. Usted puede hacer lo que quiera con su vida, mientras no se inmiscuya en los asuntos de otra persona. No interfiera la libertad de otra persona; por lo demás, usted es libre. Dice Neill que los peores casos le llegaban de colegios religiosos. Por supuesto, esto era en los viejos tiempos. Dice que estos niños tardaban alrededor de seis meses en sobreponerse a toda la ira y el resentimiento que habían reprimido. Durante seis meses se rebelaban, luchaban contra el sistema. El peor caso fue el de una niña que montaba en su bicicleta y se iba para el pueblo, evitando las clases, evitando el colegio, evitando todo. Pero una vez que superaban su rebeldía, todos querían aprender; hasta empezaban a protestar: "¿Por qué no tenemos clase hoy?" Pero solamente estudiaban lo que les interesaba. Se transformaban. Al principio, los padres temían mandar a sus hijos a este colegio; decían: "¿Cómo puede usted educarlos si no se les impone disciplina? Hay que enseñarles, orientarlos". ¿Cual fue el secreto del éxito de Niel? A él le llegaban los peores niños, los que todo el mundo había dado por perdidos, y en seis meses se transformaban. Escuchen lo que dijo, palabras extraordinarias, palabras santas: "Cada niño tiene un dios en él. Nuestros intentos por moldear al niño convertirán al dios en un demonio. Los niños llegan a mi colegio, pequeños diablos, odian el mundo, son destructivos, maleducados, mentirosos, ladrones, de mal humor. En seis meses se transforman en niños felices, saludables, que no hacen mal alguno". Éstas son palabras sorprendentes en boca de un hombre cuyo colegio en la Gran Bretaña es inspeccionado regularmente por personas del Ministerio de educación, por cualquier director o directora o por cualquier persona que quiera ir. Sorprendente. Ése era su carisma. Estas cosas no se hacen siguiendo un plan predeterminado; hay que ser una persona especial. En algunas de sus conferencias a directores y directoras, Neill les dice: "Vengan a Summerhill, y verán que todos los árboles frutales están cargados de frutas; nadie arranca las frutas de los árboles; ningún deseo hay de atacar a la autoridad; los niños comen bien y no hay resentimiento ni ira. Vengan a Summerhill y nunca encontrarán a un niño lisiado que tenga sobrenombre (ustedes saben cómo pueden ser de crueles los niños cuando alguien es tartamudo). Ustedes nunca encontrarán a alguien burlándose de un tartamudo, nunca. En esos niños no hay violencia porque nadie es violento con ellos". Escuchen esas palabras de revelación, palabras sagradas. En el mundo hay personas así. A pesar de lo que les puedan decir los sabios, los sacerdotes y los teólogos, en el mundo hay personas que no tienen peleas, ni celos, ni conflictos, ni guerras, ni enemistades. ¡Ninguna de esas cosas! En mi país existen, o, me da tristeza decirlo, existieron hasta hace poco. Yo tenía amigos jesuitas que vivían y trabajaban con personas que según me decían eran incapaces de robar o mentir. Una hermana me dijo que cuando ella fue al noreste de la india a trabajar con algunas tribus, la gente no cerraba, o nada guardaba con llave. Nunca se robaban algo y nunca decían mentiras - hasta que llegaron el gobierno y los misioneros.

Cada niño tiene en él un dios; nuestros intentos por moldearlo convertirán al niño en un demonio.

Hay una hermosa película italiana dirigida por Federico Fellini, llamada 81/2. En una escena aparece un hermano cristiano en una excursión con un grupo de muchachos de ocho a diez años. Están en la playa, caminando, mientras el hermano viene detrás con tres o cuatro muchachos a su alrededor. Se encuentran con una mujer mayor que es prostituta, y le dicen: - Hola.

Ella contesta: - Hola.

Ellos preguntan: ¿Quién eres tú?

Y ella dice - Yo soy una prostituta.

Ellos no saben qué es eso, pero fingen saberlo. Uno de los muchachos que sabe más que los otros dice: - Una prostituta es una mujer que hace ciertas cosas si uno le paga.

Ellos preguntan: -¿Haría ella esas cosas si le pagamos?

¿Por qué no? fue la respuesta.

De manera que hacen una colecta, le dan el dinero y le dicen: -¿Haría ciertas cosas ahora que te hemos dado el dinero?

Ella responde: - Por supuesto muchachos, ¿Qué quieren que haga?

Lo único que se les ocurre a los muchachos es que ella se quite la ropa. Y

ella lo hace. Bueno, la miran; nunca habían visto a una mujer desnuda. No saben qué más hacer, de modo que le dicen: -¿Quieres bailar?

Ella dice: -Por supuesto

Ellos se reúnen alrededor de ella cantando y batiendo palmas; la prostituta mueve el trasero, y ellos se divierten de lo lindo. El hermano ve todo esto. Corre por la playa y le grita a la mujer. La hace vestir, y el narrador dice: "En ese momento, los niños se corrompieron, hasta entonces eran inocentes, hermosos".

Éste no es un problema infrecuente. En la India, conozco a un misionero muy conservador, un jesuita, quien asistió a uno de mis talleres. Mientras yo desarrollaba este tema durante dos días, él sufría. La segunda noche vino a buscarme y me dijo:

- Tony, no puedo explicarte cuanto sufro cuando te escucho.

-¿Por qué, Stan? - le pregunté

Me contestó: - Tú estás reviviendo una pregunta que he reprimido durante veinticinco años, una horrible pregunta. Una y otra vez me he preguntado: ¿Habré corrompido a mi gente convirtiéndola al cristianismo?

Este jesuita no era uno de esos progresistas, era ortodoxo. Devoto, piadoso, conservador. Pero sentía que corrompía a una gente feliz, amable, sencilla, sin malicia, convirtiéndola al cristianismo.

Los misioneros estadounidenses que fueron a las islas de los Mares del Sur con sus esposas se horrorizaron cuando vieron que las mujeres nativas iban a la iglesia con los pechos descubiertos. Las esposas insistieron en que las mujeres estuvieran decentemente vestidas. De modo que los misioneros les dieron camisas para que se las pusieran. Al domingo siguiente, las mujeres llegaron con las camisas puestas, pero con dos grandes huecos para estar cómodas y ventilarse. Ellas tenían la razón; los misioneros estaban equivocados.

Ahora... Regresemos a Neill, quien dice: "Yo no soy un genio, soy sencillamente un hombre que se niega a guiar los pasos de los niños". Pero entonces, ¿Qué pasa con el pecado original? Neill dice que cada niño tiene un dios en él; nuestros intentos por moldearlo convierten al dios en un demonio. Él permite que los niños formen sus propios valores, y los valores son invariablemente buenos y sociales. ¿Pueden ustedes creerlo? Cuando un niño se siente amado (lo que significa: cuando un niño siente que usted está de su lado), estará bien. El niño ya no experimenta la violencia. No hay temor, por eso no hay violencia. El niño empieza a tratar a los demás como lo tratan a él. Ustedes tienen que leer ese libro. Es un libro sagrado, realmente lo es. Léanlo; revolucionó mi vida y mi manera de relacionarme con la gente. Empecé a ver milagros. Empecé a ver la insatisfacción conmigo mismo que me habían inculcado, la competición, las comparaciones, el "eso no es suficientemente bueno", etc. Ustedes podrían objetar que si no me hubieran presionado, no sería lo que soy. ¿Necesitaba toda esa presión? Y de todas maneras, ¿Quién quiere ser lo que yo soy? Quiero ser feliz, quiero ser santo, quiero amar, quiero estar en paz, quiero ser libre, quiero ser humano.

¿Saben de dónde vienen las guerras? Vienen de proyectar hacia afuera el conflicto que tenemos dentro. Muéstrenme un individuo que no tenga un conflicto interno y yo les mostraré a un individuo que no es violento. Sus acciones serán eficaces, incluso duras, pero estará libre de odio. Cuando actúa, actúa como el cirujano; cuando actúa, actúa como el maestro amante de los niños que tienen retardo mental. Uno no los culpa, los comprende; pero se lanza a la acción. Por otra parte, si uno se lanza a la acción con su propio odio y su propia violencia sin resolver, el error se agrava. Trató de apagar el fuego con más fuego. Trató de controlar una inundación echando más agua. Repito lo que dijo Neill: "Cada niño tiene un dios en él. Nuestros intentos por moldear al niño convertirán al dios en un demonio. Los niños llegan a mi colegio como pequeños demonios, odiando el mundo, destructivos, maleducados, mentirosos, robando, de mal humor. A los seis meses son niños felices y saludables que no hacen mal alguno. Y yo no soy un genio, simplemente un hombre que se niega a dirigir los pasos de los niños. Yo les permito formar sus propios valores y los valores son

invariablemente buenos y sociales. La religión que vuelve buena a la gente la vuelve mala, pero la religión conocida como libertad hace que todas las personas sean buenas, porque destruye el conflicto interno (yo agregué la palabra "interno") que convierte a las personas en demonios".

Neill dice también: "Lo primero que hago cuando un niño llega a Summerhill es destruir su conciencia". Supongo que ustedes saben a qué se refiere, porque yo sé a qué se refiere. No se necesita conciencia cuando se tiene consciencia*; no se necesita la conciencia cuando se tiene sensibilidad. No se es violento, no se es temeroso.

* Conciencia: Facultad de discriminar entre el bien y el mal

Consciencia: Conocimiento intuitivo que tiene el individuo de sí mismo y del medio que lo rodea (N. Del Ed).

Probablemente ustedes piensen que éste es un ideal inalcanzable. Bien, lean ese libro. Me he encontrado aquí y allá con individuos que de repente se tropiezan con esta verdad; la raíz del mal está dentro de uno mismo. A medida que uno comprenda esto, va dejando de forzase, y uno comprende. Nútranse con alimentos sanos, con alimentos sanos y bueno, no me refiero al alimento en el sentido literal; me refiero a puestas de sol, a la naturaleza, a una buena película, a un buen libro, a un trabajo agradable, a la buena compañía, y se podrá esperar que ustedes rompan sus adicciones a esos otros sentimientos.

¿Qué sentimiento tienen ustedes cuando están en contacto con la naturaleza, o cuando están absortos en un trabajo que aman? ¿O cuando conversan con alguien cuya compañía disfrutan en la sinceridad y en la intimidad sin apegarse? ¿Qué clase de sentimientos tienen? comparen esos sentimientos con los que tienen cuando ganan una discusión, o cuando ganan una carrera, o cuando son populares, o cuando todo el mundo los aplaude. A éstos últimos los llamo sentimientos mundanos; a los primeros los llamo sentimientos del alma. Muchas personas ganan el mundo y pierden su alma. Muchas personas viven una vida vacía, sin alma, porque se alimentan de la popularidad, el aprecio, la alabanza, el "yo estoy bien, tú estás bien", de mírenme, préstenme atención, apóyenme, aprécienme; de ser el jefe, de tener poder, de ganar la carrera. ¿Se alimentan ustedes de eso? Si así es, están muertos. Perdieron su alma. Aliméntense del otro material más nutritivo. Entonces verán la transformación. Les di todo un programa de vida, ¿No es verdad?

¿QUIÉN PUEDE HACER QUE AMANEZCA?

ANTHONY DE MELLO

¿Existe eso que se llama "Un minuto de sabiduría"?

Por supuesto que existe, replicó el maestro.

Pero un minuto ¿No es demasiado breve?

No, es cincuenta y nueve segundos demasiado largo.

Milagros

Un hombre recorrió medio mundo para comprobar por sí mismo la extraordinaria fama de que gozaba el Maestro.

"¿Qué milagros ha realizado tu Maestro?", le preguntó a un discípulo.

"Bueno, verás..., hay milagros y milagros. En tu país se considera un milagro el que Dios haga la voluntad de alguien. Entre nosotros se considera un milagro el que alguien haga la voluntad de Dios".

Sensibilidad

¿Cómo puedo yo experimentar mi unidad con la creación?

Escuchando, respondió el Maestro.

¿Y cómo he de escuchar?

Siendo un oído que presta atención a la cosa más mínima que el universo nunca deja de decir.

En el momento que oigas algo que tú mismo estás diciendo, detente.

Vigilancia

¿Hay algo que yo pueda hacer para llegar a la iluminación?

Tan poco como lo que puedes hacer para que amanezca por las mañanas.

Entonces, ¿Para qué valen los ejercicios espirituales que tú mismo recomiendas?

Para estar seguro de que no estáis dormidos cuando el sol comienza a salir.

Presencia

¿Dónde debo buscar la iluminación?

Aquí.

¿Y cuándo tendrá lugar?

Está teniendo lugar ahora mismo.

Entonces, ¿Por qué no la siento?

Porque no miras.

¿Y en que debo fijarme?

En nada. Simplemente mira.

Mirar ¿Qué?

Cualquier cosa en la que se posen tus ojos.

¿Y debo mirar de alguna manera especial?

No. Bastará con que mires normalmente.

Pero ¿Es que no miro siempre normalmente?

No.

¿Por qué demonios...?

Porque para mirar tienes que estar aquí, y casi siempre no lo estás.

Interioridad

El discípulo quería un sabio consejo

Ve, siéntate en tu celda, y tu celda te enseñará la sabiduría, le dijo el Maestro

Pero si yo no tengo alguna celda... Si yo no soy monje...

Naturalmente que tienes una celda. Mira dentro de ti.

Carisma

El discípulo era judío. ¿Qué es lo que debo hacer para ser aceptable a Dios?, preguntó.

¿Y cómo voy a saberlo yo? Respondió el Maestro. Tú Biblia dice que Abraham practicaba la hospitalidad y que Dios estaba con él. Que a Elías le encantaba orar y que

Dios estaba con él. Que David gobernaba un reino y que Dios también estaba con él.

¿Y tengo yo alguna forma de saber cuál es la tarea que se me ha asignado? Sí. Trata de averiguar cuál es la más profunda inclinación de tu corazón, y síguela.

Armonía

A pesar de su tradicional proceder, el Maestro no sentía un excesivo respeto por las normas y las tradiciones.

En cierta ocasión surgió una disputa entre un discípulo y su hija, porque aquél insistía en que ésta se ajustara a las normas de su religión para elegir a su futuro marido.

El maestro se puso inequívocamente del lado de la muchacha. Cuando el discípulo le manifestó la sorpresa que le producía el que un santo actuara de aquella manera, el Maestro le dijo:

Debes comprender que, al igual que la música, la vida está hecha de sentimiento y de instinto, más que de normas.

Ofuscación

¿Cómo alcanzaré la vida eterna?

Ya es la vida eterna. Entra en el presente.

Pero ya estoy en el presente... ¿O no?

No

¿Por qué no?

Porque no has renunciado al pasado

¿Y por qué iba a renunciar a mi pasado? No todo el pasado es malo... No hay que renunciar al pasado porque sea malo, sino porque está muerto.

Ignorancia

El joven discípulo era tan prodigioso que acudían a solicitar su consejo intelectuales de todas partes, los cuales quedaban maravillados de su erudición.

Cuando el Gobernador andaba buscando un consejero, fue a ver al Maestro y le dijo: Dime, ¿Es verdad que ese joven sabe tanto como dicen?

A decir verdad, replicó el Maestro con ironía, el tipo lee tanto que yo no sé cómo puede encontrar tiempo para saber algo.

Mitos

El Maestro impartía su doctrina en forma de parábolas y de cuentos que sus discípulos escuchaban con verdadero deleite, aunque a veces también con frustración, porque sentían necesidad de algo más profundo.

Esto le traía sin cuidado al Maestro, que a todas las objeciones respondía: Todavía tenéis que comprender, queridos, que la distancia más corta entre el hombre y la verdad es un cuento.

Hablar

El discípulo no podía reprimir las ganas que tenía de contarle al Maestro el rumor que había oído en el mercado.

Aguarda un minuto, dijo el Maestro. Lo que piensas contarnos ¿Es verdad? No lo creo...

¿Es útil?

No, no lo es.

¿Es divertido?

No

Entonces, ¿Por qué tenemos que oírlo?

Movimiento

A unos discípulos que no dejaban de insistirle en que les dijera palabras de sabiduría, el Maestro les dijo: La sabiduría no se expresa en palabras, sino que se revela en la acción.

Pero cuando les vio metidos en la actividad hasta las cejas soltó una carcajada y dijo: Eso no es acción. Es movimiento.

Veneración

A un discípulo que se mostraba excesivamente respetuoso le dijo el Maestro: Si la luz se refleja en la pared, ¿Por qué veneras la pared? Intenta prestar atención a la luz.

Transformación

A un discípulo que siempre estaba quejándose de los demás le dijo el Maestro: Si es paz lo que buscas, trata de cambiarte a ti mismo, no a los demás. Es más fácil calzarse unas zapatillas que alfombrar toda la tierra.

Reacción

Le preguntaron al Maestro qué criterio seguía para escoger a sus discípulos.

Y el Maestro dijo: Me comporto de una manera sumisa y humilde. A los que reaccionan con arrogancia ante mi humildad los rechazo inmediatamente. Y a los que me veneran por mi comportamiento humilde los rechazo con la misma rapidez.

Discipulado

A un visitante que solicitaba hacerse discípulo suyo le dijo el Maestro:

Puedes vivir conmigo, pero no hacerte seguidor mío.

¿Y a quién he de seguir, entonces?

A nadie. El día en que sigas a alguien habrás dejado de seguir a la Verdad.

Ceguera

¿Puedo ser tu discípulo?

Tan sólo eres discípulo porque tus ojos están cerrados. El día que los abras verás que nada hay que puedas aprender de mí ni de alguno otro.

Entonces, ¿Para qué necesito un Maestro?

Para hacerte ver la inutilidad de tenerlo.

Llegada

¿Es difícil o fácil el camino hacia la iluminación?

Ni difícil ni fácil.

¿Cómo es eso?

No existe tal camino.

Entonces, ¿Cómo se va hacia la meta?

No se va. Se trata de un viaje sin distancia. Deja de viajar y habrás llegado.

Retirada

¿Cómo puedo ayudar al mundo?

Comprendiéndolo, replicó el Maestro.

¿Y cómo puedo comprenderlo?

Apartándote de él.

Pero, entonces, ¿Cómo voy a servir a la humanidad?

Comprendiéndote a ti mismo.

Cálculo

El Maestro solía reírse abiertamente de aquellos de sus discípulos que deliberaban interminablemente antes de decidirse a hacer algo.

Él lo expresaba del siguiente modo: Las personas que deliberan exhaustivamente antes de dar un paso se pasan la vida sobre una sola pierna.

Revolución

En el monasterio había una serie de reglas, pero el Maestro no dejaba de prevenir contra la tiranía de la ley.

La obediencia observa las reglas, solía decir el Maestro, pero el amor sabe muy bien cuando debe romperlas.

Anteojeras

Si te empeñas en que yo tenga autoridad sobre ti, le decía el Maestro a un candoroso discípulo, te haces daño a ti mismo, porque te niegas a ver las cosas por ti mismo.

Y, tras una pausa, añadió apaciblemente: Y también me haces daño a mí, porque té niegas a verme como soy.

Humildad

A un visitante que a sí mismo se definía como "buscador de la Verdad" le dijo el Maestro: Si lo que buscas es la Verdad, hay algo que es preciso que tengas por encima de todo.

Ya lo sé: una irresistible pasión por ella.

No. Una incesante disposición a reconocer que puedes estar equivocado.

Aceptación

¿Cómo podría ser yo un gran hombre...como tú?

¿Y por qué ser un gran hombre?, dijo el Maestro. Ser simplemente un hombre ya es un logro bastante grande.

Incongruencia

Todas las preguntas que se suscitaron aquel día en la reunión pública estaban referidas a la vida más allá de la muerte.

El Maestro se limitaba a sonreír sin dar una sola respuesta.

Cuando, más tarde. Los discípulos le preguntaron por qué se había mostrado tan evasivo, él replico: ¿No habéis observado que los que no saben qué hacer con esta vida son precisamente los que más desean otra vida que dure eternamente?

Pero ¿hay vida después de la muerte o no la hay?, insistió un discípulo.

¿Hay vida antes de la muerte? ¡Esta es la cuestión! Replico enigmáticamente el Maestro.

Inversión

¿Cómo puedo librarme del miedo?

¿Cómo puedes librarte de aquello a lo que te aferras?

¿Pretendes acaso insinuar que en realidad me aferro a mis propios miedos?

No puedo estar de acuerdo con eso.

Piensa qué es aquello de lo que tu miedo te protege y estarás de acuerdo. Y podrás ver además tu insensatez.

Entusiasmo

A una mujer que se quejaba de que las riquezas no habían conseguido hacerla feliz le dijo el Maestro:

Hablas como si el lujo y el confort fueran ingredientes de la felicidad, cuando, de hecho, lo único que necesitas para ser realmente feliz, querida, es algo por lo que entusiasmarse.

Liberación

¿Cómo puedo alcanzar la liberación?

Intenta descubrir quién te tiene atado, respondió el Maestro.

El discípulo regresó al cabo de una semana y dijo: Nadie me tiene atado.

Este fue el momento de iluminación para el discípulo, que de pronto quedó libre.

Doctrina

A un visitante que aseguraba no tener necesidad de buscar la Verdad, por que ya la tenía en las creencias de su religión, le dijo el Maestro:

Había una vez un estudiante que nunca llegó a convertirse en un matemático, porque creía ciegamente en las respuestas que aparecían en las últimas páginas de su texto de matemáticas;... Y aunque parezca paradójico, las respuestas eran las correctas.

Creencia

El Maestro había citado a Aristóteles: En la búsqueda de la verdad, parece mejor, y hasta necesario, renunciar a lo que nos es más querido. El Maestro sustituyó la palabra "verdad" por la palabra "Dios".

Más tarde le dijo un discípulo: En mí búsqueda de Dios estoy dispuesto a renunciar a todo: A la riqueza, a los amigos, a la familia, a mi país y hasta a mi propia vida. ¿Puede una persona renunciar a algo más?

El Maestro respondió con toda calma: Sí. A sus creencias sobre Dios. El discípulo se marchó entristecido, porque estaba muy apegado a sus convicciones. Tenía más miedo a la "ignorancia" que a la muerte.

Inadoctrinamiento

¿Qué es lo que enseña vuestro Maestro?, preguntaba un visitante.

Nada, respondió el discípulo

Entonces, ¿Por qué pronuncia discursos?

Lo único que hace es indicar el camino, pero nada enseña.

Al visitante, aquello le resultaba incomprensible, de modo que el discípulo se lo explicó: Si el Maestro enseñara, nosotros convertiríamos sus enseñanzas en creencias. Pero al Maestro no le interesa lo que creemos, sino únicamente lo que vemos.

Desvelamiento

Un día preguntó el Maestro: En vuestra opinión, ¿Cuál es la pregunta religiosa más importante?

A modo de respuesta, escuchó muchas preguntas:

¿Existe Dios?, ¿Quién es Dios?, ¿Cuál es el camino hacia Dios?

¿Hay vida después de la muerte?

No; dijo el Maestro, la pregunta más importante es: ¿Quién soy yo?

Los discípulos se hicieron alguna idea de lo que el Maestro quería insinuar cuando, le oyeron hablar con un predicador.

Maestro: Así pues, según tú, cuando hayas muerto tu alma estará en el cielo, ¿No es así?

Predicador: Si, así es.

Maestro: ¿Y tu cuerpo estará en la tumba...?

Predicador: Exactamente.

Maestro: ¿Y dónde, si me permites la pregunta, estarás tú?

Vacío

En ocasiones los ruidosos visitantes ocasionaban un verdadero alboroto que acababa con el silencio del monasterio.

Aquello molestaba bastante a los discípulos; no así al Maestro, que parecía estar tan contento con el ruido como con el silencio.

Un día, ante las protestas de los discípulos, les dijo:

El silencio no es la ausencia de sonido, sino la ausencia de ego.

Empobrecimiento

A un discípulo que venía de un lejano país le preguntó el Maestro: ¿Qué andas buscando?

La iluminación.

Tú ya tienes tu propio tesoro. ¿Por qué buscas en otra parte?

¿Dónde está mi tesoro?

En esa misma búsqueda que ha florecido en ti.

En aquel momento el discípulo quedó iluminado. Años más tarde diría a sus amigos: Abrid vuestro tesoro y disfrutad de sus riquezas

Palabras

Los discípulos estaban enzarzados en una discusión sobre la sentencia de Lao Tse:

Los que saben no hablan;

Los que hablan no saben.

Cuando el Maestro entró donde aquellos estaban, le preguntaron cuál era el significado exacto de aquellas palabras.

El Maestro les dijo: ¿Quién de vosotros conoce la fragancia de la rosa? Todos la conocían.

Entonces les dijo: Expresadlo con palabras. Y todos guardaron silencio.

Disciplina

A los discípulos que deseaban saber que clase de meditación practicaba él todas las mañanas en el jardín les dijo el Maestro: Si observo con atención, veo el rosal en plena floración.

¿Y por qué hay que observar con atención para ver el rosal?, preguntaron ellos. Para ver el rosal, dijo el Maestro, y no la idea preconcebida que uno tiene del rosal.

Juzgar

¿Qué he de hacer para perdonar a otros? Si no condenaras a alguien,

Nunca tendrías necesidad de perdonar.

Experiencia

Convencido de la experiencia mística del Maestro, el rector de una prestigiosa Universidad quiso hacerle jefe del Departamento de Teología. Para ello entró en contacto con el más destacado de los discípulos del Maestro, el cual le dijo: El maestro insiste en la necesidad de ser iluminado, no en enseñar la iluminación.

¿Y qué es lo que puede impedirle ser jefe del Departamento de Teología?

Lo mismo que le impediría a un elefante ser jefe del Departamento de Zoología.

Publicidad

A no ser que estuviera uno dotado de una especial perspicacia, nada había en el Maestro que pudiera considerarse fuera de lo ordinario. Si las circunstancias no eran para menos, el Maestro podía asustarse y deprimirse. Podía reír, llorar y encolerizarse. Disfrutaba con la buena comida, no le hacía ascos a un par de copas en incluso se sabía que era capaz de volver la cabeza al paso de una mujer bonita.

En cierta ocasión, un visitante se lamentaba que el Maestro no era un "hombre santo" a lo cual un discípulo replicó:

"Una cosa es que un hombre sea santo, y otra muy distinta que a ti te parezca santo".

Cultivo

Un forastero que andaba en busca de las cosas divinas le preguntó al Maestro cómo podría, cuando regresara a su país, distinguir entre un verdadero Maestro y uno falso.

El Maestro le dijo: el bueno propone prácticas, el mal maestro propone teorías.

Pero ¿Cómo podré distinguir entre una práctica buena y una mala? Del mismo modo que un agricultor distingue entre un cultivo bueno y un cultivo malo.

Transitoriedad

El Maestro sentía alergia hacia aquellas personas que prolongaban excesivamente su estancia en el monasterio. Más tarde o más temprano, todos los discípulos oían de sus labios las temidas palabras: Ha llegado el momento de que te vayas. Si no lo haces el espíritu no vendrá a ti.

Un discípulo especialmente reacio a marchar quiso saber qué era ese "Espíritu". Y el Maestro le dijo: El agua sólo se mantiene viva y libre si fluye. Tú sólo permanecerás vivo y libre si te marchas. Si no huyes de mí, te estancaras y morirás... Contaminado.

Engaño

¿Cómo podemos distinguir entre el verdadero y el falso místico?, preguntaron unos discípulos desmedidamente interesados por lo misterioso y lo oculto. ¿Cómo podéis distinguir entre el que duerme de verdad y el que finge dormir?, replicó el Maestro.

No hay manera de distinguirlos. Sólo el durmiente sabe cuándo está fingiendo, dijeron los discípulos.

El Maestro sonrió.

Más tarde dijo: El que finge dormir puede engañar a otros, pero no a sí mismo. Desgraciadamente, el falso místico puede engañar tanto a los demás como a sí mismo.

Evasión

Un visitante refería la historia de un santo que quería ir a visitar a un amigo suyo que estaba agonizando; pero, como le daba miedo viajar de noche, le dijo al sol: En nombre de Dios te ordeno que permanezcas en el cielo hasta que llegue yo a la aldea donde mi amigo agoniza. Y el sol se detuvo en el cielo hasta que el santo llegó a la aldea.

El maestro sonrió y dijo: ¿No habría sido mejor que el santo hubiera vencido su miedo a viajar de noche?

Serenidad

¿Existe alguna forma de medir las propias fuerzas espirituales?

Muchas.

Dinos tan sólo una.

Tratad de averiguar con que frecuencia perdéis la calma a lo largo de un solo día.

Imbecilidad

Cuando se le preguntaba por su iluminación, el Maestro siempre se mostraba reservado, aunque los discípulos intentaban por todos los medios hacerle hablar.

Todo lo que sabían al respecto era lo que en cierta ocasión dijo el Maestro a su hijo más joven, el cual quería saber cómo se había sentido su padre cuando obtuvo la iluminación. La respuesta fue: "Como un imbécil".

Cuando el muchacho quiso saber por que, el Maestro le respondió: Bueno, veras..., fue algo así como hacer grandes esfuerzos por penetrar en una casa escalando un muro y rompiendo una ventana... Y darse cuenta después de que estaba abierta la puerta.

Desarrollo

A un discípulo que se lamentaba de sus limitaciones le dijo el maestro: Naturalmente que eres limitado. Pero ¿No has caído en la cuenta de que hoy puedes hacer cosas que hace quince años te habrían sido imposibles? ¿Qué es lo que ha cambiado?

Han cambiado mis talentos.

No. Has cambiado tú.

¿Y no es lo mismo?

No. Tú eres lo que tú piensas que eres. Cuando cambia tu forma de pensar, cambias tú.

Distancia

El propietario del parque de atracciones hablaba de la ironía que suponía el hecho de que, mientras los niños lo pasaban en grande en su parque, él solía estar, por lo general, deprimido.

¿Qué preferirías: ser un propietario de parque o divertirte?, le pregunto el Maestro.

Ambas cosas respondió.

El Maestro no dijo una palabra más.

Cuando, más tarde, le preguntaron a este respecto, el Maestro se limitó a citar las palabras que un vagabundo le había dirigido a un rico terrateniente: Tú posee la propiedad. Otros disfrutan del paisaje.

Oposición

A un individuo dotado de auténtico espíritu emprendedor, pero al que desalentaban las frecuentes críticas que se le hacían, le dijo el Maestro: Escucha las palabras del crítico, que te revelarán lo que tus amigos tratan de ocultarte.

Y añadió: Pero no te dejes abrumar por lo que el crítico diga.

Nunca se ha erigido una estatua en homenaje a un crítico. Las estatuas son para los criticados.

Definiciones

El Maestro sentía una fascinación casi pueril por los inventos modernos. Y el día en que por primera vez vio una calculadora de bolsillo apenas podía reponerse de su asombro.

Más tarde, y en un tono muy afable, dijo: Parece que hay mucha gente que posee una de esas calculadoras, pero que no tiene en sus bolsillos algo que merezca la pena calcular.

Cuando, unas semanas más tarde, un visitante preguntó al Maestro qué era lo que enseñaba a sus discípulos, el Maestro le respondió: Les enseño a establecer correctamente el orden de prioridades: es mejor tener dinero que calcularlo; es mejor tener la experiencia que definirla.

Opresión

El Maestro siempre permitía que cada cual creciera a su propio ritmo. Que se sepa, nunca pretendió "presionar" a alguien. Y él mismo lo explicaba con la siguiente parábola.

"Una vez, al observar un hombre como una mariposa luchaba por salir de su capullo, con demasiada lentitud para su gusto, trató de ayudarla soplando delicadamente.

Y en efecto, el calor de su aliento sirvió para acelerar el proceso. Pero lo que salió del capullo no fue una mariposa, sino una criatura con las alas destrozadas.

Cuando se trata de crecer, concluyó el Maestro, no se puede acelerar el proceso, porque lo único que puede conseguirse es abortarlo.

Grandeza

Lo malo de este mundo, dijo el Maestro tras suspirar hondamente, es que los seres humanos se resisten a crecer.

¿Cuándo puede decirse de una persona que ha crecido?, preguntó un discípulo.

El día en que no haga falta mentirle acerca de algo en absoluto.

Extravagancia

Cierto día, los discípulos quisieron saber cuál era la clase de persona más indicada para el discipulado.

Y el Maestro les dijo: Aquella persona que, poseyendo únicamente dos camisas, vende una y con el dinero que adquiere compra una flor.

Manifestación

Cuando llegaba un nuevo discípulo, este era el "catecismo" a que solía someterle el Maestro.

¿Sabes quién es la única persona que no habrá de abandonarte jamás en tu vida?

¿Quién?

Tú.

¿Y sabes quién tiene la respuesta a cualquier pregunta que puedas hacerte?

¿Quién?

Tú.

¿Y puedes adivinar quién tiene la solución a todos y cada uno de tus problemas?

Me rindo...

Tú.

Inocencia

Durante una excursión dijo el maestro ¿Queréis saber como es la vida iluminada?

Fijaos en aquellos pájaros que vuelan sobre el lago.

Y mientras todos miraban hacia donde él había indicado, exclamó el Maestro:

Los pájaros proyectan sobre el agua un reflejo del que ellos no tienen conciencia alguna... Y que el lago no trata de retener.

Arte

¿Para que sirve un Maestro?, preguntó alguien

Y un discípulo respondió: Para enseñarte lo que siempre has sabido; para mostrarte lo que siempre has estado mirando.

Y como la respuesta dejó perplejo al visitante, añadió el discípulo:

Con sus pinturas, un artista me enseñó a ver la puesta del sol. Con sus enseñanzas, el Maestro me ha enseñado a ver la realidad de cada momento.

Sospecha

A un viajero que preguntaba como podría distinguir entre un maestro verdadero y uno falso, le respondió lacónicamente el Maestro: Si tú mismo no eres engañoso, no serás engañado.

Más tarde les dijo el Maestro a los discípulos: ¿Por qué será que los que buscan dan por supuesto que ellos son sinceros y que lo único que necesitan es el modo de detectar el fraude en los Maestros?

Proporción

A un visitante que había acudido esperando encontrarse con algo fuera de lo normal le defraudaron las triviales palabras que el Maestro le había dirigido.

Había venido aquí buscando a un Maestro, le dijo a un discípulo, y todo lo que he encontrado ha sido un ser humano que no se diferencia de los demás.

Y el discípulo le replicó: El Maestro es un zapatero con unas infinitas provisiones de cuero. Pero lo corta y lo cose de acuerdo con las dimensiones de tu pie.

Exhibición

Cuando uno de los discípulos anunció su propósito de enseñar a otros la Verdad, el Maestro le propuso una prueba: Pronuncia un discurso en mi presencia para que yo pueda juzgar si estas preparado.

El discurso fue realmente inspirado, y al acabar se acercó un mendigo al orador, que se puso en pie y regaló su capa al mendigo para edificación de la asamblea.

Más tarde le dijo el Maestro: Tus palabras estuvieron llenas de unción, hijo mío, pero aún no estás preparado.

¿Por qué?, preguntó desilusionado el discípulo.

Por dos razones: porque no has dado al mendigo la oportunidad de expresar sus necesidades y porque no has superado el deseo de impresionar a los demás con tu virtud.

Superioridad

Un discípulo oriental que se sentía orgulloso de lo que él consideraba que era espiritualidad de Oriente, fue al Maestro y le dijo: ¿A qué se debe el que Occidente disfrute del progreso material y Oriente posea la espiritualidad?

Se debe, respondió lacónicamente el Maestro, a que, cuando, al comienzo de los tiempos, llegó el momento de repartir las provisiones para este mundo, a Occidente le tocó elegir primero.

Alegría

De acuerdo con su doctrina de que nada debía ser tomado demasiado en serio, ni siquiera sus propias enseñanzas, al Maestro le gustaba contar la siguiente anécdota acerca de sí mismo:

Mi primer discípulo era tan débil que los ejercicios acabaron con su vida. Mi segundo discípulo se volvió loco por el fervor con que practicaba los ejercicios que yo le enseñaba. Mi tercer discípulo vio cómo se le embota el entendimiento por el exceso de contemplación.

Pero el cuarto discípulo consiguió conservar la cordura.

¿Y cómo lo logró?, solía preguntar alguien invariablemente.

Posiblemente porque fue el único que se negó a realizar los ejercicios. Y una unánime carcajada solía acoger las palabras del Maestro.

Intrepidez

¿Qué es el amor?

La ausencia total de miedo, le dijo el Maestro.

¿Y qué es a lo que tenemos miedo?

Al amor, respondió el Maestro.

Humanidad

La conferencia que el Maestro iba a pronunciar sobre LA DESTRUCCION DEL MUNDO había sido profusamente anunciada, y fue mucha la gente que acudió a los jardines del monasterio para escucharle.

La conferencia concluyó en menos de un minuto. Todo lo que el Maestro dijo fue:

Estas son las cosas que acabarán con la raza humana:

La política sin principios.

El progreso sin compasión.

La riqueza sin esfuerzo.

La erudición sin silencio.

La religión sin riesgo.

El culto sin consciencia".

REDESCUBRIR LA VIDA

ANTHONY DE MELLO

PRESENTACIÓN

Conferencia dictada por el padre Anthony de Mello, el 15 de Noviembre de 1986 en la universidad de Fordham, en Nueva York retransmitida por televisión satelital a más de 40 universidades en los Estados Unidos, con registro en video casete.

Diez, doce años atrás, hice un descubrimiento que trastrocó y revolucionó mi vida, convirtiéndome en un hombre nuevo.

Descubrí una fórmula que permite ser feliz por el resto de la vida, que permite disfrutar de cada minuto de la vida.

Redescubrí la vida

Al escuchar esto, alguien podrá asombrarse y preguntarme: ¿Cómo se enteró sólo diez o doce años atrás? ¿No ha leído usted los Evangelios?

¡Por supuesto que leí los Evangelios! ¡Pero no la había visto!

La fórmula estaba allí, en los Evangelios, pero yo no la había comprendido.

Más tarde, cuando ya la había descubierto, la hallé en los textos sagrados de las principales religiones y me asombré: la había leído y no la había visto, no la había comprendido.

Ojalá la hubiera descubierto cuando era más joven.

¡Qué diferente habría sido todo!

¿Cuánto tiempo me llevará transmitir a otros esa fórmula?

¿Todo un día?

Voy a ser honesto: sólo un par de minutos.

No creo que requiera más de dos minutos transmitirla.

Captarla o comprenderla llevaría... ¿Veinte años?, ¿Quince años?, ¿Diez años?, ¿Diez minutos?, ¿Un día?, ¿Tres días?

¡Quién sabe! Eso depende de cada uno.

La capacidad de escuchar

Es necesaria una cualidad para captar aquello que yo descubrí de repente diez años atrás y que revolucionó mi vida: la cualidad de escuchar, de comprender, de "ver".

Creo que, si mil personas me oyen y una escucha, si mil me leen y una ve, es un promedio bastante bueno.

¿Es difícil comprender la fórmula?

Es tan sencilla que puede comprenderla un niño de siete años.

¿No es asombroso?

En realidad, cuando pienso en eso hoy, me pregunto: ¿Por qué no la comprendí antes?

No lo sé.

No sé por qué no la comprendí antes.

Pero así fue.

Puede ser que cualquiera esté en condiciones de comprenderla hoy, aunque sea en parte.

¿Qué se necesita para comprenderla?

Una sola cosa: la capacidad de escuchar.

Eso es todo.

¿Eres capaz de escuchar?

Si lo eres, podrás comprenderla.

Ahora bien, escuchar no es tan fácil como podría parecer.

La razón es que siempre escuchamos a partir de conceptos establecidos, de posiciones y fórmulas establecidas, de prejuicios...

Escuchar no significa "tragar"; eso es credulidad:

- Él lo dice, yo lo acepto.

No quiero que alguien me tenga fe cuando me escucha o me lee: las enseñanzas de la Iglesia o la Biblia se pueden tomar con fe.

Pero no quiero que me tomen a mí con fe.

Deseo que cuestionen todo lo que digo, que reflexionen sobre mis opiniones.

Escuchar no significa ser crédulo.

Pero tampoco significa atacar.

Lo que voy a plantear es algo tan nuevo que algunos pensarán que estoy loco, que no estoy en mi sano juicio.

Por consiguiente, van a sentirse tentados a atacar.

Si se le dice a un marxista que algo anda mal dentro del marxismo, lo primero que probablemente haga es atacar.

Si se le dice a un capitalista que algo no está bien en el capitalismo, se alza en armas.

Si se le dice a un norteamericano que en los Estados Unidos hay algo que no está bien se enfurece y lo mismo sucede con los indios, si se ataca a la India etcétera

Escuchar no significa creer ciegamente, ni tampoco atacar o simplemente estar de acuerdo.

Me contaron acerca de un superior jesuita que tenía mucho éxito.

Alguien le preguntó:

¿Cómo es que usted tiene tanto éxito como superior?

- Muy sencillo:

- La receta es sencilla: estoy de acuerdo con todos - respondió -.

¡Estaba de acuerdo con todos!

Le objetaron:

-¡No hable tonterías! ¿Cómo puede usted tener éxito como superior estando de acuerdo con todos?

- Es cierto, ¿Cómo puedo tener éxito como superior estando de acuerdo con todos? - fue su respuesta.

¿Qué se necesita para comprender la fórmula de la felicidad?

Una sola cosa: la capacidad de escuchar.

De modo que escuchar no significa estar de acuerdo conmigo; puedes discrepar conmigo y entenderlo, ¿No es asombroso?

Escuchar significa estar alerta.

Si estás alerta, estás observando, estás escuchando, con una especie de mente virgen.

No es fácil escuchar con una mente virgen, sin prejuicios, sin fórmulas establecidas.

Alguien me contó la historia de una persona que llevó a la práctica el famoso refrán: "Quien por día una manzana come, al médico a distancia pone." Bien, esta persona tenía un affaire con la esposa de un médico,... Y comía una manzana por día.

Es decir. ¡Había entendido todo al revés!

Había partido de una fórmula establecida, de una posición mental rígida.

Me contaron también acerca de un sacerdote que estaba tratando de convencer a un feligrés alcohólico de que dejara la bebida.

Para ello llenó un vaso con alcohol puro y tomó una lombriz dejándola caer en el vaso.

La pobre lombriz comenzó a retorcerse y murió. Y el sacerdote le dijo al feligrés:

-¿Comprendiste el mensaje, Juan?

- Sí padre comprendí el mensaje... Comprendí el mensaje... ¿Sabe?, si se tiene un bicho en el estómago, hay que tomar alcohol.

¡Ay! ¡Vaya si comprendió el mensaje!

Juan no comprendió el mensaje porque no estaba escuchando.

Conozco otro caso en el que era el sacerdote el que no estaba escuchando.

En efecto, cuentan acerca de un alcohólico que fue a ver al cura párroco, el cual. Como estaba leyendo el diario, no quería que lo molestaran.

- Disculpe, padre.

El padre fastidiado, lo ignoraba.

- Eh, disculpe, padre.

-¿Qué pasa? - preguntó el párroco.

-¿Me podría decir qué produce artritis, padre?

El padre seguía fastidiado:

-¿Qué produce artritis? Beber produce artritis; eso es lo que produce artritis. Salir con mujeres fáciles produce artritis; eso es lo que produce artritis.

Dedicarse al juego produce artritis; eso es lo que produce artritis.

¿Por qué lo preguntas?

- Porque aquí, en el diario, dice que el Santo Padre tiene artritis.

El párroco no había estado escuchando.

Bueno, si estás preparado para oír algo nuevo, sencillo, inesperado, opuesto a casi todo aquello que te han contado hasta ahora, entonces quizás escuches lo que tengo que decir, quizás lo comprendas.

Cuando Jesús enseñaba la Buena Nueva, creo que fue atacado no sólo porque lo que enseñaba era bueno, sino por que era nuevo.

Odiamos todo lo que es nuevo

- No quiero oír algo nuevo: denme las viejas cosas.

Si rechazamos lo nuevo, no estamos dispuestos a escuchar.

Pero si lo aceptamos sin discriminar, tampoco estamos escuchando.

No nos gusta lo nuevo; es demasiado molesto, demasiado liberador.

Si rechazamos lo nuevo, no estamos dispuestos a escuchar.

Pero si lo aceptamos sin discriminar, tampoco estamos escuchando.

Buda lo dijo de una manera muy hermosa: " Monjes y discípulos no deben aceptar mis palabras por respeto, sino que deben analizarlas, de la misma manera que un orfebre trabaja el oro: seccionando, raspando, frotando, fundiendo." Así debe ser también con mis palabras.

La vida está donde menos se la espera

¿Qué es eso que llamamos "nuestra vida"?

Echa una mirada al mundo y luego te invitaré a echar una mirada a tu propia vida.

Echa una mirada al mundo: pobreza por doquier.

Leí en el New York Times que los obispos de los Estados Unidos afirman que hay 33 millones de personas en el país que viven por debajo del umbral de pobreza, trazado por el propio gobierno.

Si crees que eso es pobreza, deberías ir a otros países a ver la consunción, la suciedad, la miseria. ¿A eso se puede llamar vida?

Pero hay algo asombroso.

Te mostraré que la vida existe aun en esas condiciones.

Alrededor de 12 años atrás me presentaron, en Calcuta, a un hombre que arrastraba un ricksha, un vehículo de tres ruedas de tracción humana...

¡Es terrible! Se trata de un ser humano; no es un caballo el que tira, sino un ser humano.

Estos pobres seres no duran mucho tiempo; viven 10 a 12 años después de que comienzan a tirar del ricksha, pues enferman de tuberculosis.

Pese a su trabajo, Ramchandra - que así se llamaba este hombre- tenía esposa e hijos, e incluso televisión.

En ese entonces había un pequeño grupo de personas dedicadas a una actividad ilegal llamada "exportación de esqueletos", que finalmente fueron apresadas.

¿Sabes qué hacían?

Si una persona era muy pobre, ellos se le acercaban y le compraban el esqueleto por el equivalente de unos 10 dólares. Así fue como le preguntaron a Ramchandra:

-¿Desde cuánto tiempo atrás trabajas en la calle?

- Desde hace diez años... - respondió Ramchandra.

Entonces ellos pensaron: "No va a vivir mucho más..." Y dijeron:

- Muy bien, aquí está tu dinero.

En el momento en que la persona moría, se apoderaban del cuerpo, se lo llevaban y, luego, cuando el cuerpo estaba descompuesto, mediante un proceso que tenían, descarnaban todo el esqueleto.

Ramchandra había vendido el suyo, tanta era su miseria; estaba rodeado de consunción, pobreza, desgracia, incertidumbre. Nunca creerías posible encontrar la felicidad allí, ¿No es cierto?

A este hombre, al que nada parecía molestarlo, que estaba perfectamente bien, al que nada parecía preocuparlo, le pregunté un día:

-¿No estás preocupado?

-¿Por qué?

-¿Sabes?, por tu futuro, por el futuro de los niños... - agregué.

- Bueno, hago lo mejor que puedo, pero el resto está en manos de Dios...

- Pero dije yo- ¿Y qué hay de tu enfermedad?; te hace sufrir, ¿No es cierto?

- Un poco; tenemos que tomar la vida como viene - fue su respuesta.

Jamás lo vi de mal ánimo.

Pues bien, un día, cuando estaba hablándole, me di cuenta de repente de que estaba en presencia de un místico, me di cuenta que estaba en presencia de la vida.

¡Él estaba allí! ¡Estaba vivo! yo estaba muerto...

Era un hombre que era plenamente él mismo, de acuerdo con aquellas bellas palabras de Jesús: "Mirad los cuervos del cielo, que no siembran ni cosechan...; mirad los lirios del campo, que no hilan ni tejen..." (Lc 12, 24 y 27; Mt 6, 26); ellos no se preocupan ni por un momento del futuro; no como tú.

Ramchandra estaba allí mismo.

No sé, hoy seguramente estará muerto.

Mi encuentro con él fue muy breve, en Calcuta; y después seguí hasta donde vivo ahora, hacia el sur de la India.

¿Qué le sucedió a este hombre? No lo sé.

Pero sé que conocí a un místico.

Era una persona extraordinaria; descubrió la vida, la redescubrió.

Esa extraña cosa: la mente humana

Muchas veces pensé qué cosa tan extraña es la mente humana. Ha inventado la computadora, ha desintegrado el átomo, ha hecho posible enviar naves al espacio, pero, ¡no ha solucionado el problema del sufrimiento humano, de la angustia, la soledad, la depresión, el vacío, la desesperación!

Honestamente no creo que tú estés libre de todos esos sentimientos.

¿Cómo puede ser que no hayamos encontrado la solución para ellos?

Hemos logrado toda clase de adelantos tecnológicos.

¿Ha elevado esto nuestra calidad de vida en una sola pulgada? ¡No!, ni en una pulgada.

Tenemos - eso si- más comodidad, más velocidad, más placeres, más entretenimientos, más erudición, mayores adelantos tecnológicos.

Pero, ¿Se ha logrado superar en algo la soledad, el vacío, la congoja, la avaricia, el odio, los conflictos?

¿Hay menos lucha menos crueldad?

Yo pienso que estamos peor...

Tenemos a mano la solución del problema de la felicidad. ¿Por qué no la usarnos?

No la queremos. La tragedia es, tal como lo descubrí diez o doce años atrás, que ¡el secreto se ha encontrado!

Tenemos la solución a mano. ¿Por qué no la usamos? No la queremos. Ése es el motivo, ¿Lo crees?

¡No la queremos! ¡No la queremos! Imagina que yo le diga a alguien:

- Mira, voy a darle una fórmula que te va a hacer feliz por el resto de tu vida: disfrutarás cada minuto del resto de tu vida...

Imagina que te digo eso a ti...

Te lo diré: te daré la fórmula.

¿Sabes lo que probablemente me responderás?: -¡No me la diga! ¡Basta! No quiero oírlo.

La mayoría de la gente no quiere escuchar la fórmula, aunque ni siquiera debe aceptarla por fe...

Voy a demostrarte que es así.

Alrededor de seis meses atrás, el verano pasado, estuve en Saint Louis, Missouri, para dar una especie de seminario de fin de

semana. Había allí un sacerdote, que se me acercó y me dijo:

- Acepto cada una de las palabras que usted ha dicho durante estos tres días, cada una de las palabras.... ¿Y sabe por qué?

No porque haya hecho lo que usted nos alentó a hacer: seccionar, frotar, raspar y analizar. No.

Y explicó:

- Unos tres meses. Atrás, asistí a una víctima del SIDA en su lecho de muerte. Y el hombre me contó lo siguiente: "Padre, hace seis meses, el doctor me dijo que yo tenía seis meses de vida, y yo lo creí". ¡Cuánta razón había tenido!, pues el hombre se estaba muriendo.

"¿Sabe algo, padre?

Éstos han sido los seis meses más felices de toda mi malgastada vida... ¡los más felices! En realidad, nunca había sido feliz hasta estos seis meses.

He descubierto la felicidad. " Y agregó: "Ni bien el doctor me lo dijo, abandoné la tensión, la presión, la ansiedad, la esperanza y, en lugar de caer en la desesperación, finalmente fui feliz. "

Y el sacerdote concluyó:

-¿Sabe?, muchas veces he reflexionado sobre las palabras de aquel hombre.

Cuando lo escuché a usted este fin de semana, pensé: "Este hombre ha vuelto a vivir.

Usted está diciendo exactamente lo que él dijo..."

Donde empieza el camino

Otro hombre también sabía esto.

En la Epístola a los Filipenses, san Pablo dice: "He aprendido a contentarme con lo que tengo..." (Flp 4,11)

Está en la Biblia! La fórmula está en la Biblia.

Yo te explicaré cómo ponerla en práctica, aunque la manera de hacerlo está allí también; la fórmula está completa... Esto es lo que dice san Pablo: "He aprendido a contentarme con lo que tengo. He aprendido a ser autosuficiente." (Me achacarán quizás que la Biblia no dice "autosuficiente": pero éste no será más que el comienzo de los ataques.)

"He aprendido a ser autosuficiente" significa: "Sé andar escaso y sobrado.

Estoy avezado a todo y en todo: a la saciedad y al hambre. A la abundancia y a la privación.

Todo lo puedo en Aquel que me conforta."

Un poco antes dice san Pablo:

"Regocijaos en el Señor, siempre, regocijaos. " Yo lo repito. "Regocijaos." Pienso en Ramchandra en Calcuta, pienso en aquella víctima del SIDA, en Saint Louis.

A eso se refiere san Pablo. ¡Lo había leído durante toda mi vida y nunca lo había entendido!

Sus palabras se dirigían a mí y yo no las había comprendido.

Bueno, supongamos que tú quieres comprenderlas, ¿Qué debes hacer?

Primero, deberás entender un par de verdades acerca de ti mismo.

Luego, te arrojaré la fórmula, para que hagas lo que quieras con ella.

¿Qué debes entender acerca de ti mismo? Ante todo, que tu vida es un enredo. ¿No te gusta oírlo? Bueno, quizás eso prueba que es cierto.

Tu vida es un enredo. Quizás me dirás:

- Puede ser.

Si eres como la persona promedio con la que me tropecé siempre, tu vida es un enredo.

Me dirás:

-¿Qué significa eso de que mi vida es un enredo?

Me va muy bien en mis estudios, tengo padres buenos, tengo buenas relaciones con mi familia, tengo un novio (o una novia, según sea el caso), todos me quieren, me va bien en el deporte y tengo una carrera muy brillante por delante.

- Oh, ¿Sí?

- Sí.

-¿Piensas que tu vida no es un enredo?

Respondes:

- No.

- Oh, dime -aquí está la prueba de fuego-

¿Nunca te sientes solo?,

¿Tienes alguna congoja?,

¿Alguna vez te alteras por algo?

-¿Quiere decir que no debemos alterarnos?

-¿Quieres la respuesta limpia, clara y sencilla?

- Sí!

-¡No!

-¿Quiere decir: por nada alterarse?

- Correcto, me oíste:

- No!

-¡Cállese! No quiero escuchar más.

-¿Comprendes lo que quiero decir?

- No.

Como la mayoría de la gente, tienes una teoría:

"Debes perturbarte o no eres humano"

Muy bien, adelante entonces, pertúrbate. Buena suerte. ¡Adiós!

Estoy listo para explicar, listo para aclarar: ¿Por qué tratar de discutir?

No vale la pena.

De modo que pregunto:

¿Alguna vez sufriste algún conflicto interno?

¿Quieres decir que todas tus relaciones están bien?,

¿Con todos?

- Bueno, no.

- Tu vida es un enredo.

¿Quieres decir que disfrutas de cada minuto de tu vida?

- Bueno, no del todo.

-¿Comprendes lo que te dije?.. Es un enredo.

-¡Eh! Espere un minuto, ¡la encarnación...!

- Sí, sí... ¡Adiós! "Después te veo, bicho feo."

¿Por qué discutir?

Mejor afirmar:- No estoy interesado en discutir contigo-

Punto.

Lo sé porque lo estuve haciendo todo el tiempo.

No estoy interesado en discutir.

O enfrentas el hecho de que tu vida es un enredo o no lo haces.

¿No quieres enfrentarlo?

Nada tengo que decirte.

Y "tu vida es un enredo" significa que estás acongojado, por lo menos ocasionalmente, te sientes solo.

Este vacío te está mirando fijamente, estás asustado...

¿Estás asustado?

A lo largo de toda la Biblia está dicho que se puede perder el miedo y encontrar la felicidad.

¿Estás angustiado por el futuro?

¿Tienes algún resabio de angustia, de preocupación. De desconcierto?

- Sí

-¡Estás en un enredo!

¿Qué te parece?

¿Quieres aclararlo?

Yo podría aclararlo en cinco minutos, si tu grado de preparación es adecuado.

No tienes que mudarte de esa silla: sentado en ella podrías resolverlo en cinco minutos.

No se trata de un recurso publicitario.

Lo digo en serio: es algo tan sencillo y tan terriblemente importante que la gente no le acierta.

Y tú lo puedes alcanzar.

- Sí...

- Tu vida es un enredo.

-¿Quiere decir que se supone que no debemos tener miedo?

- No, señor o señora, según sea el caso; ¡no!, se supone que no debemos tener miedo.

-¿De nada?

- De nada.

- Pero Mahoma...

- Perdón, nos ocuparemos de Mahoma luego, ¿Está bien?

Hablemos de ti...

¿No sabes lo que significa ser intrépido, no tener miedo?

La tragedia es que no crees que lo puedes lograr.

Sin embargo, ¡es tan fácil!

Como te dijeron que no se puede lograr, nunca tratas de ser intrépido.

Pero a lo largo de toda la Biblia está dicho que es posible y tú no lo comprenderás, porque te han dicho que no se puede lograr.

Estamos "sentados" sobre una mina de diamantes y no lo sabemos

¿Sabes cómo se descubrieron las minas de diamantes en Sudáfrica?

Es una historia muy interesante; la he leído hace algún tiempo.

Un hombre blanco sentado en la choza del jefe de una aldea de nativos en Sudáfrica, vio cómo los chicos jugaban con cosas parecidas a bolitas.

De pronto, su corazón se sobresaltó al darse cuenta de que, en realidad, eran diamantes. Recogió un par de ellos,... ¡diamantes! Entonces, le dijo al jefe de la aldea:

-¿Podría darme alguna de estas bolitas? ¡Usted sabe!, tengo chicos en casa que también juegan a esta clase de juego, y las suyas son algo diferentes... ¿Podría usted...?

A cambio, yo estaría dispuesto a darle una bolsa de tabaco.

El jefe rió y dijo:

- Mire, eso sería un abuso de mi parte; quiero decir, sería un verdadero robo aceptar su tabaco a cambio de estas cosas.

Tenemos miles de ellas aquí.

Y le dio una canasta llena.

Luego, el blanco regresó a su país, volvió con mucho dinero, compró todas las tierras del lugar y en diez años fue el hombre más rico del mundo.

Esta historia real es como una parábola.

Reflexiono sobre mi propia vida y Pienso: "¿Por qué la desperdicié?"

¡La desperdicié en toda clase de cosas maravillosas, créeme!: ministerios pastorales, emprendimientos teológicos, servicios litúrgicos, etcétera.

Nosotros, los sacerdotes, cuanto más ocupados estamos en las cosas de Dios, más probable es que olvidemos lo que significa Dios, y más probable es que nos volvamos más complacientes.

¡Ésa es la historia de Jesús!

¿Quiénes hicieron a un lado a Jesús?

Los sacerdotes. ¿Quién más? La gente religiosa.

Entonces, ahora pienso: "¡Desperdicié la vida!

No tengo ni un minuto para arrepentirme.

¡Para qué perder siquiera un minuto en lamentar el pasado!"

¿No es así?

Pero el hecho es que a desperdicié.

No es demasiado tarde

Recuerdo aquella hermosa historia del pescador que salió temprano, por la mañana, para pescar, cuando aún estaba oscuro. Su pie tropezó con algo que parecía una bolsa, que probablemente había llegado arrastrada por la marea, desde algún barco naufragado. La recogió, la abrió y se dio cuenta de que contenía pequeñas piedras; las agarró y se entretuvo, hasta el amanecer, arrojándolas lejos, en el mar, para ver si podía calcular, por el ruido que producían, la distancia a que había lanzado cada una. Pues bien, cuando comenzó a amanecer, miró dentro de la bolsa y vio allí tres piedras preciosas. ¡Dios!, ¡había estado llena de piedras preciosas y él no se había dado cuenta! ¡Demasiado tarde!, demasiado tarde... ¡No era demasiado tarde! ¡Quedaban tres piedras todavía! No era demasiado tarde, no era demasiado tarde...

Supongamos que a aquellos nativos "sentados" sobre aquellas minas de diamantes, muertos de hambre, con sus chicos desnutridos, dedicados a buscar comida, a mendigar, alguien les dijera:

-¡No vendan esa propiedad, hay en ella minas de diamantes!

¿Ven esto? ¡Es un diamante! Pueden venderlo, pueden obtener

100.000 dólares por esto...Ellos dirían, seguramente:

- Eso no ser diamante; eso ser piedra.

En su mente eso es una piedra; se niegan a escuchar.

-¡No!, eso es una piedra.

Ésa es la actitud de las personas en todas partes: no quieren oír, no quieren escuchar. Tú les dices:

- La vida es extraordinaria, la vida es maravillosa; tú podrías disfrutarla; no tendrías ni un minuto de tensión, ni uno, ninguna presión, ninguna ansiedad.

¿Lo deseas?

-¡No es posible! ¡Nunca se ha logrado! ¡No puede lograrse! -será su respuesta.

No hay algún espíritu de búsqueda, de investigación, como ser:

-¡Tratemos de averiguar! Tratemos...

¡No, no, no! Esto no es lo que sucede. En cambio, dices:

- No puede lograrse.

La última cosa que quiere un paciente es la cura; no quiere curarse, busca alivio.

- No quiero oírte.

- Un sacerdote me ha dicho que no puede lograrse; mi psicólogo me dice que no puede lograrse... ¡Usted viene a decir que puede lograrse! ¡Fuera!

-¡Mala suerte!

Pues bien, entonces, lo que ahora te planteo es si estás preparado para admitir que tu vida es un enredo.

Luego esto es un poco más duro, sostengo que tú no quieres salir del enredo.

Habla con cualquiera que merezca el nombre de "psicólogo" y lo confirmará: la última cosa que quiere un paciente es la cura; no quiere curarse, busca alivio.

Eric Beme, uno de los grandes psiquiatras norteamericanos, lo expresa muy gráficamente: "Imagina tú un paciente que está metido hasta sus narices en una letrina y pide ayuda. ¿Sabes lo que dice?:

-¿Podrían ayudarme a que la gente no haga olas?

-¿No quiere salir?

-¡Oh, no! ¡No, no!

¿Salir? ¡Por Dios! ¡No!

¡Sólo ayúdenme a que no hagan olas!

Eso es lo que él quiere. No quiere salir.

¿Quieres hacer una prueba contigo mismo?

Te daré un par de minutos; podrás hacerla ahora mismo.

Bien, aquí va:

- Suponte que pudieras ser inmensamente feliz, pero renunciando a obtener tu titulo profesional. ¿Estás preparado para cambiar ese titulo por felicidad? No conseguirás esa novia lo ese novio, según sea el caso). ¿Estás preparado para cambiarla o cambiarlo) por felicidad?

¿Sabes algo?: no alcanzarás el éxito. Fracasarás, y todos dirán: "¡Es un vagabundo!" Pero serás feliz, serás inmensamente feliz. ¿Estás preparado para cambiar la "buena opinión" de la gente con ese fin?

-¡Oh, no!

- Te daré tiempo para pensar en eso más adelante.

Preferimos ser desdichados

Cuando el verano pasado estuve en Siracusa, estado de Nueva York, vi un simpático aviso, en un diario, en el cual aparecía una chica tomada de la mano de un chico; y ella decía: "No quiero ser feliz. Las únicas personas felices que conozco están en un manicomio. Yo quiero ser desdichada contigo."

¿Comprendes lo que quiero decir?

- Yo no quiero ser feliz; quiero ser desdichada contigo.

¿Estás preparado para cambiar éxito por felicidad?

La gente no quiere salir de eso; no quiere, no quiere.

- No quiero felicidad; quiero fama.

No quiero felicidad; quiero esa medalla de oro en los juegos olímpicos.

Supón que te diga:

- Mira, deja de lado la medalla de oro; ¡serás feliz, maldición!

¿Para qué quieres esa medalla?

¿Para qué quieres ser el número uno, el jefe de la corporación?

¡Te haré feliz! Con 10.000 dólares por año, ¡te haré feliz!

-¡No, no, no, no! Dame mi dinero, mi dinero, mi dinero, mi dinero, mi dinero...

¿Comprendes ahora lo que quiero decir? Ahora estás cayendo en la cuenta: ellos no quieren ser felices; ellos no quieren vivir; ¡quieren dinero!

¿Se te ha ocurrido alguna vez que aquello que llamas tu felicidad es en realidad tu cadena?

Simplemente piensa:

¿A qué llamas tu felicidad?

¿Consideras que tu felicidad es alguien ("tú eres mi dicha"), que es tu matrimonio, tus negocios, tu titulo, lo que sea?

¿Dónde encuentras tu felicidad?,

¿En quién encuentras tu felicidad?

¡En tu prisión! Éste es un lenguaje duro, y ¿Quién puede escuchar estas palabras?

Pero reflexiona sobre esto, "secciona, raspa, funde".

¿Recuerdas a Ramchandra, el hombre que tiraba del ricksha? ¡Vivía como un rey! ¡Lo digo en serio! Aunque la ayuda externa, de los demás, es buena, él no la necesitaba..., no para vivir.

Necesitaba ayuda externa para estar cómodo, para estar sano..., no para vivir.

Él podría haberla necesitado para alcanzar una larga vida, si es que a eso se lo puede llamar vida. Seria tener una larga existencia, no vivir. Él vivía.

Yo estaba muerto.

Él sabía qué era la vida... Era feliz. Era como "las aves del cielo y los lirios del campo...". Era una encarnación del Sermón de la Montaña. Todo eso estaba allí, en el Sermón de la Montaña... Yo lo descubrí más tarde. Está todo allí. - Yo no lo había esto!..

Y él vivía como un rey.

¿Qué significa vivir como un rey?

¿Sabes lo que los necios piensan que eso significa? (y el mundo está lleno de ellos, créeme).¡Necios!

¿Sabes lo que ellos creen que eso significa? Significa trasladarse en coches de lujo, recibiendo las cortesías y el saludo de todos..., y toda esa clase de basura, toda esa clase de desperdicios, como ver aparecer sus nombres en los titulares. Creen que significa tener poder sobre la gente... Creen que eso significa vivir como un rey.

Voy a decirte lo que yo creo que significa: Ellos no viven como reyes; son esclavos. ¡Están aterrorizados! ¡Mira sus caras en la televisión, por Dios! Esos reyes y reinas, y esos presidentes..., y todos los demás. ¡Míralos en la televisión y te darás cuenta en seguida. ¡Tienen miedo!

¿Sabes por qué tienen miedo?

Porque quieren poder; porque quieren prestigio, quieren una reputación. No viven como reyes. Yo te diré qué significa "vivir como un rey": no saber en absoluto de ansiedades, de conflictos internos, vivir sin tensiones, sin presiones, sin desconcierto, sin congoja. ¿Qué queda entonces? Felicidad pura, sin diluir.

La felicidad está en uno mismo

La gente a veces se pregunta: "¿Qué hago para ser feliz?" Tú no haces algo para ser feliz, necio. Eso muestra cuán mala ha sido tu educación teológica, que crees que debes hacer algo para ser feliz. No debes hacer algo para ser feliz. No puedes adquirir la felicidad, ¿Sabes por qué? ¡Porque la tienes! ¡La tienes en este mismo momento! ¡La tienes! ¡Pero estás todo el tiempo obstruyéndola, en tu necedad! La obstruyes. Deja de obstruirla y la tendrás.

Si yo pudiera mostrarte cómo librarte de tus conflictos, tus ansiedades, tus tensiones, tus presiones, tu vacío, tu soledad, tu desesperación, tu depresión, tu congoja..., te liberarías de todo eso.

¿Qué te quedarla?

La felicidad pura, sin diluir. Eso es lo que tienes.

Los chinos lo dicen de una manera hermosa: "Cuando el ojo no está obstruido, el resultado es la visión; cuando el oído no esta obstruido, el resultado es la audición; cuando la boca no está obstruida, el resultado es el gusto."

Y yo agrego: "Cuando la mente no está obstruida, el resultado es la verdad; y cuando el corazón no está obstruido, el resultado es la dicha.., y el amor." Tú tienes todos estos sentidos y sentimientos, pero están obstruidos. Elimina la obstrucción.

Ahora me ocuparé del segundo planteo: tú no quieres salir del enredo. Quieres comodidad, quieres tus pequeñas pertenencias, las pequeñas cosas que la sociedad te ha enseñado que son esenciales para la felicidad y que son las cosas que crean el enredo. Son falsedades. Eso es lo que tú deseas, de modo que por eso no quieres salir del enredo.

Pero hay algo más: el enredo existe también porque tienes ideas equivocadas, no porque algo esté mal en ti. ¡Tú estás bien!.. Y yo estoy bien, tú estás bien..., ¡estamos todos bien! No nos pasa algo malo, pero han puesto ideas equivocadas en nuestras cabezas. Alguien lo hizo. No debemos perder demasiado tiempo tratando de apresar al culpable. De cualquier manera, el hecho es que tú tienes ideas equivocadas sobre la vida. Si alguien te diera un equipo estereofónico, te daría también el manual de instrucciones que lo acompaña. Pues bien, no nos entregaron un manual de instrucciones cuando nos dieron el don de la vida. O, mejor dicho: nos dieron luego un manual de instrucciones, pero ¡estaba completamente equivocado! Por eso, ustedes no escuchan la música de la Vida: reciben sonidos "ásperos". Reciben desconcierto, conflictos, soledad, vacío.

¡Eso también está dicho en la Biblia!

Pero muy pocas personas la leen realmente. Creen que lo hacen, pero no captan el quid, la esencia. Yo no comprendí el quid. Quizás yo sea un reverendo pelmazo, pero he descubierto que muchos me acompañan. Ellos tampoco comprendieron el quid, ¡no lo entendieron!

La fórmula de la felicidad

¿Cuál es el quid? Bueno, hay muchas maneras de presentar la fórmula; yo te daré la más sencilla que pude encontrar. Voy a utilizar las palabras del viejo Buda. ¿Por qué lo elegí a él? Porque su fórmula es la más sencilla de todas y él la enuncia con límpida claridad.

Aunque no estés de acuerdo con ella, no puedes dejar de comprenderla. Dice así: "El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el deseo; la supresión del sufrimiento es la eliminación del deseo. " ¡Oh, imagino tu cara!

Es hermoso lo que sucede: estás pensando... ¡Eso es magnifico!, ¡es magnifico!.. Y estás pensando equivocadamente... ¡Eso es horrendo! Sin embargo, ¿No es maravilloso? Porque bien sé cómo yo reaccionaba ante esto. Me decían:

-"El mundo está lleno de sufrimiento..."

-¡Magnifico, correcto, de acuerdo!

-"... La raíz del sufrimiento es el deseo..."

-¡Bueeeno...! ¿Correcto? ¿Qué conclusión sacarán otros?

-"... La supresión del sufrimiento es la eliminación del deseo. "

-¿Entonces voy a ser un vegetal? Quiero decir: ¿Cómo podremos vivir sin deseos?

Así pensaba yo. ¿Lo comprendes?

- Entiendo, entiendo...

El sufrimiento y el apego

Yo no creo que Buda fuera tan necio como para pensar que no deberíamos tener deseos. ¡Por Dios! Yo no estaría diciendo esto si no tuviera el deseo de hacerlo.

Tú no me escucharías si no tuvieras el deseo de saber lo que digo. Por lo tanto, te daré una mejor versión de la fórmula:

"El mundo está lleno de sufrimiento: la raíz del sufrimiento es el apego: la supresión del sufrimiento significa la eliminación, el abandono, de los apegos. "

Bien sabes que existen deseos de cuya satisfacción no depende mi felicidad.

Tienes cantidades de deseos de cuya satisfacción no depende tu felicidad.

Si así no fuera, estarías trepándote por las paredes, serias el rey de los neuróticos. Todos tenemos deseos; deseamos toda clase de cosas y nos sentimos felices de obtenerlas. Hay una clase de deseos que, si no los satisfacemos, no por eso nos entristecemos.

Pero hay otros deseos frente a los cuales nos decimos: ¡santo Dios, si no conseguimos esto, vamos a ser desdichados...!

A los deseos de este tipo Buda los llama "apegos".

¿De dónde crees que provienen todos los conflictos? De los apegos. ¿De dónde crees que proviene el sufrimiento? De los apegos. ¿De dónde crees que viene la soledad? De los apegos.

¿De dónde crees que proviene el vacío? Tú lo sabes: el origen es el mismo. ¿De dónde crees que provienen los temores? También de los apegos.

Sin apego no hay temor. ¿Lo pensaste alguna vez?

Sin apego no hay temor:

-¡Te quitaré la vida!

-¡Adelante, sin titubear!

Estar libre de todo apego a la vida significa estar feliz de vivir y estar feliz de abandonar la vida.

Estar libre de todo apego a la vida significa estar feliz de vivir y estar feliz de abandonar la vida. ¿Crees que es posible? ¿Sabes una cosa? Hay personas que lo han logrado, de modo que es posible. ¿Quieres lograrlo tú mismo?

-¡Uh!

Apego. Hay apego.

- Lo siento, señor, usted tiene SIDA; le quedan sólo seis meses de vida.

-¿Sólo seis meses?

Chico, es mucho tiempo de vida. ¡Es maravilloso!

¡Qué felicidad' Esta persona no tiene algún apego.

Entras en un restaurante. Piensas: "Vamos a comer sopa esta noche. " Y preguntas:

-¿Qué clase de sopa tienen? ¿Tienen sopa de tomates?

-¡No hay sopa de tomates!

-¡Por Dios! ¿Qué clase de restaurante es éste? Vamos, gente, vamos a otra parte.

¿Se dan cuenta?: "Si no hay sopa de tomates, no puedo cenar." ¡Apego! En cambio, distinto seria si preguntaras: -¿Qué clase de sopa tienen? ¿Sopa de tomates?

- Sopa de tomates no.

-¿Qué tienen?

- Bueno, tenemos... De maíz dulce..., tenemos... Eh,... Sopa de champiñones...; tenemos sopa de pollo,... Tenemos...

-¡Muy bien, me gustan todas! ¿Qué tal, por ejemplo, sopa de hongos?

Voy a hacerle una mala pasada al viejo Buda, ahora mismo, y a revelarte otro pequeño secreto. Si disfrutas del aroma de un millar de flores, no te sentirás demasiado mal por la falta de una. Nadie te dijo esto jamás en tu cultura, ¿No es verdad? A mí tampoco me lo dijeron. Si disfrutas del gusto de un millar de platos, no te sentirás mal por la falta de uno. ¿Recuerdas haber sido educado para gozar de un millar de platos, de modo que nada te perturbe, porque "si pierdes aquello, tienes esto..."?

¿Qué te parece?

-¡Oh, no, no, no! ¡Tienes que conseguir esto!

Para eso tu cultura y la mía nos han preparado.

Tenemos instrucciones equivocadas. Para nada les importa si tú y yo somos felices o no.

Quieren que tengamos éxito, quieren que produzcamos.

Eso es lo que quieren, aunque seamos desdichados, esclavos e infelices.

Así, por ejemplo, si has perdido un amigo y te ofrecen millones de amigos, dirás:

-¡No, lo quiero a ese tipo! Quiero un amigo personal, único e insustituible, para que, si me rechaza, yo sea desdichado por el resto de mi vida...

-¡Buena suerte!

¡Adiós!

A este cerdo no hay que enseñarle a cantar...

Es demasiado peligroso. Pero ésa es la forma en que nos educaron. Así fue durante miles de años:

"Debes tener deseos de cuya satisfacción dependa tu felicidad. "

Esto es lo adecuado para el llamado "progreso". Digo "llamado" porque para mi no es progreso, no es un verdadero progreso.

- Usted dice que no es un progreso, ¡cuando tenemos aviones Jumbo y naves espaciales...!

-¡Muy inteligente!

Te diré qué es el progreso: el corazón es progreso, el amor es progreso, la felicidad es progreso. ¿Tienes estas cosas?

- Lamentablemente, no las tengo.

Puedes quedarte con lo demás, ¿Para qué sirve? Dime, ¿Para qué sirve trasladarse en aviones, con un corazón lleno de sufrimiento y vacío?

¡Dime!

Preferiría vivir sobre la tierra, en una selva, y ser plenamente feliz, estar bailando todo el día;

¿Tú no?

Quizás tú no; no lo sé. ¿Te das cuenta?

Estás enfrentado, realmente, con la elección entre la vida y la muerte.

Y aquello que las personas llaman "vida' es frecuentemente "muerte".... Y no lo saben.

Y hay quienes me dicen que si tienen apegos pueden amar.. i El mayor enemigo del amor es el apego, el deseo, en el sentido de apego!

¿Sabes por qué?

Porque:

- Si te deseo..., si te deseo de esta manera, deseo poseerte.

No puedo dejarte libre, tengo que atraparte: tengo que manipularte para poder atraparte.

Voy a manipularme a mi mismo para poder engañarte y. Así, atraparte.

¿Sigues lo que estoy diciendo?

¿Está suficientemente claro?

¡Oh, si! Estás comprendiendo..., ¡correcto!, ¡maravilloso!

Por eso siento temor...

¿A esto le llaman "amor"?

Opino que quienes piensan así no tienen inteligencia.

¡No, por Dios!

No los voy a dejar libres: no me voy a dejar libre.

Estoy manipulándolos: estoy manipulándome a mi mismo..., y tratando por todos los medios de atraparlos y hay temor.

El amor y el apego

Por eso se dice aquel aforismo tan hermoso: "El amor perfecto ahuyenta el miedo. "

No hay miedo alguno en el amor perfecto.

¿Sabes por qué? Porque no hay deseo alguno.

Ahora, pregúntale a tu cultura - yo le he preguntado a la mía- si tiene algún sentido esta afirmación: "Donde hay amor no hay deseo alguno. " (Entiendo "deseo" en el sentido de "apego". ¿De acuerdo?) ¿Sabes lo que te vienen diciendo?: "Pero si el apego es amor. "

¡Cuánta necedad! Así esperas encontrar vida y sólo encuentras muerte y desdicha. Te dicen:

¿Cómo se podría amar si no se siente apego?

Más adelante me referiré explícitamente al amor. Es una cosa tan sencilla, tan sublime tan extraordinaria, y sin embargo pocas veces me encontré con alguien que supiera qué es el amor.

Créeme, lo digo en serio.

A lo largo de mi vida me encontré con toda clase de personas que profesaban todo tipo de creencias, religiosas o no, católicas o no; me encontré con laicos, sacerdotes, monjas y obispos, pero pocas veces con alguien que supiera qué es el amor.

Quienes no lo saben tienen instrucciones equivocadas para desenvolverse en la vida. Le pregunto a uno de ellos:

-¿Cómo podría el amor ser apego?

Y los demás discuten con él al respecto y, finalmente, por supuesto, luego de cinco minutos, me dicen:

- Usted tiene razón. ¿Quiere decir que él ha vivido cincuenta y cinco años, ha escrito libros de teología y no lo ha comprendido...?

Él responde: - No.

Y yo agrego:

- Bien, le daré algún consuelo: he vivido tanto como usted y tampoco lo había comprendido. ¿Le sirve esto de consuelo?

"Apego" significa:

- Tengo que atraparte; si no te atrapo no seré feliz... No puedo ser feliz sin ti.

Allí tienes la fórmula para el divorcio, para las peleas, para la ruptura de las amistades:

- No puedo ser feliz sin ti.

Te necesito para mi felicidad. ¡ Maldición! Haré todo para manipularte, para atraparte.

"Amor" significa:

- Soy Perfectamente feliz sin ti, mi amor; está todo bien. Y anhelo tu bien y te dejo libre. Y cuando te atrapo, estoy encantado; y cuando no, no estoy triste. ¿Qué te parece? Y no sólo eso:

- He aprendido a ser autosuficiente.

Estoy sobre mis propios pies, sin inclinarme sobre ti. Y. ¿Sabes?, si gano dinero, ¡es maravilloso! Y si no gano dinero, no estoy deprimido, soy feliz.

¿Sabes algo más? Cuando te marchas, yo no te extraño, no siento dolor.

Donde hay sufrimiento, no hay amor.

Te pregunto:

- Cuando sufres,

¿Por quién sufres?;

¿A quién has perdido?

¿Sientes compasión por ti mismo?

-¡Oh!, no lo diga; usted está diciendo la verdad. ¡No!

El fundamento de la fórmula es el siguiente: Si no estuvieras ocupado activamente en volverte desdichado, serías feliz. Nacimos felices.

Toda la vida está atravesada de felicidad. Existe el dolor; por supuesto que existe,

¿Quién te ha dicho que no puedes ser feliz con dolor?

Ven a conocer a un amigo mío que está muriendo de cáncer, pero es feliz, en medio del dolor.

Así, pues, nacimos con el don de la felicidad, pero lo perdimos.

Nacimos con el sentido de la vida, pero lo perdimos.

Debemos redescubrirlo.

¿Por qué lo perdimos?

Porque nos enseñaron a trabajar activamente para volvernos desdichados.

¿Cómo lo lograron?

Enseñándonos a apegarnos, enseñándonos a tener deseos tan intensos que nos rehusaríamos a ser felices a menos que fueran satisfechos.

Todo lo que tú debes hacer es sentarte durante dos minutos y limitarte a observar cuán falso es decir que no serias feliz sin A o B o X o Y o lo que sea.

Lo trágico es que no lo harás.

¿Sabes porqué? Porque, si te sentaras a observar, podrías ver la falsedad. (Sé que yo no me sentaría; me resistí a ello durante años.) Tú dirías:

-¿Qué si no atrapo a Mary Jane, o si no atrapo a John, no seré feliz? ¡Eh!, eso es falso.

Antes de encontrarme con él yo era feliz.

¿Sabes una cosa?

Una vez me enamoré de alguien y, entonces.... Bueno, la perdí y tenía el corazón destrozado.

Pero ¿Qué sucedió?

¡Ahora estoy bien!

Por lo tanto, ella no era mi felicidad, después de todo.

¿Recuerdas cuando, en tu infancia, perdías algo y pensabas: "nunca voy a ser feliz sin esto"?

¿Qué pasó?

Si lo encontraras ahora, no lo mirarías siquiera.

¿Por qué no aprendemos?

¡Oh, no, no! Tenemos que vivir en la ilusión. Uno se siente bien; uno se siente estimulado. ¿No es cierto?

A mí me estimula.

Queremos estímulos; no queremos la felicidad.

Queremos emociones.

Y cada vez que tenemos una emoción sufrimos una ansiedad, porque podríamos perderla o podríamos no conseguirla. Y entonces tendríamos una depresión.

La fórmula de la felicidad es tan sencilla que, como te lo anticipé, podría explicártela en dos minutos. Si la escucharías o no. Es otra cuestión; eso depende de tu propio corazón.

Entonces, aquí va:

El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el deseo- apego; la supresión del sufrimiento es el abandono del apego.

¿Cómo se lo abandona?

Basta con mirar para comprender que está basado en una creencia falsa, la creencia de que "sin esto no puedo ser feliz".

¡Eso es falso!

La libertad

En el momento en que comprendes que es falso, te vuelves libre.

¡Buena suerte!

Puede llevarte un minuto, puede llevarte veinticinco años, pero el día en que lo comprendas te volverás libre, libre como un pájaro.

Vendrás a dar retiros por televisión satelital, ¡hablarás con presidentes!, ¡te reunirás con papas!, y no estarás apabullado en lo más mínimo.

Serás libre, completamente libre.

Harás una "burrada" y no te importará. No te preocuparás por impresionar a los grandes personajes.

¿Comprendes lo que quiero decir? ¡Que no te preocuparás por impresionar a alguien...!

¿Sabes lo que eso significa? ¡Que no te importará un bledo lo que piensen y lo que digan de ti.

¿Sabes lo que eso significa? ¡Oh, chico, eso es la libertad! No te importa si te aprueban o no; está todo bien; eres feliz...

-¿No me aprueban? Bien, ¡mala suerte! ¡Peor para ellos! ¡Me voy! ¡Soy feliz!

Pero eso será porque habrás descubierto que tu felicidad no depende de esas cosas. Tienes que llegar a comprenderlo por ti mismo. Es inútil leer un libro; es inútil simplemente oír lo que digo.

Tienes que comprenderlo. Y, por supuesto, no lo comprenderás si tienes la fórmula equivocada.

¿Abandonar los apegos, significa apartarse del mundo material?

La respuesta es: ¡no! Uno usa el mundo material, uno goza el mundo material, pero no debe hacer depender su felicidad del mundo material.

¿Está esto suficientemente claro?

Uno comienza a gozar las cosas cuando está desapegado, porque el apego produce ansiedad.

Si estás ansioso cuando te aferras a algo, difícilmente podrás gozarlo.

Por lo tanto, lo que te propongo no es una renuncia al goce; es una renuncia a la posesividad, a la ansiedad, a la tensión, a la depresión frente a la pérdida de algo. Confío en que esto estará suficientemente claro.

Quizás la mejor forma de aclararlo seria mediante una historia. Cuentan que había un gran maestro zen, de quien se decía que había alcanzado la iluminación; y un día su discípulo le dijo:

- Maestro, ¿Qué ha obtenido con la iluminación?

Y él respondió:

- Bien, te diré esto: antes de ser iluminado solía estar deprimido... Después de haber sido iluminado seguí estando deprimido...

¡Es desconcertante! ¿No?

La depresión no ha variado; ha variado la actitud del maestro hacia ella. Por extraño que parezca.

Él no afirma: - No seré feliz hasta que esta depresión se vaya.

¿Sabes?, tú también podrías estar sereno y calmo y ser feliz mientras persiste la depresión, sin combatirla, sin ser perturbado por ella, sin estar enfadado a causa de ella, sin tratar de...

¡Nada!

Estarás sereno.

Ésa es la diferencia.

Entonces podrás atravesar por pesares físicos, e incluso por sufrimientos emocionales, y no ser perturbado por ellos.

Si la felicidad no es apego, ¿Cómo la definiríamos en términos positivos?

La felicidad no puede definirse; por lo menos yo no he encontrado una definición.

En realidad, tú no tendrás alguna idea acerca de qué es la felicidad mientras no abandones el apego. De modo que la felicidad sólo podría definirse como el abandono de la ilusión, el abandono del apego.

Cuando se abandona la desdicha causada por el apego, se alcanza la felicidad.

Por supuesto que, para "definirla", se podrían usar expresiones como "paz y serenidad", "estar por encima de todo", "disfrutar cada momento tal como se presenta", "vivir en el presente"... Son palabras; son meras palabras.

No sabes qué es la visión hasta que el ojo deja de estar obstruido. No sabes qué es la felicidad hasta que abandonas los deseos-apego

Entonces lo sabes, y las palabras va no importan más.

Si Cristo es un modelo de desapego y felicidad, ¿Cómo se puede entender su sentimiento de soledad en el huerto, de enojo en el Templo y de soledad en la cruz?

Estos estados por los que pasó Cristo, ¿Son compatibles con la felicidad? La respuesta es: ¡si!

Es posible que, debido a la programación, la cultura o, simplemente, la psiquis y el cuerpo que uno tiene, como ser humano, pueda atravesar por toda clase de sufrimientos y, sin embargo, de alguna manera, estar por encima de todo.

Antes de la iluminación, yo solía sentirme solo; después de la iluminación, me siento todavía solo, pero la soledad va no es más lo que solía ser.

¿Es posible que la soledad y el vacío desaparezcan completamente?

Así lo creo.

Los cristianos enseñamos continuamente que Jesús era un hombre.

Era un ser humano como cualquier otro, y, como todos los seres humanos, estaba sujeto a todos estos sentimientos,

¿Uno los supera finalmente, poco a poco? Alguno de nosotros, si; otros no. Jesús pudo superarlos... Aunque quizás no los superó.

Sabemos muy poco acerca de eso, pero está claro lo siguiente: uno puede tener un estado de serenidad, de felicidad, aun cuando pasan algunas nubes...

Te daré un ejemplo para mostrarte de qué estoy hablando.

En la vida existen las nubes y existe el cielo.

Muchos maestros orientales dirán que antes de este estado al que ellos llaman iluminación" - antes de lo que yo te estoy invitando a comprender y a alcanzar -, se identificaban con las nubes y estaban presos de ese sentimiento. Después de la iluminación, ellos se identifican con el cielo.

-¡Oh, allí viene una nube, una nube negra! Viene y se va.

Más adelante, te mostraré cómo se hace esto. Una vez más, es tan sencillo que parece increíble. Y, después de un momento, dirás:

-¡Eh! Pasaron seis meses desde que vino una nube negra. Pero no voy a hacer depender mi felicidad de si las nubes vienen o no.

¿Comprendes lo que digo? Muy bien, magnifico. Pero lo que sucederá ahora es que estarás en tensión por no estar deprimido.

¡Oh, Dios! Hay, entonces, otra causa para estar en tensión. Te apegarás a ese estado imaginario que llamas felicidad. De modo que lo que tienes que hacer es prestar atención a esos apegos, entenderlos, comprender que están basados en una creencia falsa, y entonces ellos caerán.

Entonces sabrás de qué estoy hablando.

¿No hay una contradicción en la afirmación de que se puede ser feliz y a la vez estar deprimido, siendo que la depresión es la ausencia de placer y felicidad?

La respuesta es: ¡si y no!

Si para ti la felicidad significa emociones, diversión, placer..., entonces si, hay contradicción...

Pero emociones, diversión, placer, no son felicidad.

¿Qué son? Son emociones, son diversión, son placer; no son felicidad. La felicidad es un estado de desapego.

Durante muchos años yo ni siquiera creía que pudiera existir tal cosa. Para mí, ser feliz significaba tener diversión; ser feliz significaba ganar, conseguir lo que queda.

Esto es lo que la gente generalmente entiende por felicidad. Para la mayoría de las culturas la felicidad significa: "Consigues lo que quieres, por eso eres feliz."

¿Comprendes cómo es esto?

-¡Si! ¡Tengo lo que quiero; soy feliz!

Pero eso no es felicidad. Eso es una emoción; eso es conseguir lo que se quiere. La depresión es frecuentemente - no siempre- el resultado de no lograr lo que se quiere, es lo opuesto a la emoción.

Si uno busca emociones, se deprime; es el otro extremo del péndulo. Las emociones son una causa de la depresión. Por supuesto, ésta también tiene causas físicas.

De modo que no me refiero a esa felicidad que significa emociones, diversión, placer.

Me refiero a la felicidad que significa estar por encima de todo eso, estar sereno, no estar apegado a los vaivenes de la existencia.

Agregaré otra cosa: cuanto más se combate la depresión, peor se vuelve. No resistas al mal; cuando te golpeen una mejilla, vuélvete y ofrece la otra; cuando espantas a un demonio, vienen otros siete.

Debes enfrentarte con estas cosas sin combatirlas, porque cuanto más las combates, más las fortaleces.

¿Es posible lanzarse a la lucha de todos los días - religiosa, social o política -, pelear bien y estar en paz?

Hay un hermoso párrafo en el Bhágawad Gita, el texto sagrado hindú, en el cual el Señor Krishna se dirige a Arjuna, el personaje principal del libro. La escena es en un campo de batalla, y el joven príncipe pregunta:

-¿Por qué tengo que ir a la batalla?

Y el Señor le responde, de una manera muy hermosa, diciendo:

- Arrójate al corazón de la batalla, sumérgete en el estrépito de la batalla y mantén tu corazón en paz junto a los pies etéreos del Señor.

Ésa es la fórmula.

¿Es posible lanzarse al estrépito de la batalla, pelear bien y estar en paz? Todos los grandes místicos lo han logrado. Si no estás en paz -icréeme!-, harás mucho más daño que bien.

¿Sabes por qué?

Porque no será la batalla del Señor la que estarás librando; será la batalla del ego y no lo sabrás. Las causas pueden ser justas, pero cuando está involucrado el ego, ¡oh, Dios!..

De modo que podrías lanzarte directamente a la batalla - acerca de esto me extenderé más adelante- con el corazón en paz, y entonces nada destruirá tu felicidad. Seria terrible si pelearas bien y el resultado fuera la pérdida de la felicidad. No debes hacer eso.

¿Se puede ser también feliz disfrutando de las cosas con la única finalidad de dar sin buscar la aprobación de los demás?

No digo que no nos deban interesar los demás; nos deben interesar mucho Debemos ser muy sensibles con respecto a ellos, pero no ser controlados por su aprobación o desaprobación. Así, pues, debemos darles lo que creemos que es bueno para ellos, sin dejarnos controlar.

¿Sigues lo que digo?

En otras palabras, no voy a desistir de lo que creo que está bien sólo porque los demás me desaprueban; y no voy a hacer lo que creo que está mal porque pienso que me aprueban. De modo que no me dejo controlar por ellos. Sólo en este caso hay verdadero amor.

¿Por qué las religiones, sobre todo las religiones organizadas, han perdido su cualidad mística?

Bueno, yo no diría que la religión ha perdido su cualidad mística.

Pero sí que está siempre en peligro de perderla.

¿Quieres ver política? La encuentras en la religión.

¿Quieres ver sucias luchas internas? Las encuentras en la religión.

¿Quieres ver la crucifixión del Mesías?

¿Dónde crees que la puedes encontrar? En la religión.

Es una triste ironía - y está allí mismo, en el Nuevo Testamento- que las personas religiosas hayan sido las encargadas de crucificar al Mesías. Ni los romanos, ni los colonialistas, ni las multinacionales. Ni los imperialistas, ni los chupasangres, ni los prestamistas, sino las personas religiosas.

Es cierto que la religión está siempre en peligro de caer en esto, pero también preserva el elemento, místico. Creo que seriamos demasiado parciales si lo negáramos.

¡Válgame Dios! ¿Habría yo comprendido lo que he comprendido en estos años, en estos pocos últimos años si no hubiera sido jesuita?

Y, sí - todos lo sabemos -, la Compañía tiene muchas desventajas, tremendas desventajas, puedo apreciarlo; tiene sus limitaciones. A veces pienso que es algo así como la madre, que tiene aspectos buenos y aspectos malos, pero es la madre. La amamos con todos sus defectos y a veces no prestamos demasiada atención a lo que dice. Ella pertenece a otra época, es cierto, y a veces tomamos algo de su gran sabiduría y aprendemos a valorar lo bueno y lo malo que tiene y la amamos tal cual es.

Del mismo modo la religión, pese a todas sus desventajas, con sus tremendos defectos, también conserva (¡gracias a Dios!) algo de su belleza y algo de su originaria bondad. Nosotros los religiosos, debemos estar siempre alertas, para que esos defectos no se interpongan en el camino de la verdad y de lo místico.

¿Carecer de apegos significa abandonar los esfuerzos creativos humanos, dejar de luchar e incluso de soñar?

¡De ninguna manera! Además, se tiene mucha más energía cuando no se tienen apegos; se tiene toda la energía disponible para uno. El gran sabio chino Chuang Tzu lo expresa, de una manera maravillosa, más o menos así:

- Cuando el arquero dispara sin buscar provecho, posee toda su destreza; cuando dispara por una hebilla de bronce, va está nervioso; cuando dispara por un premio de oro, se enceguece, se enloquece, ve dos blancos. Su destreza no ha variado, pero el premio lo divide. Le importa; piensa más en ganar que en disparar. Y la necesidad de ganar lo vacía de poder.

¿No es sublime? "... La necesidad de ganar lo vacía de poder"...

Si no necesitara ganar, tendría mucha más energía. Por eso nadie se incorpora a la empresa humana de los sueños, visiones y objetivos humanos de manera tan maravillosa y creativa como la persona que está desapegada. Infortunadamente, hemos llegado a asociar desapego con falta de interés y afecto, con no disfrutar, con el ascetismo. Yo no sostengo eso, en absoluto.

¿Cómo se deben enfrentar tanto el dolor como el sufrimiento?

La respuesta es dura, pero muy clara y sencilla:

- Yo no sufriría si no estuviera apegado; no sufriría si no fuera por mi pérdida; no sufriría si, de alguna manera, no fueras mi felicidad. Pero cuando te disfruto, enteramente, te amo en el sentido de que soy sensible, siento interés y afecto por ti, busco tu bien y te dejo libre. Y tú no eres mi felicidad; no te he dado el poder de decidir si seré feliz o no. De modo que no sufro por tu ausencia, por tu desprecio, por tu rechazo o por tu muerte.

Esto es difícil de aceptar y te puede llevar muchos meses digerirlo; pero hasta que lo logres,... Bueno,... El dolor es maravilloso: lo canalizas gradualmente hacia afuera de tu "sistema" y regresas a la vida.

¿Cómo resulta posible diferenciar entre compromiso y apego, entre compromiso y desapego?

Hay que tener en cuenta dos cosas. Primero, que el mundo es un enredo; y segundo, que yo también soy un enredo. No hay que esconderse detrás de una comisión de paz. Eso nada soluciona. Si te reúnes con una jauría de lobos en una comisión de paz, no alcanzarás la paz. Si te unes a mil lobos para organizar justicia, no obtendrás justicia. No debes tratar con los lobos. De modo que es conveniente que te comprometas tú mismo, con una causa.

Eso es bueno. Comprométete con todo tu corazón en la batalla estremecedora. Pero, si has alcanzado el desapego, estarás por encima de eso. Como alguien dijo una vez, de manera tan bella:

"Para alcanzar la paz del corazón, renuncia como gerente general del universo."

Como yo no soy el gerente general, hago lo que puedo, me zambullo, y el resultado queda en las manos de Dios, de la vida, del destino.

- Correcto.

-¿..O estás por perder lo que quieres?

- Correcto.

-¿Lo que significa que rehúsas ser feliz a menos que consigas lo que quieres?

-¡Si! ¡Eh, espere un minuto! ¿Quiere usted decir que si no consigo esto no seré feliz?

¿Quiere decir que esto es mi felicidad, que una persona, un ser humano, no puede ser feliz sin esto?

-¡Oh, no! Tú puedes, ella puede, hay seres humanos felices sin esto.

El cuidarse de los apegos para poder desapegarse, ¿No dará lugar a ansiedades, a preocuparse constantemente por evitar aquello a lo que se está apegado, creando así un nuevo apego?

Yo no diría que hay que tener cuidado con los apegos; yo diría que hay que observados, contemplarlos, entenderlos, estudiarlos.

¿De qué manera se detecta un apego? En el momento en que aparece una inquietud, se sabe que hay un apego oculto debajo de ella. Ahora bien, tú dirás:

Comprenderlo te podría insumir desde dos segundos, o un par de horas, hasta cinco o seis días. Bueno, no pensarías en esto repetidamente. Pero la mente lo elaboraría.

Te diré una cosa: En el momento en que te atrevas a exponerte

- aunque sea durante dos segundos - a la verdad, estarás "perdido".

Porque si la vislumbras aunque sea una vez, algo en ti te volverá a llevar hacia ella.

Por eso quizás haya algo en el interior de nosotros que teme mirar. Si la ves - aunque quizás te lleve un tiempo- serás conducido a ella nuevamente y, cada vez en mayor medida, te volverás más libre y feliz.

- Inquietud, ¿Eh?

- Mm.

-¿Porque no logras lo que quieres?

- Mm, mm.

-¿... O logras lo que no quieres?

¿Cómo se concilian el hecho de ser conscientes de nuestro estado de apego y el impulso hacia lo que la sociedad dice que hay que hacer para tener éxito?

Hay como un forcejeo: por un lado, felicidad, paz, serenidad, dominio de sí mismo, estar por encima; por el otro, el impulso, que la sociedad ha puesto dentro de nosotros, de tener éxito. ¿Cómo se resuelve este conflicto?

Simplemente, hay que volver a definir el éxito. Esto no es fácil, si estás atrapado por el "qué pensarán" o el "qué dirán", por una especie de dependencia total de tu autovaloración frente a los demás. Si piensas que valgo la pena, entonces valgo la pena; si me adjudicas un éxito, soy exitoso; si no, no lo soy. ¡Quién nos concederá la gracia de escapar de esto!

Cuando me encuentro con un hombre o una mujer que han escapado de esto, los saludo reverencialmente. No así a los demás, a los grandes comandantes y los presidentes, que son seres humanos muy inferiores, ni siquiera un poco mejores que el promedio, lujuriosos, codiciosos, temerosos, ansiosos, mezquinos, controlados como títeres por lo que la gente piensa y lo que la gente dice, y tan apresados, tan esclavizados por el deseo de poder y de vértigo.

¿Quieres que yo respete esto?

Pero cuando conozco a una persona como Ramchandra... Mi Dios Él si que cuenta con mi admiración, como también aquella víctima del SIDA, en Saint Louis, a la que no tuve el privilegio de conocer.

Admiramos algo equivocado: las cosas. Y esto sucede en la mayoría de nuestras instituciones religiosas, en las que se exhorta a triunfar y se considera un gran honor que un ex alumno se haya convertido en un charlatán. ¿Es esto lo que valoramos? De modo que, o bien valoramos a la persona que ha escapado de las garras de la sociedad, o bien valoramos la riqueza, como la de dar un millón de dólares para conseguir la primera fila del espectáculo.

-¿Mencionó usted, padre, las instituciones cristianas...?

Así es. Como alguien lo ha señalado, estamos mucho más en peligro: nos lavan el cerebro, somos constantemente bombardeados por este punto de vista, somos adoctrinados. ¿Es posible escapar a eso?

A manera de ilustración de lo que dije en la primera parte, quisiera contar ahora algunas historias. La primera, hermosa y muy motivadora, se refiere a un monje japonés, el maestro Bokushu.

Cada mañana, al despertarse, Bokushu soltaba una gran carcajada estentórea que duraba dos o tres minutos v resonaba a través de las doscientas cincuenta celdas del monasterio. Todos podían escucharlo. Todos se despertaban con esa carcajada, como con un reloj despertador. Y la última cosa que Bokushu hacia por la noche era; girar vez, soltar esa gran carcajada estentórea; después se acomodaba sobre su estera y se dormía. Y los discípulos estaban muy curiosos por saber qué hacia reír al maestro, y trataban de que les contara; pero él no lo hacia. Y murió sin darles la explicación que pedían. Éste es el final de la historia.

Posteriormente, todo tipo de personas han estado tratando de imaginarse qué lo hacia reír. Yo mismo tengo un par de suposiciones. Y espero que también tú busques una respuesta a esa curiosidad. La búsqueda te motivará a dirigirte en la dirección correcta a través de la meditación.

El poeta místico indio Kabir tiene poemas extraordinarios. Uno de ellos comienza con el verso:

" Reí cuando me contaron que el pez en el agua tiene sed." ¿Qué me dices de eso? Preguntarás, sin duda:

-¿Estamos en el agua?

- Ajá.

-¿Somos peces?

- Ajá.

-¿Tenemos sed?

- Oh, ¡vamos!

-Pero la tenemos, ¿No es cierto?

Hay un texto que leí el verano pasado, en algún lugar de los Estados Unidos, acerca de un cazador norteamericano en África. Contaba que había vivido allí con nativos que no temían al peligro: -¡Era extraordinario! Ellos nos miraban a nosotros, hombres blancos, con una extraña clase de curiosidad cuando veían temor en nuestros ojos. Eso era incomprensible para ellos. Era tan incomprensible como mirar a los ojos de los peces que temían ahogarse.

Eso está muy bien, también. ¿Puedes imaginar un pez que tenga miedo de ahogarse?

Una y otra vez, los maestros místicos del mundo se han preguntado por qué el ser humano es desdichado, por qué tiene miedo, y cosas por el estilo. Por supuesto, mientras no se ha comprendido la verdad, tiene sentido ser desdichado o sentirse atemorizado. Cuando hablo de temor no me refiero a una respuesta inmediata ante un peligro inminente; no me refiero a eso, que es propio de los animales. Me refiero al temor a lo que vendrá, a lo que sucederá: me refiero a esto. Y "esto", nos dicen los místicos; no existe; en sus mentes, simplemente no existe... ¡En ese estado vale la pena estar!, ¡es extraordinario!

Hay otra estimulante historia acerca del tema. Un mercader de camellos, un árabe que atravesaba el desierto del Sahara, acampó para pasar la noche. Los esclavos levantaron tiendas y clavaron estacas en el suelo para atar a ellas los camellos - Hay sólo diecinueve estacas y tenemos veinte camellos; ¿Cómo atamos el vigésimo camello? - le preguntó un esclavo al amo.

- Estos camellos son animales tontos. Hagan los movimientos como para atar al camello y permanecerá quieto toda la noche.

Eso hicieron, y el animal se quedó quieto allí, convencido de que estaba atado. A la mañana siguiente, al levantar campamento y prepararse para continuar el viaje, el mismo esclavo se quejó al amo de que todos los camellos lo seguían, excepto aquél, que se rehusaba a moverse.

- Se olvidaron de desatarlo - dijo el amo. Y el esclavo realizó entonces los movimientos como si lo desatara...

Ésa es una imagen de la condición humana. Estamos atados a cosas que no existen; tenemos miedo de cosas que no son... Son ilusiones, falsedades, creencias; no realidades. ¡Qué agonías pasamos por cosas de las cuales - estamos convencidos- parece depender nuestra felicidad! Pero no debería ser así, porque nuestra felicidad no depende de algo. Y no queremos verlo. Supongo que los místicos lo entienden, porque ellos mismos han pasado por esto. Están sorprendidos de que el ser humano se engañe, de que las personas se engañen de esta manera a sí mismas.

Ahora te mostraré el punto de partida. No necesitarás que alguien más te señale el camino. Si perseveras en cumplir lo que te indicaré, si tan sólo le echas una mirada al

lugar de partida y persistes en el intento. Encontrarás el camino y, tarde o temprano. Descubrirás qué significa eso de "estar atado a cosas que no existen".

Se cuenta que un discípulo acudió cierta vez al maestro, y éste le preguntó:

-¿Para qué viniste aquí?

- Mouksha - respondió el discípulo (Mouksha es la palabra sánscrita que significa "libertad")

- Vengo para obtener la libertad.

- Oh, ¿La libertad? - Inquirió el maestro.

- Ajá

-¡Ve y averigua quién te ha atado!

El discípulo se fue y meditó durante una semana. Luego regresó y dijo:

- Nadie me ha atado

-¿Y para qué quieres entonces la libertad?

En ese instante los ojos del discípulo se abrieron y logró la libertad, logró la liberación.

Si ya eres libre, ¿Por qué buscabas libertad? Tú no lo entiendes porque te has atado con todo tipo de cadenas imaginarias. Me ocuparé de esto en lo que sigue, pero paso a paso.

John Lennon, uno de los Beatles, dijo una frase maravillosa:

"La vida es algo que nos pasa mientras estamos ocupados en otra cosa" ¡Oh, qué hermosa frase! En realidad la vida es algo que nos pasa mientras estamos sumamente ocupados en otra cosa. O, peor aún, la vida es algo que nos pasa mientras estamos ocupados sufriendo toda clase de otras cosas.

Tengo una imagen perfecta para aclarar esto. Piensa que estás en una sala de conciertos, cómoda y agradablemente ubicado en tu butaca, en la oscuridad de la sala, escuchando una sinfonía y disfrutándola. De repente recuerdas que te has olvidado de cerrar tu automóvil. ¡Oh, Dios! ¿Qué haces ahora? No puedes salir, pues molestarías a los demás; ya no puedes disfrutar de la música y estás atrapado en la disyuntiva. Ésta es la imagen de la vida para la mayoría de las personas: ansiedad constante.

-¿Qué hago ahora? ¿Qué va a pasar a continuación? ¿Cómo me voy a arreglar con esto? ¿Cómo me enfrento con aquello?

Seguramente querrás saber si hay otra condición posible. ¡La hay! Si eres religioso podrás alcanzarla. ¿Pero para qué te sirve la religión si no la sabes usar? Sigues los dogmas, las creencias y el ritual correctos; sigues todo de manera correcta Pero llevas una vida completamente equivocada. ¿Para qué te sirve? Tienes el menú, pero no tienes el alimento para comer. ¿Para qué te sirve? Todo eso de ¡"Señor, Señor"! está bien, pero con eso no basta para que haya vida. "¿Por qué me llamáis señor, señor! y no hacéis lo que digo?"(Lc 6,46). ¿Para qué te sirve si no la sabes usar?

Bueno, ¡Aquí va!: te diré cómo usarla.

Comenzaré con eso de estar perturbado ¿Recuerdas que me referí a ello? Tú estás perturbado debido a tus apegos. ¿Qué te perturba? Alguien murió, te traicionó, te rechazó; has perdido algo, tus planes se han desvirtuado, algo ha perdido el rumbo, o lo que sea.

¿Puedes pensar, ahora mismo, en algo que te haya perturbado en el pasado reciente? Adelante, hazlo. Piensa en algo que te haya perturbado en el pasado reciente o que te esté perturbando en este momento Luego, prepara tu alma para un shock.

¡Aquí viene! Te diré la verdad desnuda: lanzaré una bomba directamente sobre ti.

Escucha esto: Nada en la realidad, nada en la vida, nada en el mundo te perturba; nada tiene el poder de perturbarte. ¿Alguien te lo ha dicho? Toda perturbación existe en ti, no en la realidad. Podría subrayar la palabra "toda". ¡Toda perturbación está en ti! No en la vida, ni en la realidad, ni en el mundo: está en ti..

El sólo hecho de comprender esto, ha cambiado totalmente la vida de quienes lo lograron El sólo hecho de comprenderlo, y nada más. La realidad no es perturbadora, la realidad no es problemática; si no existiera la mente humana, no habría problemas.

Todos ellos existen sólo en la mente humana. Todos son creados por la mente.

Nada en la realidad, nada en la vida, nada en el mundo te perturba; nada tiene el poder de perturbarte.

Alguien me dijo en Denver, el verano pasado: -¿No habrá quizás algunos problemas que existan en la realidad y no en mi?

Le respondí:

- Si te sacamos de allí, ¿Dónde está el problema?

- No hay algún problema

... Sólo existen en la mente humana

Ahora bien, para mí ésta es una verdad tan simple que un niño de siete años podría entenderla. Pero me he encontrado con personas que son doctores en toda clase de ciencias pero que nunca lo comprendieron Dan por sentado que los problemas existen en la realidad. Por "problema" entiendo "algo que perturba a alguien".

Ellas creen que los problemas existen en el mundo, en otras personas, en la vida. ¡No, no, no! Existen en ellas Es tan simple como esto: nada tiene el poder de perturbarlas. Lo explicaré concretamente.

Alguien faltó a la palabra que te dio. Estás perturbado.

-¿Qué crees que te perturba? ¿La promesa incumplida?

- Hmm, Hmm

- Podría presentarte a otro individuo. También enfrentado con un problema, con una promesa incumplida, pero que no está perturbado ¿Cómo es que tú te perturbas?

Sucede que tú has elegido pensar: has sido adiestrado para pensar que la promesa incumplida es lo que te perturba ¡No es la promesa incumplida!, es tu programación, tu adiestramiento. Has sido adiestrado para perturbarte cada vez que te enfrentas con una promesa incumplida.

Has organizado un pic-nic para el domingo, y el pic-nic se suspende por lluvia. ¿Dónde crees que está el origen de la perturbación?, ¿En la lluvia o en ti, en la lluvia o en tu reacción frente a la lluvia? Lo repetiré: el sentimiento de perturbación no está causado por la lluvia, sino por tu reacción frente a la lluvia. Otro reaccionará en forma diferente, sin perturbarse.

Estoy desarrollando ahora lo que afirmé en la primera parte. Si tú no hubieras hecho depender tu felicidad de que no llueva, no reaccionarias de esta manera, ¿No es así? Pero has sido adiestrado..., tú y yo hemos sido adiestrados para hacer depender nuestra felicidad de ciertas cosas, y entonces, cuando esas cosas no se producen - por obra de nuestro adiestramiento, de nuestra programación, de esa falsa creencia en que "si esto no sucede, no seré feliz"-, sucede que nos perturbamos.

Te daré algunos ejemplos muy interesantes de esto, tomados de otras culturas.

El verano pasado, un amigo mío, en Nueva York, me contó algo muy interesante:

- En una tribu de África el método para aplicar la pena de muerte es el siguiente: como los nativos no tienen la silla eléctrica ni usan la horca, aplican la muerte por destierro. Si perteneces a la tribu y has cometido el delito más grave, eres desterrado.

Y este amigo me contó que, una vez leída la sentencia de destierro, en el lapso de una semana, aproximadamente. La persona muere. ¿Morirías tú, si te aplicaran una sentencia de destierro, al serte leída? Yo no, y creo que tú tampoco. ¿Lo harías? ¿Qué crees? Podríamos sufrir, es cierto, si nos desterraran, pero no moriríamos, ¡Por Dios! En cambio, ellos mueren.

Un jesuita amigo mío, de México, me contó acerca de la creencia que existe, entre los nativos de una zona de ese país, en que, si tocan cierto tipo de piedra, mueren. Y están muy convencidos de esto. Así fue como un niño, que aparentemente estaba corriendo, tocó con su pie ese tipo de piedra maldita. Acudió al cura y le dijo que iba a morir.

- Todo eso es superstición. No creo en estas cosas - dijo el cura.

Aquella noche, la madre del niño fue a ver al sacerdote y le rogó:

- Padre, ¿Podría venir, por favor, a darle los últimos sacramentos al niño?

Y el cura dijo:

- Mire, lo de la piedra es una superstición. No estimulen esa creencia en el niño, o esto va a acabar en una especie de profecía autocumplida; todo eso es tontería.

El cura no fue. A la mañana siguiente, el niño había muerto, literalmente. Estaba

convencido de que eso sucedería, de modo que murió.

Se suele oír acerca de estudiantes que en ciertas culturas, comunidades o países, toman sus exámenes tan seriamente que, si fracasan, se suicidan.

Conozco personas que fracasan y no les importa en absoluto. Otras, en cambio se suicidan. ¿Por qué está diferencia en la reacción? Saquemos las conclusiones. ¿Quién lo mató? ¿Quién la mató? ¿Los exámenes, el fracaso? ¿Qué crees? Obtengamos alguna respuesta. ¿Qué dirías tú?

- Fue la persona misma; fue su reacción.

¿Está bien? Eso se podría decir del individuo de esa tribu africana que fue desterrado... Suponte que yo le dijera al juez que el destierro lo mató... ¡Pero no fue el destierro el que lo mató! Fueron sus creencias, su cultura, su adoctrinamiento, su programación las que lo mataron. Al niño que tocó la piedra con el pie, ¿Fue ésta la que lo mató? ¡Oh, no, no! Fue su creencia, fue su programación. ¿Entendiste esto? Ahora lo aplicaré a la vida diaria, y el resultado será devastador, explosivo.

Presta atención: "Algo te ha perturbado"

¿Has oído esa expresión: "Algo te ha perturbado"? Así se dice en inglés, ¡así se dice en todos los idiomas! "Algo me perturba. " ¡Nada te perturba! La manera precisa de hablar sería: "Me perturbo a mí mismo cuando algo sucede. " Pero ¿Quién habla así?

-¡Entonces tú me perturbas!

- No, no, no. Mi comportamiento hizo que te perturbaras a ti mismo.

Oh, ¡odiamos decir eso!, ¿Verdad? Nos gusta decir que el mundo es responsable, que la gente, la vida o Dios son responsables.

-¡Tú lo has hecho!, no la programación.

¿Tienes alguna idea de lo que significaría que realmente comprendieras esto? Estarías por encima de todo, habrías alcanzado el súmmum de la "espiritualidad'". Esta palabra significa no estar más a merced de suceso, persona o cosa alguna. Pero, ¡atención!, no dije que no haya que amar a las personas; dije que no hay que estar más a su merced. Si comprendieras que tú eres el autor y el responsable de tu propia perturbación, no estarías ya a merced de suceso, persona o cosa alguna. En otras palabras, suceda lo que suceda, ya no te perturbarías.

Quizás hayas pasado años estudiando espiritualidad, escribiendo, leyendo y tomando cursos sobre ella... Pero ¿Estás perturbado todavía? ¿Aún te perturbas en algunas ocasiones? Sí, lo haces.

¿Para qué te sirven, pues, todos tus estudios? La vida pasa a tu lado mientras estás sentado en esa sala de conciertos, incapaz de disfrutar de la música, incapaz de cerrar el automóvil, atrapado en la disyuntiva. Bien, veamos si podemos aclarar esto presentando ejemplos concretos.

Si alguien muere y estoy perturbado, ¿Qué me perturba? ¿La muerte de esta persona? No. Si estoy perturbado por eso es porque he sido programado para estar perturbado cuando alguien muere. Tómate tu tiempo para pensar eso, que va en contra de todo lo que tu cultura y la mía nos han enseñado. Nos han enseñado a perturbarnos cuando perdemos a alguien. Hemos sido adiestrados para perturbarnos cuando alguien nos rechaza, nos desaprueba, nos abandona, se nos muere. Hemos sido adiestrados para depender emocionalmente de los demás, para no ser capaces de vivir emocionalmente sin ellos. Así, pues, estoy perturbado, naturalmente -, porque alguien a quien yo estaba apegado ha muerto.

¿Es la muerte la que me perturba? ¡No! He sido adiestrado para perturbarme cuando esto suceda. Esto - suena casi blasfemo.

¡Es terrible! Medítalo. Consideremos otro ejemplo.

Hemos sido adiestrados para depender emocionalmente de los demás, para no ser capaces de vivir emocionalmente sin ellos.

Si veo en la calle a alguien que no tiene para comer, parece ineludible perturbarme. Analizaré esto lentamente. Veo a alguien en la calle que no tiene para comer...

¿Es eso un mal?

¿Qué crees?

¿Sí o no?

¡Sí, evidentemente!

¿Debería yo hacer algo al respecto, en la medida de mis posibilidades? ¿Sí o no?

Sí. Ahora bien,

¿Necesito perturbarme para lanzarme a la acción y hacer algo al respecto?

Existe el supuesto de que, si no te perturbas, si no te adiestran para que te perturbes, no harás algo. Pero mira: hay alguien que no tiene para comer y eso es una calamidad. Ahora tú estás perturbado; tenemos dos calamidades.

¿Podríamos enfrentar estas calamidades sin agregar otra?

Muchas personas no pueden siquiera concebir la idea de lanzarse a la acción sin antes perturbarse.

Por ejemplo, si estás de pie en una cola y alguien se coloca delante de ti, sin respetar el orden de llegada.

-¿Quieres tomar medidas?

- Claro que sí.

-¿Quieres decir que la acción de ese individuo es incorrecta?

- Tiene usted razón.

-¿Quieres hacer algo al respecto?

- Así es.

-¿Quieres echarlo?

- Claro que si.

Pero ¿Sabes lo que, en última instancia, vas a hacer? En realidad piensas: "Como esa persona se comportó mal, voy a castigarme. " Porque perturbarme es una manera de castigarme. ¡Mira qué lógico es esto!, ¿No es así? Ahora bien, ¿Por que te perturbas? Si le preguntas eso a la gente, te responde:

- Porque no perturbarse no es humano.

¿No es humano? Y, ¿Qué haces tú?

Piensas que esa persona se comportó mal, y seguidamente aumentará tu presión sanguínea, perderás la tranquilidad, dejarás de dormir esta noche.

¿Es eso más humano?

Además,

¿Por qué habrías de castigarte?

¡Eres inocente!

¿Crees tú qué la gente entendería esto?

Quiero decir la gente culta, la llamada gente "razonable", cuya cultura está edificada sobre este planteo

-¿Cómo sería posible que usted no se perturbara?..

¿Quiere decir que no está perturbado?,

-NO.

- Pero usted está planeando hacer algo.

- Evidentemente; es bien cierto.

-¿Pero usted no está perturbado?

- No. ¿Por qué debería perturbarme? ¿Por qué debería castigarme a causa de que ese individuo se comportó mal?

Así debería ser: "Sumérgete en el estrépito de la batalla y mantén tu corazón en paz junto a los pies etéreos del Señor..."

Pero hay quienes temen. Quienes nos adiestraron y programaron temieron que si no nos perturbábamos nada haríamos.

Nunca se les ocurrió darse cuenta de que, cuando uno se perturba, tiene menos energía para hacer algo y tiene menos capacidad de percepción.

Ya no ve las cosas correctamente; reacciona con exceso.

Yo no sé de boxeo, pero me han dicho que la última cosa que debería hacer un boxeador en el ring es perturbarse o perder la serenidad, porque entonces habrá perdido la lucha. También me han dicho que la primera cosa que su contrincante trata de lograr es que pierda la serenidad, pues entonces perderá su coordinación y su capacidad de percepción.

¡Con cuánta frecuencia las personas que participan de proyectos sociales, de magníficos proyectos para el bienestar de los demás, se implican emocionalmente y se perturban de tal modo que destruyen la propia obra que se propusieron hacer!

Pierden capacidad de percepción, reaccionan con exceso.

Consideremos otro ejemplo. Si se ha cometido un delito en perjuicio de una persona,

¿No justifica eso que ella se perturbe?

¡No, no! Pero casi no parece realista pensar en estos términos. Si se lo explicas a la gente, no quiere oír.

- No queremos oírlo... Váyase. Váyase a otra parte. No gaste su aliento.

- Está bien. ¡Adiós!

Me voy. Y sacudo el polvo de mis pies.

¿Te recuerda esto una frase del Evangelio?

"Y si no se os recibe ni se escuchan vuestras palabras, salid de la casa o de la ciudad aquella sacudiendo el polvo de vuestros pies" (Mt 10, 14).

Ellos no quieren oír, no quieren ser felices, no quieren cambiar. Pues bien, deja que sigan así.

¿Por qué deberías querer gastar tu aliento?

¿Tienes necesidad de concederte esa sensación de bienestar que resulta de convertir a todos y de ser la causa de su iluminación?

Quizás debas, ahora, mirar dentro de ti. No serás feliz a menos que te consagres como un gran maestro.

¿No quieren oír?

Allá ellos, es su responsabilidad. Así, pues, nada en todo este mundo tiene el poder de perturbarte, ¡nada! En realidad, nada te ha perturbado jamás, nadie te ha dañado jamás.

¿Qué me dices de esto?

¡Vaya! No te habrá gustado.

-¡Oh, no! ¿Quiere usted decir que nadie me dañó?

- Hmm. Sí, nadie te dañó jamás; tú te has dañado tontamente a ti mismo.

Ahora, eso me lleva a la segunda parte:

-¡Oh!, ellos no me dañaron; la realidad no me dañó, ¿No es así?

Entonces, no puedo ensañarme contra ellos.

- Entonces, ¿Quién te dañó?

-¿Este bueno de mí mismo? ¿Yo me dañé a mí mismo?

- Ahora me ensañaré contra mí mismo; me odiaré por haberme hecho esto. ¿Por qué lo hago? Me perturbo a causa de mí mismo. Me enojo conmigo mismo. ¿Qué más sabe usted al respecto?

- Pues, te tengo buenas noticias: el daño no me lo hicieron los demás, no me lo hizo el mundo, no me lo hizo la vida, y, lo mejor de todo, no me lo hice yo mismo.

¿No es maravilloso? Entonces, ¿Quién lo hizo? En honor a la verdad, ¿Alguien, en su sano juicio, se dedicaría a perturbarse en forma consciente, gustosa y deliberada?

¡Vamos!

¿Crees tú que lo harías?

No, no lo haría, no me perturbaría deliberadamente. Es como si el hacerlo estuviera fuera de mi control. ¿No es así?

- Entonces, deja de culparte a ti mismo. Eso ha sido grabado dentro de ti. Has sido programado para eso, has sido condicionado de esa manera.

Esto es lo que debes comprender.

Nada tienes que hacer para alcanzar la iluminación, nada tienes que hacer para lograr la liberación y para obtener la espiritualidad. Todo lo que tienes que hacer es comprender algo, entender algo. Si lo entendieras, serías liberado.

- De modo que estoy perturbado; ellos me han perturbado.

-¡Equivocado!

- Yo me he perturbado.

-¡Equivocado!

- Es mi programación la que me perturba; es mi cultura la que lo hace. Ésta es la manera en que he sido educado; así es como he sido adiestrado.

Ese nativo de esa región de África fue desterrado.

- La condena lo mató.

-¡Equivocado!

- Él mismo se - mató.

-¡Equivocado! Fue su programación la que lo hizo. Así es, pues, como hemos sido educados y adiestrados.

Es muy difícil definir la madurez, pero yo di con esta definición bastante lógica: La madurez es lo que has alcanzado cuando ya no culpas a alguien. No culpas a otros; no te culpas a ti mismo.

Ves qué anda mal y comienzas a remediarlo.

Éste es un muy buen signo de madurez. Te asombrarás de lo infantiles que son las personas. Son tan infantiles... Limítate a esperar durante medio día y encontrarás a nuestros más grandes hombres abandonándose a actos infantiles, completamente infantiles.

¿Sabes de qué manera se comporta un niño pequeño?

En la India, por ejemplo, cuando se golpea la rodilla contra una mesa llora con fuerza y todos le preguntan:

-¿Quién te golpeó?, ¿La mesa? ¡Mesa mala!, ¡mesa mala!

Luego, el niño se desahoga:

-¡Oooouuu! ¡Mala..., mesa mala!

Y entonces se siente mejor. ¡Qué infantil es eso!, ¿Eh? Pero además hay quienes vienen a verte, a consultarte, entonces les preguntas:

- Ahora, ¿Quién te pegó?

- Mi mujer, mi marido, mi superior... - te responden.

-¡Oh, qué perversos, qué terribles!

Y el "pequeño bebé" se siente bien. Y puede ser el presidente de cualquier gran asociación o país, o lo que sea... ¡Dios mío!, ¡qué infantiles- pueden volverse las personas! Y no son conscientes de su infantilismo. Tienen que culpar a alguien... Pero no, madurez es comprender que no se puede culpar a alguien; o, dicho con más precisión, es no darse la salida emocional infantil de culpar a otros o a uno mismo, sino más bien ver qué anduvo mal y ponerse a remediarlo, hacer algo al respecto. Entonces, ellos no pueden ser culpados; tú no puedes ser culpado.

La programación es lo que los llevó a hacer eso.

Ahora te propongo un ejercicio que sólo te llevará un par de minutos.

Observa si tiene algún efecto sobre ti. Piensa en algo que hasta ahora hayas podido decir que te ha perturbado.

Hace pocos instantes te dije que pensaras en ello. Vuelve sobre esto y comprende que no fueron esa cosa o esa persona lo que te perturbó, Fue tu programación; no fue la perversidad de ellos, su desaprobación, su rechazo; no fue el fracaso.

Fue tu programación la que te perturbó.

¿Qué observas?

- Parece como si toda mi cultura me hubiera dicho que debo sentirme perturbado en esta situación. Eliminar esto me deja un sentimiento como de estar perdido, que no sé cómo superar.

- Hasta ahora siempre te has identificado con lo que sentías, pero ahora descubrirás que no eres tu sentimiento, no eres tu desdicha, no eres tu disgusto...

- Bien, aprenderé cómo tomar distancia frente a mis sentimientos...

- Así desaparecerán; tú tendrás poder sobre ellos, y no ellos sobre ti. No tendrás que gastar todas tus energías luchando contra esas cosas exteriores,

¿Correcto?

- Así es. No tendré que gastar todas mis energías emocionales echándole la culpa a esas cosas exteriores.

- Correcto.

Mientras tengas un "enemigo" afuera que te perturba, te negarás a abandonar tu perturbación a menos que ella desaparezca.

Es decir, si piensas que alguien te perturba, entonces, mientras él está allí y se complace en el comportamiento que tú dices que te perturba, te negarás a abandonar tu perturbación a menos que él se reforme, cambie, desaparezca, se vaya, o lo que fuere.

¿No es así?

Bien, supongamos que esa persona se niegue a irse..., supongamos que no se trate de una persona sino de la vida y que ésta persista en ser de esa manera, entonces seguirás estando perturbado. Pero ahora te digo:

-¡Eh, espera un minuto!; no es esa persona, no es la vida, ¡es tu programación!

- Oh, ¿Eso es lo que es?

- Así es, ¿Sabes?

Él podría estar allí mismo, haciendo exactamente lo que hace ahora, y no tendrías necesidad de estar perturbado. Otras personas en tu lugar no estarían perturbadas. ¡Es tu programación... !

- Oh, ¡esto es una revelación!..

Y tu perturbación, disminuiría más y más, y después de un lapso estarías cada vez menos perturbado por cada vez menos cosas.

¿Soy suficientemente claro?

Pues bien, ahora viene "la gran pregunta norteamericana" :

¿Cómo lo "arreglamos"? O sea:

- Está bien...; él no me perturba, yo no me perturbo; la programación me perturba.

¿Cómo lo "arreglamos"?

Sigamos la gran respuesta oriental:

- No lo "arregles", deja que siga su curso; desaparecerá por sí solo.

Cuanto más trates de "arreglarlo", más se fortalecerá.

Esto también resulta "explosivo": no lo "arregles", déjalo seguir su curso. Deja que siga; desaparecerá; realmente lo hará. Si has comprendido esto...

- Pero ¿No necesito saber de dónde proviene esta programación?

- Es una ayuda; es una ayuda, pero no es necesaria.

Y, si estás totalmente decidido a lograrlo, si te planteas: "tengo que descubrir de dónde proviene y tengo que cambiar", entonces las cosas empeorarán, puedes estar seguro de ello.

Muchas personas nunca cambian porque están muy decididas a cambiar. Están tan decididas que no cambian nunca. Como están tan tensas, tan ansiosas, todo empeora. Esto es común a todas las personas, no sólo en Occidente, sino también en Oriente.

Somos todos iguales. Los temas y enfoques que presento en los Estados Unidos los ofrezco también en Japón y en la India, en España y en América latina, en todas partes,... ¡y en todas partes las personas son iguales!

Los norteamericanos tienen rasgos culturales diferentes, pero, en el fondo, somos todos. Iguales. Por doquier existen los mismos problemas; el odio, el conflicto, la culpa son los mismos; la dependencia frente a la opinión de la gente y la dependencia emocional frente a la aprobación son las mismas.

¡Todo es exactamente lo mismo! Basta con raspar la "cultura exterior" ; debajo somos todos iguales.

Aquí y allá, en todas partes, hay gente que trata de "arreglar" el enredo, de lograr que la perturbación desaparezca.

-¿Cómo lo "arreglo"?

- No lo "arregles". Entiéndelo, míralo, obsérvalo; se ocupará de sí mismo.

Lo que sucede es que tú no te "arreglas", no cambias; la vida cambia, como también lo hace la naturaleza. Así como uno. No se cura a sí mismo, la naturaleza sí se cura a sí misma. Uno debe limitarse a hacer algo para ayudarla. Ahora redondearé esta idea.

La plantearé de una manera un poco más provocativa. Cuando sucede alguna de esas cosas que comúnmente decimos que te perturban, no son ellas las que te perturban. La vida no es cruel contigo, la vida es fácil; es tu programación la que es cruel contigo. La vida es fácil; la vida es placentera. Recuerda a mi amigo Ramchandra, el hombre del ricksha. Pensar en la vida que llevó te permitirá comprender que no es lo exterior lo que causa la perturbación; no eres tú el que la causa. Es tu programación.

¿Tienes dificultades en tu convivencia con las personas?

No eres tú el responsable. Las relaciones humanas nunca son difíciles; es tu programación la que las hace difíciles. Nunca hay dificultades en tu relación con las personas. Sólo hay dificultades en tu programación.

¿Cómo es que te perturbas?

-¿Usted quiere decir que es posible vivir con un individuo que pierde la ecuanimidad todos los días y no perturbarse?

- Sí, sí; en muy gran medida, sin perturbarse.

-¿Usted quiere decir que, cuando alguien lo insulta, usted no se perturba?

- Correcto. ¿Por qué no?

¿Por qué no puede ser posible "no perturbarse" cuando alguien te insulta? Quisiera explicar esto con una analogía. Cuando el destinatario no recibe una carta, se la envían de vuelta a quien la escribió. Si tú no la recibes, va de vuelta.

¿Cómo es que recibiste el insulto?

¿Sabes por qué te sentiste insultado o fuiste perturbado por el insulto?

Porque lo recibiste. Por eso, ¡tonto!

¿Por qué lo recibiste?

-¿Usted quiere decir que es posible no recibirlo? Usted quiere decir...

¿Consideras que eres un "ser humano" si vives como un pequeño mono que salta cuando cualquiera tira de la cuerda?

Voy a explicarte qué significa ser un "ser humano'", recurriendo a una historia.

Una persona compra un periódico todos los días a un quiosquero, que siempre la trata con descortesía.

-¿Por qué compras el diario a este individuo que es tan descortés contigo?,

¿Por qué no se lo compras al otro, que está tan sólo a una puerta de distancia?

- le dijo un amigo.

-¿Por qué debería decidir el quiosquero dónde compro mi periódico?,

¿Por qué debería tener el poder de decidir eso?

- fue la respuesta.

En este caso, la persona se comportó como un ser humano. En el caso contrario, se habría comportado como los monos, a los que se puede controlar con sólo torcerles un poco la cola, para hacerlos actuar de maneras previsibles.

¡Programación, programación!

Entonces, no es la persona la que te ha perturbado al insultarte; no eres tú el que se ha perturbado a sí mismo.

Es tu programación la que lo ha hecho.

Todo lo que tienes que hacer es comprender esto y tomar distancia frente a la perturbación.

Comprender.

-¿Quieres hacer algo respecto de tu programación, si puedes?

-¡Vaya! ¿Es necesario?

-¡No! Si lo entiendes, sabes que la perturbación proviene de tu programación; no de ti, no de los demás. Se hará cargo de sí misma; realmente lo hará.

Te sorprenderás de que, después de unos pocos meses, las cosas que antes te habrían enfermado - con preocupación o con sufrimiento, o con lo que fuere- podrás vencerlas sin es fuerzo, con una paz perfecta.

Estarás suficientemente relajado para ello. Eso es la vida espiritual; es morir para ti mismo, abandonando tu programación. La abandonarás al comprenderla como es, llamándola por su nombre.

¿Es posible reaccionar, tomar medidas, sin estar perturbado, frente a una acción incorrecta como la de alguien que se incorpora a una cola sin respetar el orden de llegada?

Si alguien se incorpora a la cola delante de ti, puedes tornar medidas.

¿Por qué no? ¡Ve y toma medidas!

¡Toma todas las medidas que quieras! La cuestión de fondo es que tomes medidas para corregir algo que está mal, no que tomes medidas para aliviar un sentimiento de perturbación.

¿Ves la diferencia?

Es una gran diferencia. Lamentablemente, con frecuencia tomarnos medidas no sólo para corregir algo que está mal, sino para aliviar sentimientos de perturbación. Eso no está bien.

Si la programación es, en última instancia, responsable del tipo de vida que llevamos y de muchas de nuestras acciones,

¿Tiene sentido hablar del pecado?

¡Por supuesto!

Existe mucho pecado a nuestro alrededor, existe mucha maldad. Sin embargo, cuanto más se comprende la naturaleza humana, tanto menos inclinado se siente uno a juzgar a cualquiera. Porque hay tanta estupidez, tanta ignorancia, tanto temor y tanta programación detrás de mucho de lo que llamamos "pecado", que hemos sido aconsejados acertadamente que no debemos juzgar a alguien, ni siquiera a nosotros mismos.

San Pablo lo dice; él no se atreve siquiera a juzgarse a sí mismo.

¿Somos nosotros los que nos liberamos o es la gracia de Cristo la que lo hace?

La gracia de Cristo está al alcance de todos.

Pero tener la gracia de Cristo a tu disposición no significa necesariamente que podrás llegar a cualquier parte. Tienes que hacer algo para ello.

Recuerda la historia de ese individuo que al encender su pipa le prendió fuego a su barba. Le dijeron:

-¡Se prendió fuego tu barba!

Y él respondió:

- Lo sé; pero ¿No ven que estoy rezando para que llueva?

La lluvia está al alcance, pero hay que hacer algo para producirla.

Entonces, la idea es: infortunadamente, la gracia de Dios está al alcance de todos; la tragedia del género humano no es que escasee la gracia de Dios, sino que escasea el entendimiento adecuado.

Tenemos ideas equivocadas sobre la gracia, que necesitan ser corregidas. San Pablo dice:

"¿Quién me liberará de esto? La gracia de Cristo me liberará de esto."

Ahora bien, ¡la gracia de Cristo nos llega de tantas maneras!

No debes entender la gracia de Cristo como una sustancia que cae sobre ti. Cuando alcanzas una comprensión más profunda de la realidad o te comprendes mejor a ti mismo, ¿No has recibido la gracia de Cristo? Eso es, pues.

¿El bagaje cultural puede ayudar a comprender las verdades relacionadas con el desapego?

¡No! Necesitas tener sentido común e inteligencia, lo que nada tiene que ver con ser erudito, saber leer y escribir o tener estudios de cualquier tipo.

Punto. No cultives la idea de que un doctor en filosofía está mejor provisto que un simple campesino de los Andes. No para comprender lo que nos ocupa.

Te asombrarías de saber qué poca inteligencia tiene la gente culta.

Realmente, te asombrarías, ¡lo digo en serio! ¡Tienes que tratar con ellos! Un amigo mío de la Universidad de Fordham me contaba que leyó un libro extraordinario acerca de las personas que tuvieron un papel preponderante en el envío de naves espaciales a la Luna y cosas por el estilo, basado en sus propias confesiones y entrevistas. En él dicen algo así: ""Es trágico que hayamos sido capaces- de realizar toda esta tarea de cooperación para enviar un cohete a la Luna, pero no podamos cooperar con nuestras familias; no sabemos cómo hacerlo, no sabemos cómo llevarnos con nuestras esposas y maridos...

¿Comprendes lo que quiero decir?

Pues yo me he encontrado con campesinos que saben cómo hacerlo.

¿Qué te parece? ¡Eso es inteligencia!

De modo que instrucción no es lo mismo que inteligencia, en absoluto. Podrías tener mucha instrucción y absolutamente ningún conocimiento acerca de ti mismo. Podrías saber cómo funcionan las naves espaciales y desconocer cómo funcionas tú mismo.

La instrucción no es una gran ayuda. Lo que se necesita no es un bagaje cultural, sino sabiduría, comprensión, inteligencia, lo cual se adquiere "seccionando, raspando, fundiendo", cuestionando, dudando.

Si nunca cuestionas algo, ni pones en duda lo que te enseñan, ni dudas de lo que tu cultura te proveyó, ¿Cómo podrías entender todo esto?

En el caso de una persona que sufre abusos físicos en el hogar ¿Es posible alcanzar el desapego?

Evidentemente, a una persona que ha sufrido abusos físicos en el hogar va a resultarle mucho más difícil no estar perturbada que a alguien que contempla el mundo desde su ventana. ¿No es así?

No digo que sea fácil: digo que es posible. Y que, si piensas que es imposible. Nunca lo lograrás.

¿Es posible que la gente sea torturada y, sin embargo, esté en paz? ¡Sí!

Yo he visto ejemplos de ello. Leí una carta extraordinaria, escrita por un prisionero en la Alemania nazi, que era torturado todos los días y sabía que sería ejecutado. Leí las cartas más sublimes y bellas que le escribió a su familia. Las leí alrededor de veinte años atrás y pensé: "'¿Cómo pudo ser posible?" Ahora sé que es posible.

Pensemos en el caso del individuo que se incorpora intempestivamente a la cola, en el de la mujer que siempre te regaña o en el del hombre que siempre te insulta. Como dije, ellos no son la causa de la perturbación, y ésta se origina en la programación. Tú no provocas la perturbación; ella se origina en tu programación.

Dale una oportunidad. Comienza. Observa cómo ella te afecta.

Cuando puedas comprender esto, recuerda una vez más que esto no significa

que no estés en condiciones de identificar lo que está mal, cuando lo veas. Tampoco esto significa que no debas tomar medidas; lo harás, pero teniendo conciencia del origen de la perturbación. Podrás enfrentarla y -¿Por qué no?- alcanzar el desapego.

¿Es la verdadera felicidad el resultado del deseo humano de ser feliz y de la inteligencia y voluntad puestas en lograrlo, o se origina en nuestras ansias de Dios?

Santo Tomás de Aquino, que fue considerado unánimemente el príncipe de los teólogos católicos hasta hace muy poco, dice, en la introducción a su gran Suma teológica: "Acerca de Dios, todo lo que podemos decir con certeza es que no sabemos qué es, "

Dios está más allá de la mente cognoscitiva, por lo cual lo designamos con la calificación de "Misterio".

¿Cómo se puede desear lo que uno no es capaz - y ni siquiera está en condiciones de concebir, aquello de lo que uno habla en términos simbólicos, analógicos... ?

Por eso, las ansias de Dios, considerado como una persona o algo que está allí afuera que podemos concebir por entero o comprender, no llevan necesariamente al desapego, a la liberación, porque ansías algo que no sabes qué es. Por eso, frecuentemente, cuando las personas hablan de sus ansias de Dios, crean algún tipo de imagen y comienzan a desear esa imagen.

Pero ¿Qué significa ansiar lo desconocido, lo incognoscible, aquello que está más allá de toda concepción humana y de todo entendimiento, el Misterio? No tenemos idea.

¿Podríamos equiparar a Dios con la liberación de todo deseo? Quizás sí, quizás no; pero, ¡por Dios!, ¡no te distraigas con esto!

¡Continúa con la tarea! Continúa con la auto-observación, el autoconocimiento, la autocomprensión, la autoliberación.

Así comprenderás mejor, "más allá del entendimiento", como dice san Pablo, qué es Dios. Bueno, no estoy seguro de que esto haya quedado aclarado, pero no olvides que estamos hablando de Dios.

Si detrás de todo apego y de toda perturbación está la programación,

¿Cómo podemos no culpar a esta última?

¿Culpas a tu programación? No, no debes culparla, debes comprenderla. Culparla sería como decir: "el Diablo me incitó a hacerlo" o "soy una víctima de la sociedad"; en ambos casos estarías eludiendo tu responsabilidad.

Comprenderla, en cambio, sería magnífico. Esfuérzate por lograrlo. Acepta tu responsabilidad, pero hazlo con inteligencia. Recuerda:

- No sigas culpando a la realidad; la perturbación no está en la realidad, está en ti.

- Pero ¿Debo entonces culparme a mí mismo?

Tú no eres el autor del hecho, y no es maduro culparse a sí mismo si uno no es culpable.

No hay deliberación en lo que haces, pues se origina en tu programación. No debes culparla, pero debes comprender que es en ella donde se origina la perturbación.

Cuando te golpeas la rodilla contra una mesa, debes comprender que el dolor no está en la mesa; el dolor es causado por algo que sucede en tu rodilla. El dolor no está en la mesa. Análogamente, cuando chocas con la realidad, se produce un dolor dentro de ti. Ese dolor no es causado por la realidad, sino por algo que sucede en tu interior. Tú no lo provocas deliberadamente. (¿Quién querría causarse dolor deliberadamente?) Pero debes comprender de qué se trata.

¿Por qué, en algunas personas, este proceso no prosigue o ellas se han liberado de él, mientras que, en otras, continúa?

Ser responsable es comprender y, como resultado de la comprensión, ser liberado.

Frente a una persona muy perturbada, ¿Se debe adoptar una actitud compasiva?

Una persona muy perturbada lo está porque ha sido víctima de un delito, ha perdido a la madre o ha atravesado por una situación grave. Frente a esa persona no se debe adoptar la actitud de decir:

-¡Oh!, ¡estás sufriendo!, ¡estás perturbado!, ¿hay algún problema...?

¡Oh, no, no! En esa pobre persona no está la causa de su propio dolor, que proviene de un apego, aunque haya sido desencadenado por la grave situación atravesada.

¿Has comprendido lo que dije?

Esa persona no es la causa de su propio sufrimiento. Podrías compadecerla, comprenderla. Podrías ser compasivo con ella y, suavemente, cuando esté preparada, explicarle dónde se origina la perturbación. Porque, en última instancia, no serías compasivo si no le explicaras el secreto en algún momento.

¿Soy suficientemente claro? Yo diría algo así:

- Has acudido a mí y estás muy perturbado, porque alguien o algo te ha afectado. Trataré de comprender dónde se origina tu perturbación, seré compasivo contigo; pero, algún día, en algún momento, en algún lugar, si estás preparado, te pasaré el secreto.

Verdadera compasión sería, para mí, decir:

- No tiene que ser así; hay otra manera de ser.

¿No son las personas que nos rodean las que nos han programado cuando éramos jóvenes?

Sí, es así; pero ¡pobrecitas! Ellas no se dedicaron con malicia a hacernos esto. Son víctimas de lo que otros les han hecho. ¿Entiendes? De modo que no se debe insultarlas ni gritarles... Constantemente acuden a mí personas que están muy perturbadas por sus padres, que no pueden perdonarlos, que los odian.

No digo que los padres hayan procedido bien o mal. Quizás hayan procedido mal. Pero tú deberías comprenderlos. Porque en eso consiste el amor, ¿Sabes? El amor no es culpar, juzgar ni condenar a los demás; el amor es comprender.

¿Puedes comprender el proceder de tus padres?

¿Puedes comprender cuán poca malicia hay en ellos y cuánta ignorancia, buena voluntad, desamparo, programación, confusión y temor?

¿Te has propuesto alguna vez comprender esto? ¡Oh!, entonces comprenderás qué significa "amar". Esto también te transformará.

Al desaparecer los apegos, ¿Qué pasa con la pasión, el entusiasmo y el fervor?

La felicidad consiste en estar libre de apegos y deseos, pero es casi imposible lograrlo en forma absoluta. El propio Jesús sufrió temores, afecciones y enojos, pero sin perder por eso el lugar que ocupa junto al Padre. La felicidad no sólo consiste en una existencia humana muy pasiva, en la que uno se convertiría en un zombie, en un muerto en vida desprovisto de sensibilidad. En algún punto intermedio se pueden encontrar el entusiasmo y el fervor que el propio Jesús tuvo, pero sin que nos conduzcan a formar apegos.

¿Recuerdas lo que dije acerca del arquero? Cuando no hay tensión ni perturbación, se desatan todas las fuerzas dentro de ti. Si lo logras, comprenderás qué es la verdadera dicha y el verdadero entusiasmo, qué significa zambullirse en la vida, con alma y vida, con pasión. ¡Lánzate directamente a eso, sin dudar!, porque ya no estarás atenaceado por emociones programadas.

Los niños muy pequeños, que aún no han sido programados, parecen perturbarse naturalmente; ¿No sería necesaria luego la programación para enseñarles a las personas cómo superar la perturbación?

Es correcto. Cuando se estudia a los niños pequeños, se aprecia que ellos se perturban naturalmente, sin necesidad de alguna programación especial.

Se perturban cuando no consiguen algo que consideran vital para ellos y necesario para su felicidad. Pero, después de un lapso, se olvidan de todo eso, o crecen y ya no les importa. Además, si se le dice a un niño pequeño que no ser aprobado por los demás o recibir las burlas de ellos es una cosa horrible, no le importa en absoluto. Se puede reírse de él, que se reirá a su vez.

Hacia los dos años de edad le enseñan al niño que, cuando lo aplauden, debe sentirse bien y que, cuando le ponen "mala cara", debe sentirse mal; si entonces se "traga" esto, ¡está terminado! Ha comenzado la programación.

Frente al caso de una persona que esté en una situación grave y a la cual no es

posible ayudar absolutamente en nada, ¿Cómo se puede evitar la perturbación que esa persona causa a quienes la rodean?

Considera el caso del individuo que sabía que tenía SIDA y sólo le quedaban seis meses de vida, pese a lo cual estaba perfectamente sereno. Ahora bien, tú no desearías estar perturbado cuando él está sereno, ¿No es así? Bien. Supongamos, entonces, que estás frente a alguien que no está sereno, sino perturbado. En tal caso, no lo ayudarás perturbándote a ti mismo.

Si en vez de leer tantos libros pasaras, por ejemplo, más tiempo mirando por la ventana maravillosos paisajes a lo largo de las cuatro estaciones, viendo cómo las hojas caen y se mudan, aprenderías mucho acerca de la vida.

Cuando hayas comprendido el fluir de la vida, sabrás que no debes perturbarte por la persona que está en esa situación.

Alguien que tuviera una conducta de control completo sobre sí mismo, ¿habría alcanzado el desapego?

Hay personas que parecen tener un control completo sobre sí mismas endureciéndose, no permitiéndose tener sentimientos.

¿Ves la diferencia entre esto y lo que he venido diciendo?

Hay, por una parte, personas que se niegan a permitirse tener sentimientos de algún tipo; en cierto modo, se endurecen y dicen que nada les importa.

Esto no ayuda a lograr el desapego. Por otra parte, están las personas a las que constantemente me refiero, que son las que tienen una perturbación, pero que, a través de la comprensión, la trascienden, la superan.

Muy pocas personas viven realmente. Mejor dicho, muy pocas han redescubierto la vida. No podrán volver a descubrirla hasta que no comprendan cuál es la falsedad que nuestra cultura, nuestra sociedad y - en cierta medida, siento decirlo- muchas de las religiones del mundo han implantado. Poner esto en evidencia es lo que me propongo hacer en esta última parte.

Me ocuparé muy brevemente de la religión. Para ello, me serviré dé una historia acerca del inventor del arte de hacer fuego.

Una vez que lo hubo inventado, recogió todos los elementos necesarios y se dirigió hacia el Norte, donde se encuentran tribus que viven temblando de frío. Y les enseñó el nuevo arte y sus ventajas. Y los tribeños se interesaron; todos aprendieron a hacer fuego y a utilizarlo para cocinar y para producir objetos.

Y antes de que tuvieran tiempo de agradecer al inventor, éste había desaparecido. No quería recibir algún agradecimiento; sólo quería que la gente se beneficiara con el fuego. Se dirigió a otra tribu, e intentó interesarla también en el invento.

Pero allí tropezó con un obstáculo: los sacerdotes comenzaron a darse cuenta de la popularidad que estaba alcanzando el inventor y de cómo disminuía la influencia de ellos sobre la gente. Entonces decidieron librarse de él. Lo envenenaron. La sospecha de que los autores habían sido los sacerdotes cundió entre la gente. Entonces, los sacerdotes mandaron hacer un enorme retrato del inventor, lo colocaron en el altar principal del templo y crearon una liturgia, un ritual, para honrarlo. Año tras año, la gente acudía a rendir homenaje al gran inventor y a los elementos para hacer fuego.

Los rituales eran observados fielmente, pero no se producía fuego. Había rituales, recordación, gratitud, veneración, pero nada de fuego.

"¿Por qué me llamáis '¡Señor, Señor!' y no hacéis lo que digo?"

¿Qué nos dice Él? ¡Amad, amad! Eso es lo que nos dice.

¿Cuál es el mayor obstáculo para amar? Aquello a lo que me referí hoy: nuestra programación, nuestros apegos obsesivos; eso es lo que pone obstáculos, como espero mostrarte en lo que resta. La mejor religión del mundo es la religión llamada "Amor", no la religión llamada " ¡Señor, Señor! ". ¿Quién lo dice? El propio Jesucristo. Y nosotros, los cristianos, no podemos nunca perder eso de vista.

Para referirme a la gracia y al esfuerzo necesario para ayudar a recibirla, contaré la

hermosa historia del judío piadoso que cierta vez le dijo a Dios:

- Señor, mira cuán fervientemente te he servido toda mi vida; ¿No es así?

Por supuesto, no obtuvo alguna respuesta.

- Es así - se respondió a sí mismo.

- Nunca te he pedido algo; ¿No es así?

- Es así - dijo él mismo, contestando de parte de Dios, por supuesto. Y agregó:

- Ahora te pediré un solo favor y Tú no puedes decirme que no.

Durante toda mi vida te he servido, he observado la Ley, he respetado los derechos, he hecho el bien a la gente, he cumplido tus mandamientos...

Hazme tan sólo este favor: permíteme ganar la lotería y así podré retirarme en paz y con seguridad.

Él estaba convencido de que Dios le concedería su deseo, y esperaba, esperaba; pasaba todas las noches rezando.

Después de seis meses nada había pasado. Y una noche, en plena frustración, gritó:

-¡Dios, dame una oportunidad, permíteme ganar la lotería!

Imagina el susto que sufrió cuando oyó una voz que le respondió:

- Dame una oportunidad tú mismo; ¡compra un billete!

No había comprado un billete. Bueno, eso tiene que ver con el esfuerzo y la gracia. ¡Compra tu billete! Asegúrate de tener un billete.

Asegúrate de estar usando el entendimiento. No puedes esperar que se produzcan milagros, como bien lo sabes. Observa, comprende, cambia, como resultado de usar el entendimiento.

Hasta aquí me he ocupado de la religión. Seguidamente quiero dejar aclarado algo que tiene que ver con la felicidad. Para ello, voy a contarte una de mis historias favoritas.

¡A veces una historia dice más que una conferencia de un día entero, porque les habla a las profundidades de nuestra interioridad; esta historia, ciertamente, les habla a las mías.) La historia se refiere a un individuo que se mudó de aldea, en la India, y se encontró con lo que allí llamamos un sennyasi.

Éste es un mendicante errante, una persona que, tras haber alcanzado la iluminación, comprende que el mundo entero es su hogar, el cielo su techo y Dios su Padre, que cuidará de él.

Entonces, se traslada de un lugar a otro, tal como tú Y yo nos trasladaríamos de una habitación a otra de nuestro hogar.

Pues bien, al encontrarse con el sennyasi, el aldeano le dijo:

-¡No lo puedo creer!

-¿Qué es lo que no puede usted creer?

Y el aldeano respondió:

- Anoche soñé con usted. Soñé que el Señor Vishnú me decía:

"Mañana por la mañana abandonarás la aldea, hacia las once, y te encontrarás con este sennyasi errante." Y aquí me encontré con usted.

-¿Qué más le dijo el Señor Vishnú? -le preguntó el sennyasi.

- Me dijo: "Si el hombre te da una piedra preciosa que posee, serás el hombre más rico del mundo. "... ¿Me daría usted la piedra?

Entonces el sennyasi dijo:

- Espere un minuto.

Revolvió en un pequeño zurrón que llevaba y dijo:

-¿Será ésta la piedra de la cual usted hablaba?

Y el aldeano no podía dar crédito a sus ojos, porque era un diamante, el diamante más grande del mundo. Lo tomó en sus manos y dijo:

-¿Podría quedármelo?

-¡Por supuesto!, puede conservarlo - respondió el sennyasi -; lo encontré en un bosque. Es para usted.

Siguió su camino y se sentó bajo un árbol, en las afueras de la aldea. El aldeano tomó el diamante y ¡qué inmensa fue su dicha!

Como lo es la nuestra el día en que obtenemos realmente algo que deseamos realmente.

¿Cuánto duró tu dicha? ¡Mídela!;

Lo digo en serio.

¿Cuántas segundos, cuántos minutos?

¿Alguna vez te has detenido a preguntarte cuánto dura la felicidad?

Has conseguido la novia que querías; has conseguido el novio que querías; has obtenido ese automóvil; has obtenido el título; has sido el primero en la universidad.

¿Cuánto duró tu dicha?

¡Mídela! ¡Lo digo en serio!

¿Cuántos segundos, cuántos minutos?

Te cansas de ella, ¿No es cierto? Es que estás buscando algo más,

¿No es así?

¿Por qué no estudiamos esto?

Es tan valioso, más valioso que estudiar las Escrituras. Porque, ¿De qué sirve estudiar las Escrituras si crucifican al Mesías basándose en ellas, como sucedió con Jesús?

Si no has comprendido esto, si no has comprendido lo que significa vivir y ser libre y ser espiritual...

Bien, proseguiré entonces con la historia del sennyasi. El aldeano obtuvo el diamante y, luego, en vez de ir a su hogar, se sentó bajo un árbol y permaneció todo el día sentado, sumido en meditación. Y, al caer la tarde, se dirigió al árbol bajo el cual estaba sentado el sennyasi, le devolvió a éste el diamante y le dijo:

-¿Podría hacerme un favor?

-¿Cuál? - le preguntó el sennyasi.

-¿Podría darme la riqueza que le permite deshacerse de esta piedra preciosa tan fácilmente?

¡Chico, yo amo esa historia, la amo! "¿Podría darme la riqueza que le permite deshacerse de esta piedra preciosa tan fácilmente?

"¿Podría darme la riqueza que le permite deshacerse de esta piedra preciosa tan fácilmente?"

¡A eso es a lo que me vengo refiriendo! El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el apego; la supresión del sufrimiento es el abandono del apego, la comprensión de que el apego es la creencia falsa en que alguna cosa o persona puede hacernos felices. La verdadera felicidad no es causada por algo.

La Verdadera felicidad es "incausada".

Si le preguntan a un místico por qué él o ella son felices, la respuesta será:

-¿Por qué no? No hay algún impedimento, ninguna obstrucción.

¿Por qué no?

-¿Has pensado alguna vez, si algo es la causa de tu felicidad? ¿Cuándo pierdas "ese algo" tu felicidad será destruida?

¿No se te ha ocurrido alguna vez que, si algo es la causa de tu felicidad, te volverás posesivo con respecto a esa cosa, te volverás ansioso por miedo a perderla?.. Cualquiera que esa cosa sea: educación, reputación, buena salud, la vida misma. ¡Qué interesante! Esto es redescubrir la vida.

Si tu felicidad depende de alguien o de algo, no es felicidad, es inquietud es tensión, es presión, es temor.

Nunca vivirás hasta que dejes de aferrarte a la vida.

Cuando te aferras, la felicidad muere. Si tu felicidad depende de alguien o de algo, no es felicidad, es inquietud, es tensión, es presión, es temor.

Los japoneses tienen una historia muy convincente al respecto.

Un individuo que escapa de un tigre llega a un precipicio, y, casi sin darse cuenta, comienza a deslizarse hacia abajo, por el precipicio.

Al hacerlo, se agarra de la rama de un arbusto que allí crece, y luego mira hacia abajo. No hay manera de trepar, y, además, arriba está esperándolo el tigre; si se precipita hacia el abismo, lo espera la muerte, 500 metros más abajo.

¿Qué hace, entonces? Le quedan pocos minutos de vida; entonces mira ese arbusto del cual está agarrado y descubre que tiene bayas. Con una mano se aferra a él y con la otra arranca una baya del arbusto, la pone en su boca y la saborea.

Y la historia concluye: "... ¡y sabía tan dulce !" ¿No es esto maravilloso?

Hemos sido programados para ser desdichados. Cualquier cosa que hagamos nos hará más desdichados.

Tuve dos amigos en el pasado, en diferentes momentos, que estaban

muriendo, y ambos coincidieron en decirme:

- Comencé a saborear verdaderamente la vida y a comprender cuán dulce es, cuando "me dejé ir"; me di cuenta de que la vida tiene un final. Entonces comenzó a tener un sabor dulce.

De modo que, paradójicamente, en nuestro deseo de ser felices hacemos todas las cosas equivocadas. Hemos sido programados para ser desdichados.

Cualquier cosa que hagamos nos hará más desdichados.

En particular, cualquier cosa que hagas para ser feliz te hará más desdichado.

¿Qué harás para evitarlo?

¿Cambiarás tú?,

¿Cambiarás a los demás?,

¿Conseguirás algo?,

¿Irás a...?

No tienes que hacer algo... ¡Tienes que comprender! Deja de lado la obstrucción, abandona las creencias falsas y el apego desaparecerá. Entonces sabrás qué es la felicidad

Esto se dice muy fácilmente Si meditaras sobre esto, durante días, y experimentaras algo de su verdad, entonces no necesitarías escucharme a mí o a Cualquier otro. ¡Tú posees esa verdad, la has aprendido, la has comprendido!

Estás apegado sólo porque creíste, falsamente, que sin esa cosa, esa persona, esa situación o ese acontecimiento no serías feliz.

Creíste eso falsamente. Comprende que se trata de una falsedad y serás libre. ¡Qué sencillo!

Y aquí estamos, rastreando la faz de la Tierra, corriendo de un lado al otro en la búsqueda de esa verdad. La tuvimos aquí mismo, en casa, y no la comprendimos. Escuchamos toda clase de sermones, estudiamos toda clase de libros y fuimos a toda clase de iglesias, pero nunca escuchamos esa verdad, nunca reconocimos al Mesías

Él estaba allí mismo

Él estaba allí mismo mirándonos fijamente, justamente delante de nuestras narices No lo vimos

Pues bien, confío en que tú lo verás; quizás otros no lo harán, pero quizás tú sí. Eso es suficiente para la felicidad.

Deja de lado la obstrucción, abandona las creencias falsas y el apego desaparecerá.

Entonces sabrás qué es la felicidad.

¿Son humanas las relaciones humanas?

Ahora me ocuparé de las relaciones humanas. Hablemos de esto.

¿Tienes problemas con la gente?

¿Alguien te resulta egoísta, malhumorado, poco confiable, repulsivo, necio, intolerable, irresponsable, o como lo quieras llamar? Piensa en los problemas que tienes en materia de relaciones humanas

¿Conoces la raíz de todos esos problemas?

¡Tú eres la causa!

¡Te sientes afectado, pero tú eres la causa!

Si acudieras a mí como consejero espiritual para consultarme por problemas con tu esposa, sería como si tuvieras retortijones y fueras a consultar al médico.

- Doctor, son terribles estos retortijones, son realmente terribles...

Has sido educado para pensar que los demás tienen que cambiar, que el mundo entero tiene que cambiar, para ser tú feliz.

- Te recetaré algo para tu esposa, ¿Está bien?

-¡Dios!, eso ya me hace sentir mejor, doctor, gracias, gracias

¿No es esto una locura?

¿Tú tienes problemas con tu esposa y quieres que yo la haga cambiar?

¿Quién tiene el problema?

Tú, ¿No es así? Vamos a eliminar el problema, la causa del problema tú. Pero tú no lo entiendes. Has sido educado para pensar que los demás tienen que cambiar, que el mundo entero tiene que cambiar, para ser tú feliz; pero no te das cuenta. Si estás perturbado, algo te pasa

Aclaremos primero eso

-¿Pero usted quiere decir que ella no está equivocada?

- Sí, lo está.

-¿Usted quiere decir que ella no debería cambiar?

- Por supuesto que debería, pero tú no eres quien la hará cambiar,

¿Sabes?, porque tú necesitas cambiar primero ¿Qué tal si sacamos la viga de tu ojo, para que puedas sacar la paja del de ella, eh?

¿Qué tal si sacamos la viga de tu ojo, para que puedas sacar la paja del ojo de la comunidad, del ojo de tu familia o de lo que fuere?

Estás perturbado, ¡algo te pasa! No comprendes a tu esposa, ni siquiera la ves ¿Sabes Por qué? Porque, cuando estás perturbado, tu telescopio está fuera de foco; cuando estás perturbado, tu ventana está empañada, y, necio como eres, limpiarás todos los edificios por que, desde tu ventana empañada por la lluvia, los verás sucios a todos.

El "amor" es clarividente, pero cuando estás enamorado estás ciego, estás lleno de ti mismo.

-¡Tienes que limpiar todos los edificios!

-¿Podríamos dedicarnos a limpiar tu ventana primero?

-¡Tenemos que limpiar todos los edificios!

-¿Podríamos limpiar tu ventana?

Eso es lo que, como consultor espiritual, trato de hacer para ti limpiar tu ventana.

Una vez logrado esto, sabremos qué es necesario hacer y qué no es necesario hacer. Ahora vemos a las personas no como son, sino como somos nosotros Y es asombroso, ¿Sabes?, cómo al principio veíamos personas groseras y luego, una vez que cambiamos vimos personas atemorizadas, ¡están tan asustadas, pobrecitas!, fueron llevadas a un estado de hostilidad.

¡Pero tú eres ahora tan comprensivo, tan compasivo!

En cambio, antes reaccionabas con ira, con odio

-¡ Eh, espere un minuto! ¿Por qué ha sido usted tan desatento?

- Estás demasiado perturbado para comprender, para tomar conciencia. ¿Podríamos limpiarte?

-¡ Oh, no, no!

- Has acudido a mí, de modo que puedo recetar medicinas para todo lo demás

Ves, pues, que todos estamos embarcados en el cambio

Queremos cambiarnos a nosotros mismos; queremos cambiar el mundo, Eso es lo que nuestra estúpida programación nos ha inculcado, Tenemos que cambiar todo, sin antes haber entendido algo.

Lo que necesitas no es cambiar, es comprender

Compréndete a ti mismo comprende a los demás

Voy a decirte algo absolutamente escandaloso pero que ¡es verdad! No estás aquí para cambiar el mundo, estás aquí para amarlo!

¡ Maldición! Tú no quieres amar el mundo, quieres cambiarlo

¿Sabes qué significa amar? "Amar" significa ¡ver!, ¡comprender!

¿Cómo puedes amar lo que ni siquiera ves? Y, ¿Cómo puedes comprender si estás perturbado?

¿Cómo puedes comprender - ahí viene otro shock- si se interpone alguna emoción positiva o negativa?

Dicen que el amor es ciego.

¡Falso! Nada hay tan clarividente como el amor; es lo más clarividente del mundo. El apego es ciego porque es estúpido, porque está basado en una creencia falsa. Y a eso lo llaman "amor".

- Estoy enamorado de ti. Te amo.

-¿Qué? ¿Me amas o te amas a ti mismo?

-¿Sabes qué significa estar "enamorado"? Estar "enamorado" significa "te quiero para mí"

Estar "enamorado" significa que tengo sentimientos de posesividad hacia ti "Estar enamorado de ti" significa "te quiero para mí no seré feliz sin ti; dependo emocionalmente de ti no puedo ser feliz sin ti"

¡Eso es una droga, es una enfermedad! Tu cultura y la mía nos dicen que esa es la virtud suprema. ¡Falso! Pero...

¿Quién se atreve a decir lo siguiente?

Cuando estás enamorado estás ciego, estás lleno de ti mismo.

¿Has pensado en eso?

No ves a la otra persona. Has proyectado Sobre esa persona una imagen ilusionada, y eso es lo que amas: una ilusión

Cuando no esperamos algo de la otra persona, no decimos que estamos enamorados ¡Vaya!, tienes muchísimo para meditar sobre esto.

Me referiré ahora a las relaciones con los demás

¿Tienes problemas?

Echa una mirada sobre ti mismo pregúntate por que estás perturbado, de donde proviene la perturbación.

De nuestra programación, de allí Algunas veces, en el pasado,

Me asombré de que las personas que me producían enojo por su comportamiento no parecían enojar a otros que son mucho, mucho mejores que yo.

Me preguntaba:

-¿Cómo es que él no se enoja al exponerse a ese comportamiento?

¿Cómo es que yo sí?

Algo me sucede.

Y así estaba yo ocupado en tratar de cambiarla, cambiarlo o cambiarlos.

Pero cuando no estoy perturbado.. : ¡Oh!, entonces eso está bien, ¡está bien! Entonces estoy capacitado para entrar en el cambio, en cualquier actividad que implique cambio.

Pero no antes. Porque mi telescopio está fuera de foco

Hay un gran secreto que sirve para las relaciones humanas y me ha ayudado muchísimo. Cada vez que tengo problemas con alguien si estoy perturbado, me digo.

- ¡Eh Tony algo te pasa! ¿Qué tal si tú y yo nos sentamos y le damos un buen vistazo a eso? ¿De acuerdo?

- De acuerdo.

Pero aún muero por decirme a mí mismo:

- Oh, no. Estás perturbado, ¿No es así? La perturbación no viene de él, no viene de ti, viene de tu programación.

- Oh, sí; ¡comprendo!

De repente, entonces, aparecen la perspectiva, la distancia, la comprensión, el amor; ¡por fin!

Así y todo, puede ser bastante duro; tú puedes ser bastante duro, el amor puede ser bastante duro.

Pero el amor es imparcial, el amor es justo; el amor comprende; el amor no tiene prejuicios

Bien. Esto es suficiente para el tema de las relaciones humanas

Unas palabras acerca del control. Una gran mentira que nos han contado cuando éramos niños es la siguiente:

"Necesitas ser amado" Bueno, cuando eras un niño, sí, de acuerdo. No discutamos sobre eso Pero...

¿Quieres decir que tienes sesenta y cuatro años y eres un niño aún? ¿Veinticinco años y eres un niño aún?

¿Dieciocho años y eres un niño aún?

Y sabes que te dicen constantemente:

- Necesitas ser amado, necesitas éxito, ser aprobado, ser apreciado, ser afirmado, necesitas

¡Basura!

Y todos lo creen

Te diré que necesitas.

Hay sólo una necesidad, que es "amar".

Podrías decir que estoy equivocado, de acuerdo, Pero es el producto de muchos años de largas meditaciones.

Hay sólo una necesidad, que es "amar". No hay otra.

-¿Usted quiere decir. Que no necesito ser amado?

- Puedes no necesitarlo.

¿Puedo saber de qué estás hablando cuando dices "ser amado"?

¿Estás hablando de "ser deseado"?

¿Necesitas "ser deseado"?

- De eso es de lo que todos hablan... Nadie parece desearme.

- Tú quieres ser deseado. ¿Y quieres todas las consecuencias de eso, con todo el control y la manipulación? ¿Hablas acerca de eso? Necesitas ser apreciado.

Es asombroso, una vez que empiezas a comprenderte a ti mismo, empiezas a

comprender a la gente, y a veces esto es divertido.

Viene el viejo Tal y Cual y le dices:

-¡Eh, Tom, te ves magnífico esta mañana! ; ¡mi Dios, pareces veinte años menor!

Tom está feliz. Se puede manejar a las personas con halagos; quizás lo hayas hecho, ¿Eh?

Podrías hacer cualquier cosa con estos monos humanos, con sólo decirles que los quieres, además de algo bueno acerca de ellos. Entonces,

A) se sentirían halagados;

B) ¡sentirían amor por ti ! Lo que ellos llaman " amor", por supuesto. Amor de mono, claro.

¿Sabes qué es para ti el amor?:

- Tú eres bueno conmigo; yo soy bueno contigo, ¿Sí? Tú me das lo que quiero, entonces te quiero. No me das lo que quiero, entonces te detesto.

Se supone que esto es amor, pero es lo que yo llamo un buen "regateo". Se lo encuentra en el mundo de los negocios, en Wall Street, ¿No es así?

Y nadie nos dice esto. Nadie hace este análisis para nosotros; por lo menos, muy pocos lo hacen.

No he oído nunca a alguien decir:

- Eh, lo que llamas "amor"' es un negocio, un regateo, un trueque, una operación comercial.

Estoy leyendo libros sobre el matrimonio, escritos por toda clase de autores religiosos; ellos no parecen tener la más remota idea acerca de esto. Todos aceptan que la gente diga:

- Tú no eres amable conmigo, me traicionas eres desleal conmigo, me eres infiel...; naturalmente estoy enojado contigo y estoy perturbado.

¿Naturalmente? ¿A eso llamas amor? Entonces ¡aquí viene la computadora! Oprimo la tecla roja... Lo alabaron, y él se anima.

¡ Está tan feliz! Critíquenlo y Opriman la tecla azul. ¡Ahora está por el suelo!

¿Te gusta ser de esa manera?

Hay libros de psicología escritos por los psicólogos más prestigiosos del mundo, que dicen que así es como se debe ser.

Cuando te dicen que estás bien, naturalmente, se supone que debes sentirte bien. Y cuando te dicen que no estás bien, no lo estás, ¡naturalmente! ¡Se supone que debes sentirte deprimido!

¿Qué me cuentas?

Se supone que esto es humano, naturalmente. A eso le llamo "ser una máquina"

Hace poco leí una historia acerca de una mujer que le pregunta a su hijo adolescente:

-¿Qué te gusta...? ¿Qué encuentra Mary en ti? ¿Qué le gusta de ti?

- Lo que a Mary le gusta de mí es:

A) que soy buen mozo;

B) que soy inteligente, y

C) que soy una gran compañía para ella.

Y su madre le dice:

- Y a ti, ¿Qué te gusta de Mary?

- Lo que me gusta de Mary es que me encuentra:

A) inteligente;

B) buen mozo...

Nos dieron poder, reputación, fama, prestigio. Nos dieron esta droga.

¿Sabes?, la cualidad que más me gusta de ti es que yo te gusto.

¿Qué te parece, eh? Las personas son tan necias, créeme, que, con sólo decirles que las quieres, te quieren a ti. ¡Así de necias son! Sólo saludan a quienes los saluden. Son como monos, como computadoras, máquinas, dispositivos mecánicos.

En cambio, deberían "ser como vuestro Padre que está en los Cielos, totalmente amante y compasivo, que hace brillar el sol sobre buenos y malos por igual, y hace caer su lluvia sobre justos y pecadores por igual".

"Si sólo amareis a los que os aman..." dice la Biblia. ¡Estaba allí mismo!

¿Cómo es que no lo descubrimos?

Cuando éramos niños nos "drogaron"

Si tomamos a un niño pequeño, de unos seis meses de edad y le inyectamos repetidamente heroína o cualquier otra droga, después de un lapso todo el cuerpo del niño clamará por la droga.

En lugar de ser criado con una alimentación buena y saludable, habrá sido criado con droga. De modo que, cuando se lo priva de la droga, el pobre niño sufre las agonías de la muerte.

¿Listos para una sorpresa?

Esto es lo que nos sucedió, a ti y a mí, a todos nosotros. Nos drogaron... Cuando éramos niños. No nos criaron con el alimento sano y saludable del juego y el trabajo, de la belleza y los placeres de los sentidos, y, cuando crecimos, del placer del intelecto. ¡Oh, no! Desarrollaron en nosotros el gusto por drogas llamadas "aprobación", "éxito", "hacerlo a la perfección", "alcanzar el éxito, la afirmación, el triunfo, la victoria". Nos dieron poder, reputación, fama, prestigio. Nos dieron esta droga. Y, ¿Sabes algo? Comenzamos a sentirnos bien.

Fue una especie de sensación de embriaguez, una magnífica sensación cuando nos aplaudían. Y empezamos a pensar que era magnífico ser famoso, exitoso, tratado con deferencia, popular.

Resultado: cuando empezamos a crecer, ya nos podían controlar de la manera que querían. Todo lo que tienen que hacer ahora es retener la droga. ¡Chico, si no has pasado por esto, te saludo!

No te aprueban... ¡Qué preocupado te sientes, qué intranquilo!

Te critican, no te afirman... ¡Síntomas de abandono! Vuelves a rastras para buscar reafirmación... Y hay psicólogos que escriben libros en los que te dicen que así es como se debe ser.

Así es como "debe" ser: más droga, más control.

Hemos perdido la capacidad de amar

Ahora bien, ¿Sabes que, como resultado de esto, has perdido tu capacidad de amar? Porque cuando necesitas a alguien, no puedes amar a esa persona.

¿Sabes por qué?

Porque ya no puedes comprenderla.

Cuando un político necesita votos, deja de comprender a la gente.

Cuando una mujer o un hombre de negocios enloquecen por el dinero, dejan de comprender a la gente.

Cuando quiero algo de ti, no te estoy comprendiendo; quiero obtener algo de ti...

Y tú sabes que esta situación es tan grave que, durante las veinticuatro horas del día, consciente o inconscientemente, queremos algo de las personas que nos rodean; queremos su aprobación, tememos su desaprobación. Tememos que nos rechacen; tenemos miedo de lo que puedan pensar de nosotros.

¿Cómo podrías amar a las personas de esta manera, cuando dependes tanto de ellas emocionalmente?

Cuando tomas contacto con este planteo por primera vez, es aterrorizante, ¿Sabes? Porque de repente te quedas solo, ¡no solitario! Solo.

Es una sensación extraña. De repente comprendes lo que habías sido a lo largo de toda tu vida, pero en lo que nunca habías reparado.

Y de repente te das cuenta de lo encantador que resulta estar solo, no necesitar emocionalmente a los demás. Y, por primera vez, comprendes que puedes amar a la gente. No necesitas sobornarlos, manipularlos, impresionarlos, apaciguarlos.

Finalmente, puedes amar. Y, por primera vez en tu vida, serás incapaz de sentirte solitario. Nunca más podrás sentirte solitario.

El sentirse solitario no se cura con compañía humana; se cura con el contacto con la realidad.

-¡Oh, tenemos que depender unos de otros! -les dirán con grandilocuencia.

Por supuesto que tenemos que depender unos de otros. Así es como se construye nuestra sociedad; compartimos nuestro trabajo, compartimos nuestro catecismo; ¡eso es maravilloso! No tengo algo en contra de esta clase de dependencia.

Lo malo es depender de otro para tu felicidad. Depender de otro para aprender, para adquirir habilidades técnicas, para alimentarse, está muy bien.

Para la cooperación dentro del mundo, la dependencia es necesaria.

Lo malo es depender de otros para tu felicidad. Pues entonces no puedes amar. Piensa en esto cuando tengas tiempo y puedas dedicarte al ocio. Hasta que ceses de

depender de los demás, hasta que mueras a la necesidad de depender de la gente.

¿Sabes qué significa sentirse solitario? Significa tener una necesidad desesperada de los demás, hasta el punto de ser infeliz sin ellos.

El sentirse solitario no se cura con compañía humana; se cura con el contacto con la realidad, comprendiendo que no necesitamos a los demás, que no los necesitamos.

En última instancia, podrás disfrutarlos porque no los necesitas.

El resultado es que ya no hay tensión. ¿Sabes qué significa estar con los demás y no tener alguna tensión?

Porque no te importa si los demás te quieren o no, ni qué piensan de ti. ¿Sabes qué significa eso? ¡Oh, qué felicidad, qué dicha! Los demás podrían pensar lo que quisieran, podrían decir lo que quisieran, sin problema. Tú no te sentirías afectado, pues te sacaron la droga del "sistema". Sí, lo sé, estás aún en el mundo, pero ya no le perteneces. Ya no pueden controlarte. Y, de repente, no tienes una cama donde apoyar tu cabeza. "Los zorros tienen sus cuevas; las aves del cielo, sus nidos...", pero tú no apoyas tu cabeza en algún lugar. No lo necesitas, porque no te aferras más. Allí es donde comienza el amor.

Antes de terminar, contaré una pequeña parábola, a la que, si tuviera que elegir entre las miles de historias que conozco, la llamaría "mi historia favorita".

Ésta es la parábola.

Un grupo de turistas viajan sentados en un ómnibus. Pasan por una hermosa campiña. Las cortinas de las ventanillas están cerradas.

¿Y qué creen ustedes que hacen ellos? Algunos duermen profundamente, mientras que otros están obsesionados con quién es la mujer mejor vestida del ómnibus, o quién de ellos es el que está sentado en el lugar más "respetable".

Y riñen por estas cosas. Y así llega el final del viaje, y ninguno de ellos ha visto algo de la magnífica campiña.

¿En qué crees que la mayoría de la gente gasta su vida?

¡En impresionar a otros!

En asegurarse de que no son criticados y en obtener autoafirmación.

Me pregunto cuántos son los seres humanos que no están obsesionados con esto durante las veinticuatro horas del día, consciente o inconscientemente. Muy pocos.

Resultado: muy poca gente vive.

Y ahora viene la última historia. Había un león que creció en un rebaño de ovejas y no tenía conciencia de que era un león.

Balaba como una oveja y comía pasto como una oveja. Un día en que las ovejas deambulaban por el borde de una gran selva, un león grande y poderoso soltó un rugido y salió corriendo de la espesura, dirigiéndose directamente al centro del rebaño. Todas las ovejas se desbandaron y huyeron. Cuál no sería la sorpresa del león de la selva cuando vio al otro león, allí, entre las ovejas. Entonces las corrió y las agarró. Y allí estaba el pobre león, encogido frente al rey de la selva. Y éste le preguntó:

-¿Qué haces aquí?

Y el otro dijo;

¡Perdón, ten piedad de mí; no me comas, ten piedad de mí!

Pero el rey de la selva lo arrastró consigo. Lo llevó a un lago y le dijo: -¡Mira!

Entonces el león que creía ser una oveja miró y, por primera vez, vio su reflejo, vio su imagen. Luego miró al otro león, y volvió a mirar, y soltó un poderoso rugido.

Nunca más volvió a ser una oveja. Le había llevado un minuto.

Bien, quizás, en el transcurso de toda mi exposición, habrás mirado y visto a través de toda esta red de mentiras, condicionamientos y programaciones a los que estamos sujetos, y habrás adquirido alguna noción acerca de quién eres. Si es así,

HABRÁ VALIDO LA PENA.

UNA LLAMADA AL AMOR
CONSCIENCIA – LIBERTAD – FELICIDAD

ANTHONY DE MELLO

Presentación

Las meditaciones que contiene este libro no son alguna especie de nuevas doctrinas, sino las "memorias" de un místico que tuvo el valor de ver la realidad y que, como consecuencia de ello, vivió lleno de compasión y amor por todos los seres y todas las cosas y se deleitaba "con todo y con nada". En cierto sentido, el libro tiene algo de autobiográfico, porque refleja la dolorosa trayectoria que tuvo que recorrer Tony en los últimos años de su vida para renunciar a cualesquiera sistemas de creencias, ideologías, fórmulas e inclinaciones y acceder a la vida, al amor, a la felicidad y estar solo. El libro versa ante todo, sobre el amor, y los obstáculos al mismo: apegos, instintos, deseos, sistemas de creencias...; en una palabra: sobre los condicionamientos y el modo de liberarse de ellos y conseguir ver, conseguir amar.

No es de esperar que todo el mundo esté de acuerdo con Tony; puede que muchos no quieran ver lo que él quiere hacer ver. Tony es consciente de que muchos prefieren los muros de su prisión a la libertad que hay fuera de ellos; y de que otros no querrían más que mejorar las condiciones de dicha prisión. Él esperaba, eso sí, que algunos tuvieran el valor de evadirse de su encarcelamiento para ver la realidad y resultar transformados por semejante visión. También sabía que otros le acusarían de mirarlo todo desde una perspectiva excesivamente personal e ignorar las dimensiones sociales y estructurales de la realidad. Pero Tony no era ciego a dichas dimensiones; lo que ocurre es que estaba más interesado en ofrecer y propugnar una actitud fundamental necesaria para todos (reformadores de la sociedad, revolucionarios, cristianos, hindúes, ateos...): una actitud muy parecida al nishkama karma de la tradición india, o lo que él llamaba la mística de las acciones no lucrativas, indispensable para cualquiera que desee contribuir a la construcción de una sociedad más justa y humana.

Por supuesto que el libro adolece de cierta dosis de repetitividad; pero las repeticiones son inevitables si no se quiere sacrificar algunas de sus valiosísimas intuiciones. De ahí que el texto haya sido conservado tal como Tony lo dejó, a excepción de algunas levísimas correcciones. Aun a riesgo de provocar controversia, hemos decidido ofrecer al público estas meditaciones, porque estamos convencidos de su extraordinario valor, no porque preveamos que hayan de concitar el entusiasmo de sus seguidores. De todos modos, tal vez algunos tengan el valor de tomárselas en serio.... Y consigan ver

JOSEPH MATTAM S.J.
Ahmedabad, 4 de enero de 1991

MEDITACION 1

"¿De qué le sirve al hombre ganar todo el mundo si pierde su vida?"
(Mt. 16,26)

Recuerde la clase de sentimiento que experimentas cuando alguien te elogia, cuando te ves aprobado, aceptado, aplaudido... Y compáralo con el sentimiento que brota en tu interior cuando contemplas la salida o la puesta del sol, o la naturaleza en general, o cuando lees un libro o ves una película que te gusta de veras. Trata de revivir este último

sentimiento y compáralo con el primero, el producido por el hecho de ser elogiado. Comprende que este primer tipo de sentimiento proviene de tu propia "glorificación" y "promoción" y es un sentimiento mundano, mientras el segundo proviene de tu propia realización y es un sentimiento anímico.

Veamos otro contraste: recuerda la clase de sentimiento que experimentas cuando obtienes algún éxito cuando consigues lo que anhelabas, cuando "llegas arriba", cuando vences en una partida, en una apuesta, en una discusión. Y compáralo con el sentimiento que te invade cuando disfrutas realmente con tu trabajo, cuando de veras te absorbe por entero la tarea que desempeñas. Y observa, una vez más, la diferencia cualitativa que existe entre el sentimiento mundano y el sentimiento anímico.

Y todavía otro contraste más: Recuerda lo que sentías cuando tenías poder, cuando tú eras el jefe y la gente te respetaba y acataba tus órdenes, o cuando eras una persona popular y admirada. Y compara ese sentimiento mundano con el sentimiento de intimidad y compañerismo que has experimentado cuando has disfrutado a tope la compañía de un amigo o de un grupo de amigos con los que te has reído y divertido de veras.

Una vez hecho lo anterior, trata de comprender la verdadera naturaleza de los sentimientos mundanos, es decir, los sentimientos de autobombo y vanagloria, que no son naturales, sino que han sido inventados por tu sociedad y tu cultura para hacer que seas productivo y poder controlarte. Dichos sentimientos no proporcionan el sustento y la felicidad que se producen cuando contemplas la naturaleza o disfrutas de la compañía de un amigo o de tu propio trabajo, sino que han sido ideados para producir ilusiones, emoción... Y vacío.

Trata luego de verte a ti mismo en el transcurso de un día o de una semana y piensa cuantas de las acciones que has realizado y de las actividades en que te has ocupado han estado libres del deseo de sentir esas emociones e ilusiones que únicamente producen vacío, del deseo de obtener atención y la aprobación de los demás, la fama, la popularidad, el éxito o el poder.

Fíjate en las personas que te rodean. ¿Hay entre ellas alguna que no se interese por esos sentimientos mundanos? ¿Hay una sola que no esté dominada por dichos sentimientos, que no los ansíe, que no emplee consciente o inconscientemente, cada minuto de su vida en buscarlos' Cuando consigas ver esto, comprenderás cómo la gente trata de ganar el mundo y cómo, al hacerlo, pierde su vida. Y es que viven unas vidas vacías, monótonas, sin alma...

Propongo a tu consideración la siguiente parábola de la vida: un autobús cargado de turistas atraviesa una hermosísima región llena de lagos, montañas, ríos y praderas. Pero las cortinas del autobús están echadas, y los turistas, que no tienen la menor idea de lo que hay al otro lado de las ventanillas, se pasan el viaje discutiendo sobre quién debe ocupar el mejor asiento del autobús, a quien hay que aplaudir, quién es el más digno de consideración... Y así siguen hasta el final del viaje.

MEDITACION 2

"Si alguno viniere a mí y no odia a su padre y a su madre, a su mujer y a sus hijos, a sus hermanos y hermanas y hasta su propia vida, no puede ser discípulo mío" (Lc. 14,26)

Echa un vistazo al mundo y observa la infelicidad que hay en torno a ti y dentro de ti mismo. ¿Acaso sabes cuál es la causa de tal infelicidad? Probablemente digas que la causa es la soledad, o la opresión, o la guerra, o el odio, o el ateísmo... Y estarás equivocado. La infelicidad tiene una sola causa: las falsas creencias que albergas en tu mente; creencias tan difundidas, tan comúnmente profesadas, que ni siquiera se te ocurre la posibilidad de ponerlas en duda. Debido a tales creencias, ves el mundo y te ves a ti mismo de una manera deformada. Estás tan profundamente "programado" y padeces tan intensamente la presión de la sociedad que te ves

literalmente obligado a percibir el mundo de esta manera deformada. Y no hay solución, porque ni siquiera sospechas que tu percepción está deformada, que piensas de manera equivocada, que tus creencias son falsas.

Mira en derredor tuyo y trata de encontrar a una sola persona que sea auténticamente feliz: sin temores de algún tipo, libre de toda clase de inseguridades, ansiedades, tensiones, preocupaciones... Será un milagro si logras encontrar a una persona así entre cien mil. Ello debería hacerte sospechar de la "programación" y las creencias que tanto tú como esas personas tenéis en común. Pero resulta que también has sido "programado" para no abrigar sospechas ni dudas y para limitarte a confiar en lo que tu tradición, tu cultura, tu sociedad y tu religión te dicen que des por sentado. Y si no eres feliz, ya has sido adiestrado para culparte a ti de ello, no a tu "programación" ni a tus ideas y creencias culturalmente heredadas. Pero lo que empeora aún más las cosas es el hecho de que la mayoría de las personas han sufrido tal lavado de cerebro que ni siquiera se dan cuenta de lo infelices que son...: como el hombre que sueña y no tiene ni idea de que está soñando.

¿Cuáles son esas falsas creencias que te apartan de la felicidad? Veamos algunas. Por ejemplo, ésta: "No puedes ser feliz sin las cosas a las que estás apegado y que tanto estimas". Falso. No hay un solo momento en la vida en el que no tengas cuanto necesitas para ser feliz. Piensa en ello durante un minuto... La razón por la que eres infeliz es porque no dejas de pensar en lo que no tienes, en lugar de pensar más bien en lo que tienes en este momento.

O esta otra: "La felicidad es cosa del futuro". No es cierto. Tú eres feliz aquí y ahora; pero no lo sabes, porque tus falsas creencias y tu manera deformada de percibir las cosas te han llenado de miedos, de preocupaciones, de ataduras, de conflictos, de culpabilidades y de una serie de "juegos" que has sido "programado" para jugar. Si lograras ver a través de toda esa maraña, comprobarías que eres feliz... Y no lo sabes.

Otra falsa creencias: "La felicidad te sobrevendrá cuando logres cambiar la situación en que te encuentras y a las personas que te rodean". Tampoco es cierto. Estás derrochando estúpidamente un montón de energías tratando de cambiar el mundo. Si tu vocación en la vida es la de cambiar el mundo, ¡adelante, cámbialo!; pero no abrigues la ilusión de que así lograrás ser feliz. Lo que te hace feliz o desdichado no es el mundo ni las personas que te rodean, sino los pensamientos que albergas en tu mente. Tan absurdo es buscar la felicidad en el mundo exterior a uno mismo como buscar un nido de águilas en el fondo del mar. Por eso, si lo que buscas es la felicidad, ya puedes dejar de malgastar tus energías tratando de remediar tu calvicie, o de conseguir una figura atractiva, o de cambiar de casa, de trabajo, de comunidad, de forma de vivir o incluso de personalidad. ¿No te das cuenta de que podrías cambiar todo eso, tener la mejor de las apariencias, la más encantadora personalidad, vivir en el lugar más hermoso el mundo... Y, a pesar de ello, seguir siendo infeliz? En el fondo, tú sabes que esto es cierto; sin embargo, te empeñas en derrochar esfuerzos y energías tratando de obtener lo que sabes muy bien que no puede hacerte feliz.

Y otra falsa creencia más: "Si se realizan todos tus deseos, serás feliz". También eso es absolutamente falso. De hecho, son precisamente esos deseos los que te hacen vivir tenso, frustrado, nervioso, inseguro y lleno de miedos. Haz una lista de todos tus apegos y deseos, y a cada uno de ellos dile estas palabras: "En el fondo de mi corazón, sé que aunque te obtenga, no alcanzaré la felicidad". Reflexiona sobre la verdad que encierran estas palabras. Lo más que puede proporcionarte el cumplimiento de un deseo es un instante de placer y de emoción. Y no hay que confundir eso con la felicidad.

¿Qué es entonces, la felicidad? Muy pocas personas lo saben, y nadie puede decírtelo, porque la felicidad no puede ser descrita. ¿Acaso puedes describir lo que es la luz a una persona que no ha conocido en toda su vida más que la oscuridad? ¿O puedes quizá describir la realidad a alguien

durante un sueño? Comprende tu oscuridad, y ésta se desvanecerá; entonces sabrás lo que es la luz. Comprende tu pesadilla como tal pesadilla, y ésta cesará; entonces despertarás a la realidad. Comprende tus falsas creencias, y éstas perderán fuerzas; entonces conocerás el sabor de la felicidad.

Si las personas desean tanto la felicidad, ¿Por qué no intentan comprender sus falsas creencias? En primer lugar, porque nunca las ven como falsas, ni siquiera como creencias. De tal modo han sido "programadas" que las ven como hechos, como realidad. En segundo lugar, porque les aterra la posibilidad de perder el único mundo que conocen: el mundo de los deseos, los apegos, los miedos, las presiones sociales, las tensiones, las ambiciones, las preocupaciones, la culpabilidad..., con los instantes de placer, de consuelos y de entusiasmo que tales cosas proporcionan. Imagínate a alguien que temiera liberarse de una pesadilla, porque, a fin de cuentas, fuera ése el único mundo que conociera...: he ahí tu retrato y el de muchas otras personas.

Si quieres obtener una felicidad duradera, has de estar dispuesto a odiar a tu padre, a tu madre... Y hasta tu propia vida, y a perder cuanto posees. ¿De qué manera? No desprendiéndote de ello ni renunciando a ello (porque, cuando renuncias a algo forzadamente, queda uno vinculado a ello para siempre), sino, más bien, procurando verlo como la pesadilla que en realidad es; y entonces, lo conserves o no, habrá perdido todo dominio sobre ti y toda posibilidad de dañarte, y al fin te habrás liberado de tu sueño, de tu oscuridad, de tu miedo, de tu infelicidad...

Dedica, pues, un tiempo a tratar de ver tal como son cada una de las cosas a las que te aferras: una pesadilla que, por una parte, te proporciona entusiasmo y placer y, por otra, preocupación, inseguridad, tensión, ansiedad, miedo, infelicidad...

El padre y la madre: una pesadilla. La mujer y los hijos, los hermanos y hermanas: una pesadilla. Todas tus pertenencias: una pesadilla. Tu vida, tal como es: una pesadilla. Cada una de las cosas a las que te aferras y sin las que estás convencido de que no puedes ser feliz: una pesadilla... Por eso odiarás a tu padre y a tu madre, a tu mujer y a tus hijos, a tus hermanos y hermanas... Y hasta tu propia vida. Por eso deberás dejar todas tus pertenencias, es decir, dejarás de aferrarte a ellas, y de este modo habrás destruido su capacidad de dañarte. Por eso, finalmente, experimentarás ese misterioso estado que no puede ser descrito con palabras: el estado de felicidad y una paz permanentes. Y comprenderás cuán cierto es que quien deja de aferrarse a sus hermanos y hermanas, a su padre, a su madre, a sus hijos, a sus tierras y posesiones... Recibe el ciento por uno y obtiene la vida eterna.

MEDITACION 3

"Al que quiera pleitear contigo para quitarte la túnica, déjale también el manto; y a quien te fuerce a caminar una milla, acompáñalo dos"
(Mt 5,40-41)

Si observas de qué modo estás hecho y cómo funcionas, descubrirás que hay en tu mente todo un "programa" toda una serie de presupuestos acerca de cómo debe ser el mundo, cómo debes ser tú mismo y qué es lo que debes desear.

¿Quién es el responsable de ese "programa"? Tú no, desde luego. No eres realmente tú quien ha decidido cosas tan fundamentales como son tus deseos y exigencias, tus necesidades, tus valores, tus gustos, tus actitudes... Han sido tus padres, tu sociedad, tu cultura, tu religión y tus experiencias pasadas las que han introducido en tu "ordenador" las normas de funcionamiento. Ahora bien, sea cual sea tu edad y vayas a donde vayas, tu "ordenador" va contigo y actúa y funciona en cada momento consciente del día, insistiendo imperiosamente en que sus exigencias deben ser satisfechas por la vida, por la gente, por ti mismo. De hacerlo así, el "ordenador" te permitirá vivir pacífica y felizmente; de lo contrario, y aunque tú no tengas la culpa, generará unas emociones negativas que te harán sufrir.

Cuando, por ejemplo, otras personas no viven con arreglo a las expectativas de tu

"ordenador", éste te atormenta a base de frustración, de ira, de amargura... O cuando, por ejemplo, las cosas escapan a tu control, o el futuro es incierto, tu "ordenador" insiste en que experimentes ansiedad, tensión, preocupación... Entonces empleas un montón de energías en hacer frente a esas emociones negativas. Y generalmente te las apañas para gastar más aún energías en intentar cambiar el mundo que te rodea, al objeto de satisfacer las exigencias de tu "ordenador". Con lo cual obtienes cierta dosis de una paz bastante precaria, porque en cualquier momento la menor nimiedad (un tren que se retrasa, una grabadora que no funciona, una carta que no llega...) no es conforme con el programa de tu "ordenador", y éste se empeñará en que vuelvas a preocuparte de nuevo.

Por eso llevas una existencia patética, siempre a merced de las cosas y las personas, tratando desesperadamente de que se ajusten a las exigencias de tu "ordenador", a fin de poder tú disfrutar de la única paz que conoces: una tregua temporal de tus emociones negativas, cortesía de tu "ordenador" y de tu "programa".

¿Tiene esto solución? Por supuesto que sí. Naturalmente, no podrás cambiar tu "programa" de buenas a primeras o quizá nunca. Pero ni siquiera lo necesitas. Intenta lo siguiente: imagina que te encuentras en una situación o con una persona que te resulta desagradable y que ordinariamente tratas de evitar. Observa ahora cómo tu "ordenador" entra instintivamente en funcionamiento e insiste en que evites dicha situación o trates de modificarla. Si consigues resistir y te niegas a modificar la situación, observa cómo el "ordenador" se empeña en que experimentes irritación, ansiedad, culpabilidad o cualquier emoción negativa. Sigue considerando esa situación (o persona) desagradable hasta que caigas en la cuenta de que no es ella la que origina las emociones negativas (ella se limita a "estar ahí" y a desempeñar su función bien o mal, acertada o equivocadamente, es lo de menos). Es tu "ordenador" el que gracias al "programa", se empeña en que tu reacciones a base de emociones negativas. Lo verás mejor si logras comprender que hay personas que, con un programa diferente, y frente a la misma situación, persona o acontecimiento, reaccionan con absoluta calma y hasta con gusto y contento. No cejes hasta haber captado esta realidad: la única razón por la que tú no reaccionas de este modo es porque tu "ordenador" insiste obstinadamente en que es la realidad la que debe ser modificada para ajustarse a su "programa". Observa todo esto desde fuera, pos así decirlo, y comprueba el prodigioso cambio que se produce en ti.

Una vez que hayas comprendido esta verdad y, consiguientemente, haya dejado tu "ordenador" de generar emociones negativas, puedes emprender cualquier acción que creas conveniente. Puedes evitar la situación o a la persona en cuestión; puedes tratar de cambiarla; puedes insistir en que se respeten tus derechos o los derechos de los demás; puedes incluso recurrir al uso de la fuerza... Pero sólo después de haber conseguido liberarte de los trastornos emocionales, porque sólo entonces tu acción nacerá de la paz y del amor, no del deseo neurótico de satisfacer a tu "ordenador", de ajustarse a su "programa" o de liberarte de las emociones negativas que genera. Y sólo entonces comprenderás cuán profunda es la sabiduría de estas palabras: "Al que quiera pleitear contigo para quitarte la túnica, déjale también el manto; y a quien te fuerce a caminar una milla, acompáñalo dos". Porque te resultará evidente que la verdadera opresión proviene, no de las personas que pleitean contigo ni de quien te somete a un trabajo excesivo, sino de tu "ordenador", cuyo "programa" acaba con la paz de tu mente en el momento en que las circunstancias externas dejan de ajustarse a sus exigencias. Se sabe de personas que han sido felices... ¡incluso en el opresivo clima de un campo de concentración!

De lo que necesitas ser liberado es de la opresión de tu "programa". Sólo así podrás experimentar la libertad interior que está en el origen de toda revolución social, porque esa intensísima emoción, esa pasión que brota en tu corazón a la vista de los males sociales y te impulsa a la acción, tendrá su origen en la realidad, no en tu "programa" ni en tu ego.

MEDITACION 4

"... Y el joven se marchó entristecido,
porque tenía muchos bienes"
(Mc. 10,22)

¿Has pensado alguna vez que has sido "programado" para ser infeliz y que, por lo tanto, hagas lo que hagas para obtener la felicidad, estás abocado al fracaso?

Es como si introdujeras una serie de ecuaciones matemáticas en un ordenador, y éste fallara casa vez que pulsas el teclado para obtener un pasaje de Shakespeare.

Si quieres ser feliz, no necesitas hacer algún tipo de esfuerzo; ni siquiera necesitas buena voluntad o buenos deseos, sino comprender con claridad de qué manera has sido "programado" exactamente. Lo que ha ocurrido es lo siguiente: primero, tu sociedad y tu cultura te han enseñado a creer que no puedes ser feliz sin determinadas personas y determinadas cosas. Echa un vistazo a tu alrededor, y por todas partes verás personas que en realidad han construido sus vidas sobre la creencia que sin determinadas cosas - dinero, poder, éxito, aceptación, fama, amor, amistad, espiritualidad, Dios... - no pueden ser felices. ¿Cuál es la combinación exacta en tu caso?

Una vez que te has "tragado" tu creencia, has desarrollado instintivamente un especial apego a esa persona o cosa, sin la que estabas convencido de no poder ser feliz. Luego vinieron los consabidos esfuerzos por adquirirla, aferrarte a ella una vez conseguida y eliminar toda posibilidad de perderla. Todo ello te llevó finalmente a una servil dependencia emocional de ella, hasta el punto de concederle el poder de hacerte estremecer al conseguirla, de angustiarte ante la posibilidad de verte privado de ella y entristecerte en el caso de perderla efectivamente. Detente ahora por unos momentos y contempla horrorizado la lista interminable de ataduras que te tienen preso. Piensa en cosas y personas concretas, no en abstracciones... Una vez que tu apego a ellas se hubo apoderado de ti, comenzaste a esforzarte al máximo, en cada instante de tu vida consciente, por reordenar el mundo que te rodeaba, en orden a conseguir y conservar los objetos de tu adhesión. Es ésta una agotadora tarea que apenas te deja energías para dedicarte a vivir y disfrutar plenamente la vida. Pero, además, es una tarea imposible en un mundo que no deja de cambiar y que tú, sencillamente, no eres capaz de controlar. Por eso, en lugar de una vida de plenitud y serenidad, estás condenado a vivir una vida de frustración, ansiedad, preocupación, inseguridad, incertidumbre y tensión. Durante unos pocos y efímeros momentos, el mundo, efectivamente, cede a tus esfuerzos y se acomoda a tus deseos, y gozas entonces de una pasajera felicidad. Mejor dicho: experimentas un instante de placer, que en modo alguno sustituye la felicidad, porque viene acompañado de un difuso temor a que, en cualquier momento, ese mundo de cosas y personas que con tanto esfuerzo has conseguido construir escape a tu control y te llene de frustración, que es algo que, tarde o temprano, acaba siempre por suceder.

Hay algo aquí que conviene meditar: siempre que te encuentras inquieto o temeroso, es porque puedes perder o no conseguir el objeto de tu deseo, ¿No es verdad? Y siempre que sientes celos, ¿No es porque alguien puede llevarse aquello a lo que tú estás apegado? ¿Acaso tu irritación no se debe a que alguien se interpone entre ti y lo que deseas? Observa la paranoia que te entra cuando ves amenazado el objeto de tu adhesión o de tu afecto: no eres capaz de pensar con objetividad, y toda tu visión se deforma, ¿No es así? Y cuando te encuentres fastidiado, ¿No es porque no has conseguido en suficiente medida lo que tú crees que puede hacerte feliz o por lo que sientes apego? Y cuando estás deprimido y triste, ¿Acaso no ve todo el mundo que es porque la vida no te da aquello sin lo que estás convencido de que no puedes ser feliz? Casi todas las emociones negativas que experimentas son fruto directo de un apego de este tipo.

Así pues estás agobiado por la carga de tus ataduras... Y luchando desesperadamente por alcanzar la felicidad precisamente aferrándote a dicha carga. La sola idea es verdaderamente absurda. Pero lo trágico es que ése es el único método que

nos han enseñado para lograr la felicidad (un método seguro, por otra parte para producir desasosiego, frustración y tristeza). A casi nadie le han enseñado que, para ser auténticamente feliz, una sola cosa es necesaria: desprogramarse, liberarse de esas ataduras.

Cuando uno descubre esta palmaria verdad, le aterra pensar el dolor que pude suponerle el liberarse de sus ataduras. Pero lo cierto es que no se trata de un proceso doloroso, ni mucho menos. Al contrario: liberarse de las ataduras constituye una tarea absolutamente gratificante, con tal de que el instrumento empleado para ello no sea la fuerza de voluntad ni la renuncia, sino la visión. Todo cuanto tienes que hacer es abrir los ojos y ver que, de hecho, no necesitas en absoluto eso a lo que estás tan apegado; que has sido programado y condicionado para creer que no puedes ser feliz o que no puedes vivir sin esa persona o cosa determinada. Seguramente recuerdas la angustia que experimentaste cuando perdiste a alguien o algo que era para ti de incalculable valor; probablemente estabas seguro de que nunca más volverías a ser feliz. Pero, ¿Qué sucedió después? Pasó el tiempo, y aprendiste a arreglártelas perfectamente, ¿No es así? Aquello debería haberte hecho ver la falsedad de tu creencia, la mala pasada que estaba jugándote tu mente "programada".

Un apego no es un hecho. Es una creencia, una fantasía de tu mente, adquirida mediante una "programación". Si esa fantasía no existiera en tu mente, no estarías apegado. Amarías las cosas y las personas y disfrutarías de ellas; pero, al no existir la creencia, disfrutarías de ellas sin ataduras de algún tipo. ¿Existe, de hecho, otra forma de disfrutar realmente de algo? Pasa revista a todos tus apegos y ataduras, y dile a cada persona u objeto que te venga a la mente: "En realidad no estoy apegado a ti en absoluto. Tan sólo estoy engañándome a mí mismo creyendo que sin ti no puedo ser feliz" Limítate a hacer esto con toda honradez, y verás el cambio que se produce en ti: "En realidad no estoy apegado a ti en absoluto. Tan sólo estoy engañándome a mí mismo creyendo que sin ti no puedo ser feliz".

MEDITACION 5

"Es más fácil que un camello pase por el ojo de una aguja que no entre un rico en el Reino de Dios"
(Mc. 10,25)

¿Qué puede hacerse para alcanzar la felicidad? Nada hay que ni tú ni cualquier otro podáis hacer. ¿Por qué? Por la sencilla razón de que ahora mismo ya eres feliz, ¿Y cómo vas a adquirir lo que ya tienes? Pero, si es así ¿Por qué no experimentas esa felicidad que ya posees? Pues, simplemente, porque tu mente no deja de producir infelicidad. Arroja esa infelicidad de tu mente, y al instante aflorará al exterior la felicidad que siempre te ha pertenecido. ¿Y cómo se arroja fuera la infelicidad? descubre qué es lo que la origina y examina la causa abiertamente y sin temor: la infelicidad desaparecerá automáticamente.

Ahora bien, si te fijas como es debido, verás que hay una sola cosa que origina la infelicidad: el apego. ¿Y qué es el apego? Es un estado emocional de vinculación compulsiva a una cosa o persona determinada, originado por la creencia de que sin esa cosa o persona no es posible ser feliz. Tal estado emocional se compone de dos elementos; uno positivo y otro negativo. El momento positivo es el fogonazo de placer y la emoción el estremecimiento que experimentas cuando logras aquello a lo que estás apegado. El elemento negativo es la sensación de amenaza y de tensión que siempre acompaña al apego. Imagínate a alguien encerrado en un campo de concentración y que no deja de engullir comida: con una mano se lleva la comida a la boca, mientras que con la otra protege la comida restante de la codicia de sus compañeros de encierro, que tratarán de arrebatársela en cuanto baje la guardia. He aquí la imagen perfecta de la persona apegada. Por su propia naturaleza, el apego te hace vulnerable al desorden emocional y amenaza constantemente con hacer añicos tu paz. ¿Cómo puedes esperar, entonces, que una persona apegada acceda a ese océano de felicidad que llamamos el "Reino de Dios"? ¡Es como esperar que un camello pase por el ojo de una aguja!

Ahora bien, lo verdaderamente trágico del apego es que, si no se consigue su objeto, origina infelicidad; y si se consigue, no origina propiamente la felicidad, sino que simplemente produce un instante de placer, seguido de la preocupación y el temor de perder dicho objeto. Dirás: "Entonces, ¿No puedo tener ni un solo apego?" Por supuesto que sí. Puedes tener todos los apegos que quieras. Pero por casa uno de ellos tendrás que pagar un precio en forma de pérdida de felicidad. Fíjate bien: los apegos son de tal naturaleza que, aun cuando lograras satisfacer muchos de ellos a lo largo de un día, con que sólo hubiera uno que no pudieras satisfacer, bastaría para obsesionarte y hacerte infeliz. No hay manera de ganar la batalla de los apegos. Pretender un apego sin infelicidad es algo así como buscar agua que no sea húmeda. Jamás ha habido alguien que haya dado con la fórmula para conservar los objetos de los propios apegos sin lucha, sin preocupación, sin temor y sin caer, tarde o temprano derrotado.

En realidad, sin embargo, si hay una fórmula de ganar la batalla de los apegos: renunciar a ellos. Contrariamente a lo que suele creerse, renunciar a los apegos es fácil. Todo lo que hay que hacer es ver, pero ver realmente, las siguientes verdades. PRIMERA VERDAD; estás aferrado a una falsa creencia, a saber, la que sin una cosa o persona determinada no puedes ser feliz. Examina tus apegos uno a uno y comprobarás la falsedad de semejante creencia. Tal vez tu corazón se resista a ello; pero, en el momento en que consigas verlo, el resultado emocional se producirá de inmediato y en ese mismo instante el apego perderá su fuerza. SEGUNDA VERDAD: si te limitas a disfrutar las cosas, negándote a quedar apegado a ellas, es decir, negándote a creer que no podrás ser feliz sin ellas, te ahorrarás toda la lucha y toda la tensión emocional que supone el protegerlas y conservarlas. ¿No conoces lo que es poder conservar todos los objetos de tus distintos apegos sin renunciar a uno sólo de ellos, y poder disfrutarlos más a fin a base de no apegarte ni aferrarte a ellos, porque te encuentras pacífico y relajado y no sientes la menor amenaza en relación a su disfrute? TERCERA Y ÚLTIMA VERDAD: Si aprendes a disfrutar el aroma de un millar de flores, no te aferrarás a alguna de ellas ni sufrirás cuando no puedas conseguirla. Si tienes mil platos favoritos, la pérdida de uno de ellos te pasará inadvertida, y tu felicidad no sufrirá menoscabo. Pero son precisamente tus apegos los que te impiden desarrollar un más amplio y más variado gusto por las cosas y las personas.

A la luz de estas tres verdades, no hay apego que sobreviva. Pero la luz, para que tenga efecto, debe brillar ininterrumpidamente. Los apegos sólo pueden medrar en la oscuridad del engaño y la ilusión. Si el rico no puede acceder al reino del gozo y de la alegría, no es porque quiera ser malo, sino porque decide ser ciego.

MEDITACION 6

"Las zorras tienen guaridas, y las aves del cielo nidos; pero el hijo del hombre no tiene donde reclinar la cabeza"
(Mt. 8,20)

He aquí un error que la mayoría de las personas cometen en sus relaciones con los demás: tratar de construirse un nido estable en el flujo constantemente móvil de la vida.

Piensa en alguien cuyo amor desees. ¿Quieres ser alguien importante para esa persona y significar algo especial en su vida? ¿Quieres que esa persona te ame y se preocupe por ti de una manera especial? Si es así abre tus ojos y comprueba que estás cometiendo la necedad de invitar a otros a reservarte para sí mismos, a limitar tu libertad en su propio provecho, a controlar tu conducta, tu crecimiento y tu desarrollo de forma que éstos se acomoden a sus propios intereses. Es como si la otra persona te dijera: "Si quieres ser alguien especial para mí, debes aceptar mis condiciones, porque, en el momento en que dejes de responder a mis expectativas, dejarás de ser especial" ¿Quieres ser alguien especial para otra persona? Entonces has de pagar un precio en forma de pérdida de libertad. Deberás danzar al son de esa otra persona, del mismo modo que exiges que los demás dancen a tu propio son si desean ser para ti algo especial.

Párate por un momento a preguntarte si merece la pena pagar tanto por tan poco. Imagina que a esa persona, cuyo especial amor deseas, le dices: "Déjame ser yo mismo, tener mis propios pensamientos, satisfacer mis propios gustos, seguir mis propias inclinaciones, comportarme tal como yo decida que quiero hacerlo...". En el momento que digas estas palabras, comprenderás que estás pidiendo lo imposible. Pretender ser especial para alguien significa, fundamentalmente, someterse a la obligación de hacerse grato a esa persona y, consiguientemente, perder tu propia libertad, Tómate el tiempo que necesites para comprenderlo...

Tal vez ahora estés ya en condiciones de decir: "Prefiero mi libertad antes que tu amor". Si tuvieras que escoger entre tener compañía en la cárcel o andar libremente por el mundo en soledad, ¿Qué escogerías? Dile ahora a esa persona: "Te dejo que seas tú mismo/a, tener tus propios pensamientos, satisfacer tus propios gustos, seguir tus propias inclinaciones, comportarte tal como decidas que quieres hacerlo... " En el momento en que digas esto, observarás una de estas dos cosas: o bien tu corazón se resistirá a pronunciar esas palabras y te revelarás como la persona posesiva y explotadora que eres (con lo que es hora que examines tu falsa creencia de que no puedes vivir o no puedes ser feliz sin esa otra persona), o bien tu corazón pronunciará dichas palabras sinceramente, y en ese mismo instante se esfumará todo tipo de control, de manipulación, de explotación, de posesividad, de envidia... "Te dejo que seas tu mismo: que tengas tus propios pensamientos, que satisfagas tus propios gustos, que sigas tus propias inclinaciones, que te comportes tal como decidas que quieres hacerlo..."

Y observarás también algo más: que la otra persona deja automáticamente de ser algo especial e importante para ti, pasando a ser importante del mismo modo en que una puesta de sol o una sinfonía son hermosas en sí mismas, del mismo modo en que un árbol es algo especial en sí mismo y no por los frutos o la sombra que pueda ofrecerte. Compruébalo diciendo de nuevo: "Te dejo que seas tú mismo..." Al decir estas palabras te has liberado a ti mismo. Ahora ya estás en condiciones de amar. Porque, cuando te aferras a alguien desesperadamente, lo que le ofreces a la otra persona no es amor, sino una cadena con la que ambos, tú y la otra persona amada, quedáis estrechamente atados. El amor sólo puede existir en libertad. El verdadero amante busca el bien de la persona amada, lo cual requiere especialmente la liberación de ésta con respecto a aquél.

MEDITACION 7

"Airado, el dueño de la casa le dijo a su siervo: 'Sal en seguida a las calles y plazas de la ciudad y tráete a los pobres y lisiados y ciegos y cojos"
(Lc. 14,21)

Piensa en alguien que te desagrade: alguien a quien sueles tratar de evitar, porque su presencia te produce sentimientos negativos. Imagina que estás ahora mismo en presencia de es persona y observa cómo surgen las emociones negativas... Es perfectamente posible que imagines a alguien pobre, lisiado, ciego o cojo

Comprende ahora que, si invitas a tu casa a esa persona, ese mendigo que anda por las plazas y las calles, es decir, si la invitas a estar en tu presencia, ella te ofrecerá algo que ninguno de tus encantadores y amables amigos, por muy rico que sea, pueden ofrecerte. Te revelará a ti mismo tu propio ser y la naturaleza humana: una revelación tan valiosa como cualquiera de las que pueden hallarse en la Biblia, porque ¿De qué te vale conocer todas las Escrituras si no te conoces a ti mismo y, consiguientemente, vives como si fueras un "robot"? La revelación que este mendigo va a hacerte servirá para ensanchar tu corazón hasta que haya espacio en él para toda criatura viviente. ¿Puede haber mejor regalo?

Trata de verte ahora reaccionando negativamente y hazte la siguiente pregunta: "Tengo yo el control de esta situación o, por el contrario, es la situación la que me domina a mí?" Esa es la primera revelación. Y a continuación viene la segunda: la manera de controlar esta situación consiste en que tengas el control de ti mismo, cosa que en realidad no

sucede. ¿Cómo se logra este dominio? Todo lo que tienes que hacer es comprender que hay personas en el mundo que, si estuvieran en tu lugar, no se verían afectadas negativamente por esa persona, sino que controlarían la situación y estarían por encima de ella, no sometidas a ella como tú lo estás. Así pues, no es esa persona la que origina tus sentimientos negativos, como equivocadamente crees, sino tu "programación": ésta es la tercera y principal revelación. Observa lo que ocurre cuando logras realmente comprender esto.

Una vez recibidas estas revelaciones acerca de ti mismo, presta atención a la revelación relativa a la naturaleza humana. ¿Sabes si esa otra persona es o no responsable de ese comportamiento o esa característica suya que te hace reaccionar negativamente? Sólo puedes persistir en tus sentimientos negativos si crees, equivocadamente, que esa persona es perfectamente libre y consciente y, por lo tanto, responsable. Pero ¿Acaso hay alguien que haga el mal con pleno conocimiento de causa? La capacidad de hacer el mal o de ser malo no tiene que ver con la libertad, sino que es una enfermedad, porque supone una falta de consciencia y de sensibilidad. Los que son verdaderamente libres no pueden pecar, como tampoco Dios puede hacerlo. Esa pobre persona que tienes ante ti es una persona lisiada, ciega, coja, no la persona terca y malévola que tú, neciamente, creías. Trata de comprender esta verdad; considérala detenida y profundamente, y verás cómo tus emociones negativas dan paso a la ternura y la compasión. De pronto se hará espacio en tu corazón para quien había sido ignorado y despreciado por los demás... Y por ti mismo.

Ahora constatarás cómo en realidad era ese mendigo que te ofrecía a ti la verdadera limosna de ensanchar tu corazón con la compasión y darle a tu espíritu las alas de la libertad. Ahora, en lugar de estar sometido tú a esas personas (que tenían la virtud de producirte emociones negativas, lo cual te obligaba a desviarte de tu camino para evitarlas), posees la libertad de no evitar a alguna de ellas e ir adonde quieras. Una vez que lo hayas visto, comprobarás cómo al sentimiento de compasión se ha añadido en tu corazón el sentimiento de gratitud hacia ese mendigo que, de hecho, es tu benefactor. Y experimentarás también un nuevo e inusitado sentimiento: del mismo modo que el que ha aprendido a nadar desea encontrar el agua donde poder hacerlo, así anhelarás también tú la compañía de esos seres lisiados, ciegos y cojos, porque siempre que estás con ellos, en lugar de experimentar como antes la opresión y la tiranía de los sentimientos negativos, ahora puedes verdaderamente sentir una compasión cada vez mayor una inefable libertad. Y apenas puedes reconocerte a ti mismo saliendo a las calles y plazas de la ciudad, obediente al mandato del maestro, en busca de los pobres, lisiados, ciegos y cojos.

MEDITACION 8

"He venido a este mundo para un juicio: para que los que no ven, vean, y los que ven, se queden ciegos".
(Jn 9,39)

Se dice que el amor es ciego. Pero ¿Lo es de veras? De hecho, nada hay en el mundo tan clarividente como el amor. Lo que es ciego no es el amor, sino el apego: ese estado de obcecación que proviene de la falsa creencia de que algo o alguien es del todo necesario para ser feliz. ¿Tienes algún apego de esa clase? ¿Hay cosas o personas sin las que, equivocadamente, creas que no puedes ser feliz? Haz una lista de ellas ahora mismo, antes de que pasemos a ver de qué manera exactamente te ciegan.

Imagínate a un político que está convencido de que no puede ser feliz si no alcanza el poder: la búsqueda del poder va a endurecer su sensibilidad para el resto de su vida. Apenas tiene tiempo para dedicarlo a su familia y sus amigos. De pronto, ve a todos los seres humanos -y reacciona ante ellos- en función de la ayuda o amenaza que pueden suponer para su ambición. Y los que no suponen alguna de las dos cosas ni siquiera existen para él. Si, además de esta ansia de poder, está apegado a otras cosas, como el sexo o el dinero, el pobre hombre será tan selectivo en sus percepciones que casi puede afirmarse que está ciego. Esto es algo que ve todo el mundo, excepto él mismo. Y es también lo que conduce al rechazo del Mesías, al rechazo de la verdad,

la belleza, y la bondad, porque uno se ha hecho ciego para percibirlas.

Imagínate ahora a ti mismo escuchando una orquesta cuyos timbales suenan tan fuerte que hacen que no se oiga algo más. Naturalmente, para disfrutar de una sinfonía tienes que poder oír cada uno de los instrumentos. Del mismo modo, para vivir en ese estado que llamamos "amor" tienes que ser sensible a la belleza y al carácter único de cada una de las cosas y personas que te rodean. Difícilmente podrás decir que amas aquello que ni siquiera ves; y si únicamente ves a unos cuantos seres, pero excluyes a los otros, eso no es amor ni algo que se le parezca, porque el amor absolutamente a nadie excluye, sino que abraza la vida entera: el amor escucha la sinfonía como un todo, y no únicamente tal o cual instrumento.

Detente ahora por unos instantes y observa cómo tus apegos -al igual que el apego del político al poder, o el del hombre de negocios al dinero- te impiden apreciar debidamente la sinfonía de la vida. O tal vez prefieras verlo de esta otra manera: existe una enorme cantidad de información que, procedente del mundo que te rodea, afluye hacia ti a través de los sentidos, los tejidos y los diversos órganos de tu cuerpo; pero tan sólo una pequeña parte de esa información consigue llegar a tu mente consciente. Es algo parecido a lo que ocurre con la inmensa cantidad de "feed-back" que se envía al Presidente de una nación: Sólo una mínima parte de la misma llega hasta él, porque alguien en su entorno se encarga de filtrar y de tamizar dicha información. ¿Quién decide, pues, lo que finalmente, de entre todo el materia que te llega del mundo circundante, se abre camino hasta tu mente consciente? Hay tres filtros que actúan de manera determinante: tus apegos, tus creencias y tus miedos.

En primer lugar, tus apegos: inevitablemente, siempre prestarás atención a lo que favorece o pone en peligro dichos apegos, y fingirás no ver lo demás. Lo demás no te interesará más de cuanto pueda interesarle al avaro hombre de negocios cualquier cosa que no suponga hacer dinero. En segundo lugar, tus creencias: piensa por un momento en el individuo fanático que tan sólo se fija en aquello que confirma lo que él cree y apenas percibe cuanto pueda ponerlo en entredicho, y comprenderás lo que tus creencias suponen para ti. Finalmente tus miedos: si supieras que ibas a ser ejecutado dentro de una semana, tu mente se centraría exclusivamente en ello y no podrías pensar en otra cosa. Esto es lo que hacen los miedos: fijar tu atención en determinadas cosas, excluyendo todas las demás. Piensa equivocadamente que tus miedos te protegen, que tus creencias te han hecho ser lo que eres y que tus apegos hacen de tu vida algo apasionante y firme. Y no ves, sin embargo, que todo ello constituye una especie de pantalla o filtro entre ti y la sinfonía de la vida.

Naturalmente, es del todo imposible ser plenamente consciente de todas y cada una de las notas de dicha sinfonía. Pero, si logras mantener tu espíritu libre de obstáculos y tus sentidos abiertos, comenzarás a percibir las cosas tal como realmente son y a establecer una interacción mutua con la realidad, y quedarás cautivado por la armonía del universo. Entonces comprenderás lo que es Dios, porque al fin habrás entendido lo que es el amor.

Míralo de este modo: tú ves a las personas y las cosas, no tal como ellas son, sino tal como eres tú. Si quieres verlas tal como ellas son, debes prestar atención a tus apegos y a los miedos que tales apegos engendran. Porque, cuando encaras la vida, son esos apegos y esos miedos los que deciden qué es lo que tienes que ver y lo que tienes que ignorar. Y sea cual sea lo que veas, ello va a absorber tu atención. Ahora bien, como tu mirar es selectivo, tienes una visión engañosa de las cosas y las personas que te rodean. Y cuanto más se prolongue esa visión deformada, tanto más te convencerás de que ésa es la verdadera imagen del mundo, porque tus apegos y tus miedos no dejan de procesar nuevos datos que refuercen dicha imagen. Esto es lo que da origen a tus creencias, las cuales no son sino formas fijas e inmutables de mirar una realidad que, de por sí, no es fija ni inmutable, sino móvil y en constante cambio. Así pues, el mundo con el que te

relacionas y al que amas no es ya el mundo real, sino un mundo creado por tu propia mente. Sólo cuando consigas renunciar a tus creencias, a tus miedos y a los apegos que los originan, te verás libre de esa insensibilidad que te hace ser tan sordo y tan ciego para contigo mismo y para con el mundo.

MEDITACION 9

"Arrepentíos, porque el reino de Dios está cerca"
(Mt. 4,17)

Imagina que tienes un receptor de radio que, por mucho que gires el dial, sólo capta una emisora. Por otra parte, no puedes controlar el volumen: unas veces, el sonido apenas es audible; otras, es tan fuerte que te destroza los tímpanos. Y, además, es imposible apagarla y, aunque a veces suena bajo, de pronto se pone a sonar estruendosamente cuando lo que quieres es descansar y dormir. ¿Quién puede soportar una radio que funciona de semejante modo? Y, sin embargo, cuando tu corazón se comporta de un modo parecido, no sólo lo soportas sino que lo consideras normal y hasta humano.

Piensa en las numerosas veces que te has visto zarandeado por tus emociones, que has sufrido accesos de ira, de depresión, de angustia, cuando tu corazón se ha empeñado en conseguir algo que no tenías, o en aferrarte a algo que poseías, o en evitar algo que no deseabas. Estabas enamorado, por ejemplo, y te sentías rechazado o celoso; de pronto, toda tu mente y tu corazón empezaron a centrarse exclusivamente en este hecho, y el banquete de la vida se troncó en cenizas en tu boca. O estabas empeñado en ganar las elecciones, y el fragor del combate te impedía escuchar el canto de los pájaros: tu ambición ahogaba cualquier sonido que pudiera "distraerte". O te enfrentabas a la posibilidad de haber contraído una grave enfermedad, o a la pérdida de un ser querido, y te resultaba imposible concentrarte en cualquier otra cosa...en suma, en el momento en que te dejas atrapar por un apego, deja de funcionar ese maravilloso aparato que llamamos "corazón humano". Si deseas reparar tu aparato de radio, tienes que estudiar radioelectrónica. Si deseas reformar tu corazón, tienes que tomarte tiempo para pensar seriamente en cuanto a verdades libertadoras. Pero antes elige algún apego que te resulte verdaderamente inquietante, algo a lo que estés aferrado, algo que te inspire temor, algo que ansíes vehementemente... Y ten presente ese apego mientras escuchas tales verdades.

Primera verdad: debes escoger entre tu apego y la felicidad. No puedes tener ambas cosas. En el momento en que adquieres un apego, tu corazón deja de funcionar como es debido, y se esfuma tu capacidad de llevar una existencia alegre, despreocupada y serena. Comprueba cuán verdadero es esto si lo aplicas al apego que has elegido.

Segunda verdad: ¿De dónde te vino ese apego? No naciste con él, sino que brotó de una mentira que tu sociedad y tu cultura te han contado, o de una mentira que te has contado tú a ti mismo, a saber, que sin tal cosa o tal otra, sin esta persona o la de más allá, no puedes ser feliz. Simplemente, abre los ojos y comprueba la falsedad de semejante aserto. Hay centenares de personas que son perfectamente felices sin esa persona o esa circunstancia que tu tanto ansías y sin la cual estás convencido de que no puedes ser feliz. Así pues, elige entre tu apego y tu libertad y felicidad.

Tercera verdad: si deseas estar plenamente vivo, debes adquirir y desarrollar el sentido de la perspectiva. La vida es infinitamente más grande que esa nimiedad a la que tu corazón de ha apegado y a la que tú has dado el poder de alterarte de ese modo. Una nimiedad, si, porque si vives lo suficiente, es muy fácil que algún día esa cosa o persona dejen de importarte... Y hasta puede que ni siquiera te acuerdes de ella, como podrás comprobar por tu experiencia. Hoy mismo, apenas recuerdes aquellas tremendas tonterías que tanto te inquietaron en el pasado y que ya no te afectan en lo más mínimo.

Y llegamos a la cuarta verdad, que te lleva a la inevitable conclusión de que

ninguna cosa o persona que no seas tú tiene el poder de hacerte feliz o desdichado. Seas o no consciente de ello, eres tú, y nadie más que tú, quien decide ser feliz o desdichado, según te aferres o dejes de aferrarte al objeto de tu apego en una situación dada.

Si reflexionas sobre estas verdades, puede que tomes consciencia de que tu corazón se resiste a ellas o que, por el contrario, busca razones en su contra y se niega a tomarlas en consideración. Será señal de que tus apegos no te han hecho sufrir lo bastante como para desear realmente reparar tu "radio espiritual". También es posible que tu corazón no se resista a dichas verdades; en tal caso, alégrate de ello: es señal de que el arrepentimiento, la "remodelación" de tu corazón, ha comenzado, y de que, al fin, el reino de Dios - la vida reconfortantemente despreocupada de los niños- se ha puesto a tu alcance, y que estás a punto de tocarlo con los dedos y tomar posesión de él.

MEDITACION 10

"Maestro, ¿Qué debo hacer de bueno
para alcanzar la vida eterna?
(Mt. 19,16)

Imagina que te encuentras en una sala de conciertos escuchando los compases de la más melodiosa de las músicas y que, de pronto, recuerdas que se te ha olvidado dejar cerrado el automóvil. Comienzas a preocuparte y ni puedes salir de la sala ni disfrutar de la música. He ahí una perfecta imagen de la forma que tienen que vivir la vida la mayoría de los seres humanos.

Porque la vida, para quienes tienen oídos para oír, es una sinfonía; pero es rarísimo el ser humano que escucha la música. ¿Por qué? Porque la gente está demasiado ocupada en escuchar los ruidos que sus circunstancias y su "programación" han introducido en su cerebro. Por eso,,, y por algo más: sus apegos. El apego es uno de los principales asesinos de la vida. Para escuchar de veras la sinfonía hay que tener el oído lo bastante sensible como para sintonizar con cada uno de los instrumentos de la orquesta. Si únicamente disfrutas con los instrumentos de percusión, no escucharás la sinfonía, porque la percusión te impedirá captar el resto de los instrumentos. Lo cual no significa que no puedas preferir dicho sonido, o el de los violines, o el piano, porque la mera preferencia por uno de los instrumentos no reduce tu capacidad de escuchar y disfrutar de los demás. Pero, en el momento en que tu preferencia se convierta en "apego", te harás insensible a los restantes sonidos y no podrás evitar el minusvalorarlo. Tu apego excesivo a un determinado instrumento te cegará, porque le concedes un valor desproporcionado.

Fíjate ahora en una persona o cosa por la que experimentes un apego excesivo: alguien o algo a quien hayas concedido el poder de hacerte feliz o desdichado. Observa cómo - debido a tu empeño en conseguir a esa persona o cosa- pierdes sensibilidad con relación al resto del mundo. Te has insensibilizado. Ten el coraje de ver cuán parcial y ciego te has vuelto ante ese objeto de tu apego.

Si eres capaz de verlo, experimentarás el deseo de liberarte de dicho apego. El problema es: ¿Cómo hacerlo? La mera renuncia o el simple alejamiento no sirven de algo, porque el hacer desaparecer el sonido de la percusión volverá a hacerte tan duro e insensible como lo eras cuando te fijabas únicamente en dicho sonido. Lo que necesitas no es renunciar, sino comprender, tomar consciencia. Si tus apegos te han ocasionado sufrimiento y aflicción, ésa es una buena ayuda para comprender. Si, al menos una vez en la vida has experimentado el dulce sabor de la libertad y la capacidad de disfrutar la vida que proporciona la falta de apegos, eso te será igualmente útil. También ayuda el percibir conscientemente el sonido de los demás instrumentos de la orquesta. Pero lo verdaderamente insustituible es tomar consciencia de la pérdida que experimentas cuando sobrevalora la percusión y te vuelves sordo al resto de la orquesta.

El día en que esto suceda y se reduzca tu apego a la percusión, ese día ya no dirás a tu amigo: "¡Qué feliz me has hecho!". Porque al decírselo, lo que haces es halagar su "ego" e inducirle a querer agradarte de nuevo, además de engañarte a ti mismo creyendo que tu felicidad depende de él. Lo que le dirás más bien será: "Cuando tú y yo

nos encontramos ha brotado la felicidad". Lo cual hace que la felicidad no quede contaminada por su "ego" ni por el tuyo, porque ninguno de los dos puede atribuirse el mérito de la misma. Y ello os permitirá a ambos separaros sin algún tipo de apego excesivo y experimentar lo que vuestro mutuo encuentro ha producido, porque ambos habréis disfrutado, no el uno del otro, sino de la sinfonía nacida de vuestro encuentro. Y cuando tengas que pasar a la siguiente situación, persona u ocupación, lo harás sin algún tipo de sobrecarga emocional, y experimentarás el gozo de descubrir que en esa siguiente situación, y en la siguiente, y en cualesquiera situaciones sucesivas, brota también la sinfonía, aunque la melodía sea diferente en cada caso.

En adelante, podrás ir pasando de un momento a otro de la vida plenamente absorto en el presente, llevando contigo tan poca carga del pasado que tu espíritu podría pasar a través del ojo de una aguja; tan escasamente afectado por la preocupación acerca del futuro como las aves del cielo y los lirios del campo. Ya no estarás apegado a alguna persona o cosa, porque habrás desarrollado el gusto por la sinfonía de la vida. Y amarás únicamente la vida y te apasionarás por ella con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas. Y te encontrarás tan ligero de equipaje y tan libre como un pájaro en el cielo, viviendo siempre en el "ahora eterno". Entonces habrás descubierto en tu corazón la respuesta a la pregunta: "Maestro, ¿Qué debo hacer para alcanzar la vida eterna?"

MEDITACION 11

"Se le acercaron sus discípulos y le señalaron las construcciones del templo, pero él les dijo: ¿Veis todo esto? Os aseguro que no quedará aquí piedra sobre piedra que no sea derruida"
(Mt. 24,1-2)

Imagínate a una persona gordísima y grasienta. En algo así puede llegar a convertirse tu mente: en algo tan gordo y grasiento, tan pesado y lento, que sea incapaz de pensar, de observar, de explorar, de descubrir... Mira a tu alrededor y verás cómo la mayoría de las mentes están así: torpes, dormidas, protegidas por "capas de grasa", deseando no ser molestadas ni sacudidas de su modorra.

¿Qué son esas "capas de grasa"? Son tus creencias, las conclusiones a que has llegado acerca de personas y cosas, tus hábitos y tus apegos. Tus años de formación deberían haberte servido para eliminar esas "capas" y liberar tu mente. En cambio tu sociedad y tu cultura, que han recubierto tu mente con dichas adiposidades, te han enseñado a no verlas siquiera, a refugiarte en el sueño y a dejar que otras personas - los expertos: los dirigentes políticos, culturales y religiosos - piensen por ti. De ese modo, han conseguido abrumarte con el peso de una autoridad y una tradición intangibles e incontestables.

Veamos esas "capas" una por una. La primera son tus creencias. Si tu manera de vivir viene determinada por tu condición de comunista o de capitalista, de musulmán o de judío, estarás experimentando la vida de un modo parcial y sesgado; hay entre ti y la realidad una barrera, una "capa de grasa" que te impide ver y tocar directamente dicha realidad.

La segunda "capa" la constituyen tus ideas. Si te aferras a una idea acerca de alguna persona, entonces ya no amas a esa persona, sino que amas tu idea acerca de ella. Cuando la ves hacer o decir algo, o comportarse de una determinada manera, le pones una etiqueta: "es tonta", "es torpe", "es cruel", "es simpática"... Y entonces ya has puesto una pantalla, una "capa de grasa" entre ti y esa persona; y cuando vuelvas a encontrarte con ella, la verás en función de esa idea que te has formado, aun cuando ella haya cambiado. Observa cómo es precisamente esto lo que has hecho con casi todas las personas que conoces.

La tercera "capa" son los hábitos. El hábito o la costumbre es algo esencial en la vida humana. No podríamos caminar, hablar o conducir un auto si no tuviéramos el hábito de hacerlo. Pero los hábitos deben limitarse al ámbito de las cosas "mecánicas", y no deberían invadir los terrenos del amor o de la visión. A nadie le gusta ser amado

"por costumbre". No te has sentado nunca a la orilla del mar, hechizado por la majestad y el misterio del océano? El pescador mira todos los días el océano sin caer en cuenta de su grandeza. ¿Por qué? Por el efecto embotador de una "capa de grasa" llamada "hábito". Te has formado una idea estereotipada acerca de todas las cosas que ves y, cuando tropiezas con ellas, no eres capaz de verlas en toda su cambiante novedad y frescor; lo único que ves es la misma idea insípida, espesa y aburrida que te has habituado a tener de ellas. Y así es como tratas y te relacionas con las personas y las cosas: sin frescor ni novedad de algún tipo, sino de esa forma torpe y rutinaria generador la costumbre. Eres incapaz de mirar de una manera más creativa, porque, al haber adquirido el hábito de tratar con el mundo y con la gente, puedes activar el "piloto automático" de tu mente e irte a dormir.

La cuarta "capa", formada por tus apegos y tus miedos, es la más fácil de ver. Recubre con una espesa capa de apego o de miedo (y de aversión, por consiguiente) cualquier cosa o persona, y en ese mismo instante dejarás de ver a esa cosa o persona como realmente es. Y para comprobar cuán cierto es esto, basta con que recuerdes a algunas de las personas que te desagradan o temes, o a las que te sientes apegado.

¿Ves ahora hasta qué punto estás encerrado en una prisión creada por las creencias y tradiciones de tu sociedad y tu cultura y por las ideas, prejuicios, apegos y miedos producidos por tus experiencias pasadas? Hay una serie de muros que rodean tu prisión, de forma que te resulta casi imposible evadirte de ella y entrar en contacto con toda la riqueza de vida y de amor que hay en el exterior. Y, sin embargo, lejos de ser imposible, es realmente fácil y grato. ¿Qué hay que hacer? Cuatro cosas:

Primera: reconoce que estás encerrado entre los muros de una prisión y que tu mente se ha quedado dormida. A la mayoría de las personas ni siquiera se les ocurre verlo, por lo que viven y mueren "encarceladas". Y la mayoría también acaba siendo conformista y adaptándose a la vida de dicha prisión. Algunos salen "reformados" y luchan por unas mejores condiciones de vida en la prisión: una mejor iluminación, una mejor ventilación... Y casi nadie se decide a ser un rebelde, un revolucionario que eche abajo los muros de la prisión. Sólo podrás ser revolucionario cuando consigas ver, antes que nada, dichos muros.

Segunda: contempla los muros; emplea horas enteras simplemente en observar tus ideas, tus hábitos, tus apegos, tus miedos, sin emitir juicio ni condena de algún tipo. Limítate a mirarlos, y se derrumbarán.

Tercera: emplea también algún tiempo en observar las cosas y personas que te rodean. Mira, como si lo hicieras por primera vez, el rostro de un amigo, una hoja, un árbol, el vuelo de un pájaro, el comportamiento y las peculiaridades de las personas que te rodean... Mira todas esas cosas de veras, y seguro que habrás de verlas tal como son en realidad, sin el efecto embotador y deformante de tus ideas y hábitos.

Cuarta (y más importante): siéntate tranquilamente y observa cómo funciona tu mente, de la que brota sin cesar un flujo de pensamientos, sensaciones y reacciones. Dedica largos ratos a observarlo todo ello del mismo modo en que contemplas un río o una película. No tardarás mucho en descubrir que es aún más interesante, vivificante y liberador. Después de todo, ¿Acaso puedes afirmar que estás vivo si ni siquiera eres consciente de tus propios pensamientos y reacciones? Se dice que la vida inconsciente no merece ser vivida. Podría afirmarse que ni siquiera puede ser llamada "vida", porque es una existencia mecánica, de "robot"; porque se parece más al sueño, a la falta de sentido, a la muerte... Y sin embargo, es esto lo que la gente llama "vida humana".

Así pues, mira, observa, examina, explora... Y tu mente se hará viva, eliminará su "grasa" y se tornará perspicaz, despierta y activa. Los muros de tu prisión se desplomarán hasta que no quede piedra sobre piedra, y tú te verás agraciado con la visión nítida y sin obstáculos de las cosas tal

como son, con la experiencia directa de la realidad.

MEDITACION 12

"cuando des limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha"
(Mt. 6,3)

Ocurre con la caridad lo mismo que con la felicidad y la santidad: no puedes decir que eres feliz porque dejarás de serlo en el momento que seas consciente de tu felicidad. Lo que tú llamas "experiencia de la felicidad" no es tal, sino la emoción y el estremecimiento causados por una persona, una cosa o un acontecimiento. La verdadera felicidad es in-causada. Eres feliz sin razón alguna. Y la verdadera felicidad no puede ser experimentada. No pertenece al ámbito de la consciencia sino el de la espontaneidad.

Lo mismo puede decirse de la santidad. En el momento en que seas consciente de tu santidad, ésta se degradará y se convertirá en santurronería. Una buena acción nunca es tan buena como cuando no tienes consciencia de que lo sea; cuando estás tan enamorado de la acción que no eres consciente de su bondad y su virtud; cuando tu mano izquierda no tiene ni idea de que tu mano derecha esté haciendo algo bueno o meritorio; cuando, simplemente, lo haces porque te parece lo más natural y espontáneo del mundo. Emplea algún tiempo en tomar consciencia de que toda la virtud que puedas observar en ti no es virtud en absoluto, sino algo que has cultivado, producido y hecho madurar en ti de manera artificial. Si fuera auténtica virtud, la habrías tenido siempre y plenamente, y te resultaría tan natural que ni siquiera se te ocurriría pensar en ella como en una virtud. De manera que la primera cualidad de la santidad es su carácter espontáneo.

La segunda cualidad es su facilidad, o no necesidad de realizar esfuerzo alguno. El esfuerzo puede modificar el comportamiento, pero no puede modificarte a ti. Fíjate bien: el esfuerzo puede acercar el alimento a tu boca, pero no puede producir el apetito; puede hacer que te quedes en la cama, pero no puede producir el sueño; puede hacerte revelar un secreto a otra persona, pero no puede producir la confianza; puede obligarte a hacer un cumplido, pero no puede producir la verdadera admiración; puede realizar actos de servicio, pero no puede producir el amor o la santidad. Lo más que puedes conseguir a base de esfuerzo es represión, no verdadero cambio y crecimiento. El cambio es fruto únicamente del conocimiento y la comprensión. Comprende tu infelicidad, y ésta desaparecerá y dará paso al estado de felicidad. Comprende tu orgullo, y éste se vendrá abajo y se transformará en humildad. Comprende tus temores y éstos se disolverán, y el estado resultante será el amor. Comprende tus apegos, y éstos se desvanecerá, y la consecuencia será la libertad. El amor, la libertad y la felicidad no son cosas que tú puedas cultivar y producir. Ni siquiera puedes saber en qué consisten. Lo más que puedes hacer es observar sus contrarios y, mediante la observación, hacer que éstos desaparezcan.

Hay una tercera cualidad de la santidad: no puede ser deseada. Si deseas la felicidad, estarás ansioso por obtenerla y te sentirás constantemente insatisfecho; y la insatisfacción y la ansiedad matan la misma felicidad que pretenden conseguir. Si deseas para ti la santidad estarás alimentando la misma ansia y ambición que te hacen ser tan egoísta, tan engreído y tan impío.

Hay algo que debes comprender: existen dentro de ti dos distintos "motores" para el cambio. Uno de ellos es la astucia de tu propio ego, que te incita a hacer esfuerzos para ser distinto de lo que se supone que debes ser, de modo que dicho ego pueda esforzarse y autoensalzarse. El otro motor es la sabiduría de la naturaleza, gracias a la cual te haces consciente y capaz de comprender. Eso es todo cuanto tú haces: dejar el cambio - el tipo, la modalidad concreta, la velocidad y la oportunidad del cambio- en manos de la realidad y de la naturaleza. El ego es un estupendo técnico. Eso sí, no es creativo. Lo que hace es coleccionar métodos y técnicas y "producir" personas supuestamente santas: personas rígidas, consecuentes, mecánicas y faltas de vida, tan intolerantes para con los demás como para consigo mismas; personas violentas, que son lo más opuesto que pueda imaginarse a la santidad y al amor;

esa clase de personas "espirituales" que, conscientes de su espiritualidad, son capaces de crucificar al Mesías.

La naturaleza, en cambio, no es técnica, sino creativa. Dejarás de ser un astuto técnico y pasarás a ser creador el día en que domine en ti el verdadero abandono, es decir, la ausencia de codicia, de ambición, de ansiedad y de obsesión por el esfuerzo, la ganancia, el triunfo y el éxito. El día en que no tengas más que una profunda, viva, penetrante y vigilante consciencia que haga desaparecer de ti toda necedad y egoísmo, todos tus apegos y tus miedos. Los cambios que resulten no serán producto de tus proyectos y esfuerzos, sino fruto de la naturaleza, que desdeña tus planes y tu voluntad que consiguientemente no da cabida a sentido alguno del mérito o del esfuerzo, ni siquiera al conocimiento por parte de tu mano izquierda de lo que la realidad está haciendo por medio de tu mano derecha.

MEDITACION 13

"Sed prudentes como serpientes y sencillos como palomas"
(Mt. 10,16)

Observa la sabiduría que se manifiesta en las palomas, en las flores, en los árboles y en toda la naturaleza. Es la misma sabiduría que hace por nosotros lo que nuestro cerebro es incapaz de hacer: que circule nuestra sangre, que funcione nuestro aparato digestivo, que lata nuestro corazón, que se dilaten nuestros pulmones, que se inmunice nuestro organismo y que curen nuestras heridas, mientras nuestra mente consciente se ocupa de otros asuntos. Esta especie de sabiduría natural es algo que apenas estamos empezando a descubrir en los llamados "pueblos primitivos", tan sencillos y sabios como las palomas.

Nosotros, en cambio, que nos consideramos mas avanzados, hemos desarrollado otra clase de sabiduría, la astucia del cerebro, porque hemos constatado que podemos perfeccionar la naturaleza y procurarnos una seguridad, una protección, una duración de vida, una velocidad y un bienestar insospechados para los pueblos primitivos. Todo ello gracias a un cerebro plenamente desarrollado. El desafío que se nos presenta consiste, pues, en recobrar la sencillez y la sabiduría de la paloma sin perder la astucia de nuestro cerebro serpentino.

¿Cómo podemos lograrlo? Comprendiendo algo sumamente importante, a saber, que siempre que nos esforzamos por perfeccionar la naturaleza yendo contra ella, estamos dañándonos a nosotros mismos, porque la naturaleza es nuestro mismo ser. Es como si tu mano derecha luchara contra tu mano izquierda, o tu pie derecho pisara tu pie izquierdo: ambas manos o ambos pies saldrían perdiendo y, en lugar de ser creativo y activo y eficaz, te verías encerrado en un permanente conflicto. Así es como está la mayoría de las personas en el mundo. Échales un vistazo: están como muertas, carentes de creatividad, bloqueadas, porque se hallan en conflicto con la naturaleza, tratando de perfeccionarse a base de ir contra las exigencias de la misma. En cualquier conflicto entre la naturaleza y tu cerebro, trata de apoyar a aquella; si la combates, acabará destruyéndote. El secreto, por tanto, consiste en perfeccionar la naturaleza en armonía con ella. Pero ¿Cómo puedes alcanzar dicha armonía?

En primer lugar, piensa en un cambio que deseas realizar en tu vida o en tu personalidad. ¿Estás tratando de forzar ese cambio en tu naturaleza a base de esfuerzo y de desear ser algo que tu ego ha proyectado? He aquí la serpiente en pugna con la paloma. ¿O te contentas, por el contrario, con observar, comprender y ser consciente de tu situación y tus problemas actuales, sin forzar las cosas que tu ego desea, dejando que la realidad efectúe los cambios de acuerdo con los planes de la naturaleza y no con tus propios planes? si es así, entonces posees el perfecto equilibrio entre la serpiente y la paloma. Echa, pues, un vistazo a algunos de esos problemas tuyos y de esos cambios que deseas que se produzcan en ti, y observa cuál es tu proceder al respecto. Mira cómo tratas de provocar el cambio - tanto en ti como en los demás- a base de emplear el castigo y la recompensa, la disciplina y el control, la represión y la culpa, la codicia y el orgullo, la ambición y la vanidad..., en lugar de

hacerlo mediante la acepción amorosa y la paciencia, la comprensión laboriosa y la consciencia vigilante.

En segundo lugar, piensa en tu cuerpo y compáralo con un animal en su hábitat natural. El animal nunca tiene exceso de peso, y sólo está en tensión antes de luchar o volar. Jamás come ni bebe lo que no es bueno para él. Se ejercita y descansa cuanto necesita. No se expone más ni menos de lo debido a los elementos naturales (el viento, el sol, la lluvia, el frío o el calor). Y ello se debe a que el animal escucha su propio cuerpo y se deja guiar pos la sabiduría del mismo. Compáralo con tu estúpida astucia. Si tu cuerpo pudiera hablar, ¿Qué diría? Observa la codicia, la ambición, la vanidad y el deseo de aparentar y de agradar a los demás que te hacen ignorar la voz de tu propio cuerpo, mientras corres tras objetivos que te propone tu ego. Verdaderamente, has perdido la sencillez de la paloma.

En tercer lugar, pregúntate cuál es el contacto que tienes con la naturaleza, con los árboles, la tierra, la hierba, el cielo, el viento, la lluvia, el sol, las flores, las aves y demás animales... ¿Cuál es tu grado de exposición a la naturaleza? ¿Hasta qué punto comulgas con ella, la observas, la contemplas con asombro, te identificas con ella...? Cuando tu cuerpo está demasiado alejado de los elementos, se marchita, se vuelve fofo y frágil, porque ha quedado aislado de su fuerza vital. Cuando estás demasiado alejado de la naturaleza, tu espíritu se seca y muere, porque ha sido violentamente separado de sus raíces.

MEDITACION 14

"El reino de los cielos sufre violencia, y
los violentos lo conquistan"
(Mt 11,12)

Compara el sereno y sencillo esplendor de una rosa con las tensiones y la agitación de tu vida. La rosa tiene un don del que tú careces: está perfectamente conforme con ser lo que es. Al contrario que tú, ella no ha sido programada desde su nacimiento para estar insatisfecha consigo misma, por lo que no siente el menor deseo de ser algo distinto de lo que es. Y por eso posee esa gracia natural y esa ausencia de conflicto interno que, entre los humanos, sólo se dan en los niños y en los místicos.

Considera tu triste condición: estás siempre insatisfecho contigo mismo, siempre deseando cambiar. Por eso estás lleno de una violencia y una intolerancia para contigo mismo que no hacen sino aumentar a medida que te esfuerzas por cambiar. Y por eso, cualquier cambio que consigues efectuar va siempre acompañado de un conflicto interno. Y, además, sufres cuando ves cómo otros consiguen lo que tú no has conseguido y logran ser lo que tú no has logrado.

¿Te atormentarían los celos y la envidia si, al igual que la rosa, estuvieras conforme con ser lo que eres y no ambicionaras jamás ser lo que no eres? Pero resulta que te sientes impulsado a intentar ser como alguna otra persona con más conocimientos, mejor aspecto y más popularidad o éxito que tú, ¿No es así? Querrías ser más virtuoso, más tierno, más dado a la meditación; querrías encontrar a Dios y acercarte más a tus ideales. Piensa en la triste historia de tus intentos por mejorar, que, o bien acabaron fracasando estrepitosamente, o sólo tuvieron éxito a costa de mucho esfuerzo y mucho dolor. Supongamos por un momento que has desistido de todo intento de cambiar y de toda la consiguiente insatisfacción contigo mismo: ¿Estarías condenado entonces a dormirte en los laureles, tras haber aceptado pasivamente todo cuanto sucede en ti mismo y a tu alrededor?

Creo que, además de las dos alternativas mencionadas (la autoagresiva no-aceptación de si mismo y la auto-aceptación pasiva y resignada), hay una tercera alternativa: la auto-comprensión, que dista mucho de ser fácil, porque el comprender lo que eres exige una completa libertad respecto a todo deseo de transformarte en algo distinto a lo que eres. Podrás comprobarlo si comparas, por una parte, la actitud de un científico que estudia el comportamiento de las hormigas sin la menor intención de modificarlo y, por otra, la actitud de un domador de perros que estudia el comportamiento de uno de ellos en orden de hacerle aprender una cosa determinada. Si lo que tú intentas no es efectuar en ti

algún cambio, sino únicamente observarte a ti mismo y estudiar tus reacciones para con las personas y las cosas, sin emitir algún tipo de juicio o condena y sin deseo alguno de reformarte, entonces tu observación será una observación no selectiva, una observación global y jamás aferrada a conclusiones rígidas, sino siempre abierta y constantemente nueva. Entonces comprobarás que algo maravilloso ocurre en tu interior: te verás inundado por la luz del conocimiento y te sentirás transparente y transformado.

¿Se producirá entonces el cambio? Por supuesto que sí, y no sólo en ti, sino también en el ambiente que te rodea. Pero el cambio no se deberá a tu astuto e impaciente ego, que está siempre compitiendo, comparando, forzando, sermoneando y manipulando con su intolerancia y sus ambiciones, por lo que está siempre también creando tensión y conflicto entre ti y la naturaleza, en un proceso agotador y contraproducente como conducir un auto con el freno echado. No, la luz transformadora del conocimiento prescinde totalmente de tu egoísta e intrigante ego y da rienda suelta a la naturaleza para que ésta produzca el mismo cambio que produce en la rosa, tan natural, tan grácil, tan espontánea, tan sana, tan ajena a todo conflicto interno...

Y como todo cambio es violento, también la naturaleza será violenta. Pero lo maravilloso de la violencia de la naturaleza, a diferencia de la violencia del ego, es que no proviene de la intolerancia, el odio y la animadversión. No hay ira ni rabia en la riada que lo arrasa todo, ni en el pez que devora sus crías obedeciendo a unas leyes ecológicas que desconocemos, ni en las células del cuerpo que se destruyen unas a otras en interés de un bien superior. Cuando la naturaleza destruye, no lo hace por ambición, codicia o cosa parecida sino obedeciendo a unas misteriosas leyes que buscan el bien de todo el universo, por encima de la supervivencia y el bienestar de alguna de sus partes.

Es esta clase de violencia la que se manifiesta en los místicos que claman contra ideas y estructuras que se han instalado en sus respectivas culturas y sociedades, cuando el conocimiento más profundo de la realidad les hace detectar ciertos males que sus contemporáneos son incapaces de ver. Es esta violencia la que permite a la rosa florecer frente a tantas fuerzas hostiles. Y ante esta misma violencia, la rosa, al igual que el místico, sucumbirá dulcemente después de haber abierto sus pétalos al sol para vivir, con su frágil y tierna belleza, totalmente despreocupada de añadir un solo minuto a la vida que le ha sido asignada. Por eso vive hermosa y feliz como las aves del cielo y los lirios del campo, sin rastro alguno de desasosiego y la insatisfacción, la envidia, el ansia y la competitividad que caracterizan al mundo de los seres humanos, los cuales tratan de dirigir, forzar y controlar, en lugar de contentarse con florecer en el conocimiento, dejando todo cambio en manos de la poderosa fuerza de Dios que obra en la naturaleza.

MEDITACION 15

"Maestro", le dijeron, "sabemos que tú hablas y enseñas con rectitud y que no haces acepción de personas""
(Lc. 20,21)

Considera tu vida y comprueba cómo has llenado su vacío a base de personas, con lo que les has dado un absoluto dominio sobre ti. Fíjate cómo ellas, con su aprobación o su desaprobación, determinan tu comportamiento. Observa cómo tienen el poder de aliviar tu soledad con su compañía, de levantarte la moral con sus elogios, de hundirte en la miseria con sus críticas y su rechazo. Comprueba cómo tú mismo empleas la mayor parte del tiempo en tratar de aplacar y agradar a los demás ya estén vivos o muertos. Te riges por sus normas, te adaptas a sus criterios, buscas su compañía deseas su amor, temes sus burlas, anhelas un aplauso, aceptas dócilmente la culpabilidad que descargan sobre ti...; te horroriza no seguir la moda en la forma de vestir, de hablar, de actuar y hasta de pensar...

Observa también cómo aún en el caso de que tú los controles, dependes de los demás y estás dominado por ellos.

De tal manera han llegado a ser las personas parte de tu propio ser que ni siquiera te resulta imaginable vivir sin sentirte afectado o controlado por ellas. De hecho, ellas mismas te han convencido de que, si alguna vez llegas a independizarte de ellas, te convertirás en una solitaria, desierta e inhóspita isla. Sin embargo, es justamente todo lo contrario, porque ¿Cómo puedes amar a alguien de quien eres esclavo? ¿Cómo puedes amar a una persona sin la cual eres incapaz de vivir? A lo mas, podrás desearla, necesitarla, depender de ella, tenerla y ser dominado por ella. Pero el amor sólo puede darse en la falta absoluta de temor y en la libertad.

¿Cómo puedes alcanzar esa libertad? Efectuando un ataque contra tu dependencia y tu esclavitud en un doble frente. Ante todo, en el frente de la consciencia. Es casi imposible ser dependiente, ser esclavo, cuando uno constata una y otra vez el absurdo de su dependencia. Pero la consciencia puede no ser suficiente para una persona "adicta" a los demás. Por eso es preciso -y éste es el segundo frente- que cultives aquellas actividades que te gustan. Debes descubrir qué es aquello que haces, no por la utilidad que te reporta, sino porque quieres hacerlo. Piensa en algo que te guste hacer por sí mismo, independientemente de que te salga bien o no, de que te elogien o dejen de elogiarte por ello, de que te procure o no el afecto o el reconocimiento de los demás, de que los demás lo sepan y te lo agradezcan o dejen de hacerlo... ¿Cuantas actividades hay en tu vida en las que te embarcas simplemente porque te producen gozo y te atraen irresistiblemente? trata de descubrirlas y cultívalas, porque son tu pasaporte hacia la libertad y el amor.

Probablemente, también en esto te han "comido el coco" con el siguiente razonamiento consumista: "disfrutar de un poema, de un paisaje o de una pieza musical es una pérdida de tiempo, lo que debes hacer es producir tú mismo un poema, una composición musical o una obra de arte. Pero incluso el simple producir es de escaso valor en sí mismo; tu obra debe ser, además, conocida. ¿De qué vale, si nadie la conoce? Más aún: aunque sea conocida, nada significa si no gana el aplauso y el reconocimiento de la gente. ¡Tu obra sólo alcanzará el máximo valor cuando sea popular y se venda!" Ya estás de nuevo en manos de los demás y sometido a su control... Y, según ellos, el valor de una acción no radica en que sea algo querido y disfrutado por sí mismo sino en que tenga éxito.

El "camino real" hacia el misticismo y la realidad no pasa por el mundo de las personas, sino por el mundo de las acciones emprendidas por sí mismas, sin buscar ni siquiera indirectamente, el éxito, la ganancia o la utilidad. Contrariamente a lo que suele creerse, la terapia por la falta de amor y la soledad no consiste en la compañía, sino en el contacto con la realidad. En el momento en que toques dicha realidad, sabrás lo que son la libertad y el amor. La libertad respecto de las personas... Y, consiguientemente, la capacidad de amarlas.

No debes pensar que, para que el amor brote en tu corazón, tienes primero que conocer a las personas. Eso no sería amor, sino atracción y compasión. Sí es amor, en cambio, es lo primero que nace en el corazón al contacto con lo real. No un amor por una determinada persona o cosa, sino la realidad del amor; una actitud, una disposición de amor. Y ese amor se irradia entonces al exterior, hacia el mundo de las cosas y las personas.

Si deseas que este amor exista en tu vida, debes liberarte de tu dependencia interna respecto de las personas, tomando consciencia de ella y emprendiendo actividades que te guste realizar por sí mismas.

MEDITACION 16

"Vosotros, en cambio, no os dejéis llamar 'maestros', porque uno solo es vuestro Maestro, y vosotros sois todos hermanos". (Mt. 23,8)

Podrás conseguir que alguien te enseñe cosas mecánicas, científicas o matemáticas, como el álgebra, el inglés, el montar en bicicleta o el manejar un ordenador. Pero en las cosas que verdaderamente importan -la vida, el amor, la realidad, Dios...- nadie puede enseñarte algo. A lo más, podrán

darte fórmulas. Lo malo de las fórmulas, sin embargo, es que la realidad que te proporcionan viene filtrada a través de la mente de otra persona. Si adoptas estas fórmulas, quedarás preso en ellas, te marchitarás y, cuando mueras, no habrás llegado a saber lo que significa ver por ti mismo, aprender.

Míralo de esta manera: probablemente, ha habido momentos en tu vida en los que has tenido una experiencia que sabes que habrás de llevarte contigo a la tumba, porque eres completamente incapaz de encontrar palabras para expresarla. De hecho, ningún lenguaje humano posee palabras con las que poder expresar exactamente lo que has experimentado. Piensa, por ejemplo, en la clase de sentimiento que te ha invadido al contemplar el vuelo de un ave sobre un idílico lago, o al observar una brizna de hierba asomando por la grieta de un muro. O al escuchar el llanto de un niño en mitad de la noche, o al percibir la belleza de un cuerpo humano desnudo, o al contemplar un frío y rígido cadáver en su ataúd... Podrás tratar de comunicar dicha experiencia valiéndote de la música, de la poesía o de la pintura, pero en el fondo sabes que nadie comprenderá jamás exactamente lo que tu has visto y sentido. Eso es algo que te resulta absolutamente imposible de expresar, y mucho menos de enseñar a otro ser humano.

Pues bien, eso es exactamente lo que un Maestro siente cuando le pides que te instruya acerca de la vida, o de Dios, o de la realidad... Lo más que puede hacer es proporcionarte una "receta", una serie de palabras ensartadas en una fórmula. Pero, ¿Para qué sirven esas palabras? Imagínate a un grupo de turistas en un autobús. Las cortinillas están echadas, y ellos absolutamente nada pueden ver, oír, tocar u oler del extraño y exótico país que están atravesando, mientras el guía no deja de hablar, tratando de ofrecerles lo que él considera una vívida descripción de los olores, sonidos y objetos del exterior. Lo único que los turistas experimentarán serán las imágenes que las palabras del guía originen en sus mentes. Supongamos ahora que el autobús se detiene y el guía les indica que salgan afuera, mientras les da una serie de fórmulas de lo que pueden esperar ver y experimentar. Pues bien la experiencia de los turistas estará contaminada, condicionada y deformada por dichas fórmulas, y ellos percibirán, no a realidad en sí, sino la realidad tal como ha sido filtrada a través de las fórmulas del guía.

Mirarán la realidad selectivamente, o bien proyectarán sobre ella sus propias fórmulas, de manera que lo que verán no es la realidad, sino una confirmación de sus fórmulas.

¿Hay alguna forma de saber si lo que estás percibiendo es la realidad? Hay al menos un indicio: si lo que percibes no encaja en alguna fórmula, ni propia ni ajena; si, sencillamente, no puede expresarse con palabras. Entonces, ¿Qué pueden hacer los maestros? Pueden hacerte saber lo que es irreal, pero no pueden mostrarte la realidad; pueden echar abajo tus fórmulas, pero no pueden hacerte ver lo que las fórmulas pretenden reflejar; pueden desenmascarar tu error, pero no pueden ponerte en posesión de la verdad. Pueden, a lo más, apuntar en dirección a la realidad, pero no pueden decirte lo que ven. Tendrás que aventurarte y descubrirlo por ti mismo.

"Aventurarse" significa, en este caso, prescindir de toda fórmula, tanto si te la han proporcionado otros como si la has aprendido en los libros o la has inventado tú mismo a la luz de tu propia experiencia. Esto es, posiblemente, lo más aterrador que puede hacer un ser humano: adentrarse en lo desconocido sin la protección de algún tipo de fórmula o receta. Ahora bien, prescindir del mundo de los seres humanos, tal como lo hicieron los profetas y los místicos, no significa prescindir de su compañía, sino de sus fórmulas. Y entonces, eso sí, aun cuando estés rodeado de personas, estarás verdadera y absolutamente solo. Pero ¡qué imponente soledad! La soledad del silencio. Un silencio que será lo único que veas. Y en el momento en que veas, renunciarás a todo tipo de libros, guías y gurús.

Pero ¿Qué es exactamente lo que verás? Todo, absolutamente todo: una hoja que

cae del árbol, el comportamiento de un amigo, la superficie rizada de un lago, un montón de piedras, un edificio en ruinas, una calle asestada de gente, un cielo estrellado..., todo. Una vez que hayas visto, puede que alguien intente ayudarte a expresar tu visión con palabras, pero tú negarás con la cabeza y dirás: "No, no es eso; eso es simplemente una fórmula más..." Puede también que algún otro intente explicarte el significado de lo que has visto, y tú volverás a negar con la cabeza, porque el significado es una fórmula, algo que puede verterse en conceptos y tener sentido para la mente pensante, mientras que lo que tú has visto está más allá de toda fórmula, de todo significado. Y entonces se producirá en ti un extraño cambio, difícilmente perceptible al principio, pero radicalmente transformador. Y es que, una vez hayas visto, ya no volverás a ser el mismo, sino que sentirás la estimulante libertad y la extraordinaria confianza que produce el hecho de saber que toda fórmula, por muy sagrada que sea, es inútil; y nunca más volverás a llamar a nadie: "maestro". En adelante, y a medida que observes y comprendas de nuevo cada día todo el proceso y el movimiento de la vida, ya no dejarás de aprender, y todas las cosas sin excepción serán tus "maestros"

Desecha, pues, tus libros y tus fórmulas, atrévete a prescindir de tu maestro, sea quien sea, y mira las cosas por ti mismo. Atrévete a fijarte, sin temor ni fórmula alguna, en todo cuanto te rodea, y no tardarás en ver.

MEDITACION 17

"Os aseguro que, si no cambiáis y os hacéis como los niños, no entrareis en el Reino de los Cielos"
(Mt.18, 3)

Cuando mira uno los ojos de un niño, lo primero que llama la atención es su inocencia: su deliciosa incapacidad para mentir, para refugiarse tras de una máscara o para aparentar ser lo que no es. En este sentido, el niño es exactamente igual que el resto de la naturaleza. Un perro es un perro; una rosa, una rosa; una estrella, una estrella. Todas las cosas son, simple y llanamente, lo que son. Sólo el ser humano adulto es capaz de ser una cosa y fingir ser otra diferente. Cuando una persona mayor castiga a un niño por decir la verdad, por revelar lo que piensa y siente, el niño aprende a disimular y comienza a perder su inocencia. Y no tardará en engrosar las filas de las innumerables personas que reconocen perplejas no saber quienes son, porque, habiendo ocultado durante tanto tiempo a los demás la verdad sobre sí mismas, acaban ocultándosela a sí mismas. ¿Cuánto de la inocencia de tu infancia conservas todavía? ¿Existe alguien hoy en cuya presencia puedas ser simple y totalmente tú mismo, tan indefensamente sincero e inocente como un niño?

Pero hay otra manera muy sutil de perder la inocencia de la infancia: cuando el niño se contagia del deseo de ser alguien. Contempla la multitud increíble de personas que se aferran con toda su alma, no por llegar a ser lo que la naturaleza quiere que sean -músicos, cocineros, mecánicos, carpinteros, jardineros, inventores... - sino por llegar a ser "alguien"; por llegar a ser personas felices, famosas, poderosas...; por llegar a ser algo que les suponga, no mera y pacífica autorrealización, sino glorificación y agigantamiento de su propia imagen. Nos hallamos, en este caso, ante personas que han perdido su inocencia porque han escogido no ser ellas mismas, sino destacar y darse importancia, aunque no sea más que a sus propios ojos. Fíjate en tu vida diaria. ¿Hay en ella un sólo pensamiento, palabra o acción que no estén corrompidos por el deseo de ser alguien, aun cuando sólo pretendas ser un santo desconocido para todos, menos para ti mismo? El niño, como el animal inocente, deja en manos de su propia naturaleza el ser simple y llanamente lo que es. Y, al igual que el niño, también aquellos adultos que han preservado su inocencia se abandonan al impulso de la naturaleza o al destino, sin pensar siquiera en "ser alguien" o en impresionar a los demás; pero, a diferencia del niño, se fían, no del instinto, sino de la continua consciencia de todo cuanto sucede en ellos y en su entorno; una consciencia que les protege del mal y produce el crecimiento deseado para ellos por la naturaleza, no el

ideado por sus respectivos y ambiciosos egos.

Existe además otro modo de corromper la inocencia de la infancia por parte de los adultos, y consiste en enseñar al niño a imitar a alguien. En el momento en que hagas del niño una copia exacta de alguien, en ese mismo momento extingues la chispa de originalidad con que el niño ha venido al mundo. En el momento en que optas por ser como otra persona, por muy grande o santa que sea, en ese mismo momento prostituyes tu propio ser. No deja de ser triste pensar en la chispa divina de singularidad que hay en tu interior y que ha quedado sepultada por capas y más capas de miedo. Miedo a ser ridiculizado o rechazado si en algún momento te atreves a ser tú mismo y te niegas a adaptar mecánicamente a la de los demás tu forma de vestir, de obrar, de pensar... Y observa cómo es precisamente eso lo que haces: adaptarte, no sólo porque se refiere a tus acciones y pensamientos, sino incluso en lo que respecta a tus reacciones, emociones, actitudes, valores... De hecho, no te atreves a evadirte de esa "prostitución" y recuperar tu inocencia original. Ése es el precio que tienes que pagar para conseguir el pasaporte de la aceptación por parte de tu sociedad o de la organización en la que te mueves. Y así es como entras irremediablemente en el mundo de la insinceridad y del control y te ves exiliado del Reino, propio de la inocencia de la infancia.

Y una última y sutilísima forma de destruir tu inocencia consiste en competir y compararte con los demás, con lo cual canjeas tu ingenua sencillez por la ambición de ser tan bueno o incluso mejor que otra persona determinada. Fíjate bien: la razón por la que el niño es capaz de preservar su inocencia y vivir, como el resto de la creación, en la felicidad del Reino, es porque no ha sido absorbido por lo que llamamos "el mundo", esa región de oscuridad habitada por adultos que emplean sus vidas, no en vivir, sino en buscar el aplauso y la admiración; no en ser pacíficamente ellos mismos, sino en compararse y competir neuróticamente, afanándose por conseguir algo tan vacío como el éxito y la fama, aun cuando esto sólo pueda obtenerse a costa de derrotar, humillar y destruir al prójimo. Si te permitieras sentir realmente el dolor de este verdadero infierno en la tierra, tal vez te sublevarías interiormente y experimentarías una repugnancia tan intensa que haría que se rompieran las cadenas de dependencia y de engaño que se han formado en torno a tu alma, y podrías escapar al reino de la inocencia, donde habitan los místicos y los niños.

MEDITACION 18

"Este es mi mandamiento: que os améis unos a otros como yo os he amado"
(Jn. 15,12)

¿Qué es el amor? Fíjate en una rosa: ¿Puede acaso decir la rosa: "Voy a ofrecer mi fragancia a las buenas personas y negársela a las malas"? ¿O puedes tú imaginar una lámpara que niegue sus rayos a un individuo perverso que trate de caminar por su luz? Sólo podría hacerlo si dejara de ser una lámpara. Observa cuán necesaria e indiscriminadamente ofrece el árbol su sombra a todos, buenos y malos, jóvenes y viejos, altos y bajos, hombres y animales y cualesquiera seres vivientes... Incluso a quien pretende cortarlo y echarlo abajo. Ésta es, pues, la primera cualidad del amor: su carácter indiscriminado. Por eso se nos exhorta a que seamos como Dios, "que hace brillar su sol sobre los buenos y los malos y llover sobre justos e injustos; sed, pues, buenos como vuestro padre celestial es bueno". Contempla con asombro la bondad absoluta de la rosa, de la lámpara, del árbol..., porque en ellos tienes la imagen de lo que sucede con el amor.

¿Cómo se obtiene esta calidad del amor? Todo cuanto hagas únicamente servirá para que tu amor sea forzado, artificial y, consiguientemente, falso, porque el amor no puede ser violentado ni impuesto. Nada hay que puedas hacer. Pero sí hay algo que puedes dejar de hacer. Observa el maravilloso cambio que se produce en ti cuando dejas de ver a los demás como buenos y malos, como justos y pecadores, y empiezas a verlos como inconscientes e ignorantes. Debes renunciar a tu falsa creencia de que las personas pueden pecar conscientemente. Nadie puede pecar "a consciencia". En contra de lo que

erróneamente pensamos, el pecado no es fruto de la malicia, sino de la ignorancia. "Padre perdónalos, porque no saben lo que hacen..." Comprender esto significa adquirir esa cualidad no discriminatoria que tanto admiramos en la rosa, en la lámpara, en el árbol...

La segunda cualidad del amor es su gratuidad. Al igual que el árbol, la rosa o la lámpara, el amor da sin pedir algo a cambio. ¡Cómo despreciamos al hombre que se casa con una mujer, no por las cualidades que ésta pueda tener, sino por el dinero que aporta como dote...! De semejante hombre decimos, con toda razón, que no ama a la mujer, sino el beneficio económico que ésta le procura. Pero ¿Acaso tu amor se diferencia algo de ese hombre cuando buscas compañía de quienes te resultan emocionalmente gratificantes y evitas la de quienes no lo son; o cuando te sientes positivamente inclinado hacia quienes te dan lo que deseas y responden a tus expectativas, mientras abrigas sentimientos negativos o mera indiferencia hacia quienes no son así? De nuevo, sólo necesitas hacer una cosa para adquirir esa cualidad de la gratuidad que caracteriza al amor: abrir tus ojos y mirar. El mero hecho de mirar y descubrir tu presunto amor tal como realmente es, como un camuflaje de tu egoísmo y tu codicia, es esencial para llegara adquirir esta segunda cualidad del amor.

La tercera cualidad del amor es su falta absoluta de auto -consciencia, su espontaneidad. El amor disfruta de tal modo amando que no tiene la menor consciencia de sí mismo. Es lo mismo que ocurre con la lámpara que brilla sin pensar si beneficia o no a alguien, o con la rosa que difunde su fragancia simplemente porque no puede hacer otra cosa, independientemente de que haya o deje de haber alguien que disfrute de ella; o con el árbol que ofrece su sombra... La Luz, la fragancia y la sombra no se producen porque haya alguien cerca, ni desaparecen cuando no hay alguien, sino que, al igual que el amor, existen con independencia de las personas. El amor, simplemente, es, sin necesidad de algún objeto. Y esas cosas (la luz, la sombra, la fragancia), simplemente, son, independientemente de que alguien se beneficie o no de ellas. Por tanto, no tienen consciencia de poseer mérito alguno o de hacer bien. Su mano izquierda no tiene conocimiento de lo que hace su mano derecha. "Señor, ¿Cuándo te vimos hambriento o sediento y te ayudamos?"

Y la cuarta y última cualidad del amor es su libertad. En el momento en que entran en juego la coacción, el control o el conflicto, en ese mismo momento muere el amor. Fíjate cómo la rosa, el árbol y la lámpara te dejan completamente libre. El árbol no va a hacer el menor esfuerzo por arrastrarte hacia su sombra cuando corras el riesgo de sufrir una insolación; y la lámpara no va a ensanchar su haz de luz para que no tropieces en la oscuridad. En cambio, piensa por un momento en toda la coacción y control por parte de los demás a que tú mismo te sometes cuando, para comprar su amor y su aprobación o, simplemente, por no perderlos, tratas tan desesperadamente de responder a sus expectativas. Cada vez que te sometes a dicho control y dicha coacción, destruyes tu natural capacidad de amar, porque no puedes dejar de hacer con otros lo que permites que otros hagan contigo. Observa y comprende, pues, todo el control y la coacción que hay en tu vida, y verás cómo se reducen y empieza a brotar la libertad. En definitiva, "libertad" no es más que otra palabra para referirse al amor.

MEDITACION 19

"Nadie que pone la mano en el arado y mira hacia atrás es apto para el Reino de Dios"
(Lc. 9,62)

El Reino de Dios es amor. Pero ¿Qué significa amar? Significa ser sensible a la vida, a las cosas y a las personas; tener sentimientos hacia todo y hacia todos, sin excluir algo ni a alguien. Porque a la exclusión sólo se llega a base de endurecerse, a base de cerrar las propias puertas. Y el endurecimiento mata la sensibilidad. No te resultará difícil encontrar ejemplos de esta clase de sensibilidad en tu propia vida. ¿No te has detenido nunca a retirar una piedra o un clavo de la carretera para evitar que alguien pueda sufrir daño? Lo de menos es que tú no llegues nunca a

conocer a la persona que va a beneficiarse de ello, o que no se recompense ni se reconozca tu gesto. Lo haces por puro sentimiento de benevolencia y bondad. ¿No te has sentido alguna vez afligido ante la absurda destrucción, en cualquier parte del mundo, de un bosque que nunca ibas a ver ni del que te ibas a beneficiar jamás? ¿No te has tomado nunca más molestias de las normales por ayudar a un extraño a encontrar la dirección que buscaba, aunque no conocieras ni fueras nunca a volver a ver a esa persona, simplemente por haber experimentado un sentimiento de bondad? En esos y en otros muchos momentos, el amor ha aflorado a la superficie en tu vida, haciendo ver que se hallaba en tu interior esperando ser liberado.

¿Cómo puedes llegar a poseer esta clase de amor? No puedes, porque ya está dentro de ti. Todo lo que tienes que hacer es quitar los obstáculos que tú mismo pones a la sensibilidad, y ésta saldrá a la superficie.

Esos obstáculos a la sensibilidad son dos: La opinión y el apego. Hablemos primero de la opinión. En cuanto tienes una opinión, ya has llegado a una conclusión acerca de una persona, una situación o una cosa. Te has quedado fijo en un punto y has renunciado a tu sensibilidad. Te has predispuesto, y ya sólo verás a esa persona o cosa desde tu predisposición o prejuicio. En otras palabras, vas a dejar de verla para siempre. ¿Y cómo puedes ser sensible a alguien que ni siquiera ves? Piensa en una persona a la que conozcas y haz una lista de las numerosas conclusiones, positivas o negativas, a las que hayas llegado y sobre la base de las cuales te relacionas con ella. En el momento en que digas: "Fulano es inteligente", o "cruel", o "desconfiado", o "cariñoso", o lo que sea, en ese mismo momento ya has endurecido tu percepción, te has formado un pre - juicio y has dejado de observar a esa persona en su constante devenir; es algo análogo al caso del piloto que se pusiera a volar hoy con el informe meteorológico de la semana pasada. Examina con mucho cuidado dichas opiniones, porque el simple hecho de comprender que se trata de opiniones, conclusiones o prejuicios, no reflejos de la realidad, hará que desaparezcan.

En cuanto al apego, ¿Cómo se forma? Ante todo, proviene del contacto con algo que te ocasiona placer o satisfacción: un auto, un moderno aparato anunciado de manera atrayente, una frase de elogio, la compañía de una persona... Viene luego el deseo de aferrarte a ello, de repetir la gratificante sensación que esa cosa o persona te ha ocasionado. Por último, llegas a convencerte de que no serás feliz sin esa cosa o persona, porque has identificado el placer que te proporciona con la felicidad. Y ya tienes un apego con todas las de la ley; un apego, que inevitablemente, te hace excluir otras cosas y ser insensible a todo cuanto no forme parte de él. Consiguientemente, cada vez que tengas que dejar el objeto de tu apego, dejarás con él tu corazón, que ya no podrás poner en alguna otra cosa. La sinfonía de la vida prosigue, pero tú no dejas de mirar atrás, de aferrarte a unos cuantos compases de la sinfonía, de cerrar tus oídos al resto de la música, produciendo con ello una desarmonía y un conflicto entre lo que a vida te ofrece y aquello a lo que tú te aferras. Y vienen a continuación la tensión, la ansiedad, que constituyen la muerte misma del amor y de la gozosa libertad que el amor conlleva. Y es que el amor y la libertad sólo se encuentran cuando se sabe disfrutar de cada nota en el momento en que ésta se produce, pero sin tratar de apresarla, a fin de mantenerse plenamente receptivo a las notas siguientes.

¿Cómo liberarse de un apego? Muchos suelen intentarlo por medio de la renuncia. Pero renunciar a unos cuantos compases de la sinfonía, hacerlos desaparecer de la consciencia, origina precisamente la misma clase de violencia, conflicto e insensibilidad que el aferrarse a ellos. Lo único que se consigue, una vez más, es endurecerse. El secreto reside en no renunciar a nada ni aferrarse a nada, en disfrutar de todo y permitir que todo pase. Y esto ¿Cómo se hace? A base de muchas horas de observar el carácter corrompido y viciado del apego. Por lo general, lo que haces es centrarte en la emoción, en la ráfaga de placer que el objeto de tu apego te produce. ¿Por qué no intentas ver la ansiedad, el sufrimiento y la falta de libertad que también te ocasiona, a la vez que la alegría, la paz y la libertad que

experimentas cuando desaparece? entonces dejarás de mirar atrás y podrás sentir el hechizo de la música en el instante presente.

Finalmente, echa un vistazo a la sociedad en la que vivimos, Podrida de apegos hasta la médula. Porque, si uno está apegado al poder, al dinero, a la propiedad, a la fama, al éxito; si uno busca todas estas cosas como si su felicidad dependiera de ellas, será considerado como un miembro dinámico, trabajador y productivo de la sociedad. En otras palabras, si uno persigue esas cosas con una arrolladora ambición capaz de destruir la sinfonía de su vida y convertirle en un ser duro, frío e insensible para con los demás y para consigo mismo, entonces la sociedad le considerará un ciudadano "como es debido", y sus parientes y amigos se sentirán orgullosos del "status" que han alcanzado. ¿A cuantas personas conoces, de las que llaman "respetables", que hayan conservado esa tierna sensibilidad del amor que sólo la falta de apegos puede proporcionar? Si piensas en ello detenidamente, experimentarás una repugnancia tan profunda que instintivamente arrojarás de ti todo apego, como harías con una serpiente que te hubiera caído encima. Te rebelarás y tratarás de liberarte de esta pútrida cultura, basada en la codicia y el apego, en el ansia y la avaricia y en la dureza e insensibilidad del desamor.

MEDITACION 20

"--- Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, haced bien a los que os odien" (Lc. 6,27)

Cuando estás enamorado, te sorprendes a ti mismo mirando a todo el mundo con ojos distintos; te vuelves generoso, compasivo, bondadoso, donde antes tal vez eras duro y mezquino. E, inevitablemente, los demás comienzan a reaccionar para contigo de la misma manera, y no tardas en comprobar que vives en un mundo de ternura que tú mismo has creado. En cambio, cuando lo que predomina en ti es el mal humor y te irritas fácilmente y te muestras ruin, suspicaz y hasta paranoide, en seguida compruebas que todo el mundo reacciona ante ti de manera negativa, y te encuentras viviendo en un mundo hostil, creado por tu mente y tus emociones.

¿Cómo podrías intentar crear un mundo feliz, amable y pacífico? Aprendiendo el sencillo y hermoso, aunque arduo "arte de mirar". Se trata de hacer lo siguiente: cada vez que te encuentres irritado o enojado con alguien, a quien tienes que mirar es a ti, no a esa persona. Lo que tienes que preguntarte no es: "¿Qué le pasa a este individuo?", sino: "¿Qué pasa conmigo, que estoy tan irritado?". Intenta hacerlo ahora mismo. Piensa en alguna persona cuya sola presencia te saque de quicio y formúlate a ti mismo esta dolorosa pero liberadora frase: "La causa de mi irritación no está en esa persona sino en mí mismo". Una vez dicho esto, trata de descubrir por qué y cómo se origina esta irritación. En primer lugar, considera la posibilidad, muy real, de que la razón por la que te molestan los defectos de esa persona, o lo que tú supones que lo son, es porque tú mismo tienes esos defectos; lo que ocurre es que los has reprimido y por eso los proyectas inconscientemente en el otro. Esto sucede casi siempre, aunque casi nadie lo reconoce. Trata, pues, de descubrir los defectos de esa persona en tu propio interior, en tu mente inconsciente, y tu irritación se convertirá en agradecimiento hacia dicha persona, que con su conducta te ha ayudado a desenmascararte.

Otra cosa digna de considerar es la siguiente: ¿No será que lo que te molesta de esa persona es que sus palabras o su comportamiento ponen de relieve algo de tu vida y de ti mismo que tú te niegas a ver? Fíjate cómo nos molestan el místico y el profeta que parecen alejarse mucho de lo místico o de lo profético cuando nos sentimos cuestionados por sus palabras o por su vida.

Una tercera cosa también está muy clara: tú te irritas contra esa persona porque no responde a las expectativas que has sido "programado" para abrigar respecto a ella. Tal vez tengas derecho a exigir que esa persona responda a tu "programación" siendo, por ejemplo, cruel o injusta, en cuyo caso no es necesario que sigas considerando esto. Pero, si tratas de

cambiar a esa persona o de poner fin a su comportamiento, ¿No serías mucho más eficaz si no estuvieras irritado? La irritación sólo conseguirá embotar tu percepción y hacer que tu acción sea menos eficaz. Todo el mundo sabe que, cuando un deportista pierde los nervios, la calidad de su juego decrece, porque la pasión y el acaloramiento le hacen perder coordinación. En la mayoría de los casos, sin embargo, no tienes derecho a exigir que la otra persona responda a tus expectativas; otras personas en tu lugar, ante dicho comportamiento, no experimentarían irritación alguna. No tienes más que pensar detenidamente en esta verdad, y tu irritación se diluirá. ¿O es absurdo por tu parte exigir que alguien viva con arreglo a los criterios y normas que tus padres te han inculcado?

Finalmente, he aquí otra verdad que deberías considerar: teniendo en cuenta la educación, la experiencia y los antecedentes de esa persona, seguramente no puede dejar de comportarse como lo hace. Alguien ha dicho, con mucho acierto, que comprender todo es perdonar todo. Si tú comprendes realmente a esa persona, la considerarás como una persona deficiente, pero no censurable, y tu irritación cesará al instante. Y en seguida comprobarás que comienzas a tratar a esa persona con amor y que ella te responde del mismo modo, y te encontrarás viviendo en un mundo de amor que tú mismo has creado.

MEDITACION 21

"Los fariseos decían a los discípulos: '¿Por qué come vuestro maestro con los publicanos y pecadores?"
(Mt. 9,11)

Si deseas entrar en contacto con la realidad de una cosa, lo primero que tienes que comprender es que toda idea deforma la realidad y constituye un obstáculo para ver dicha realidad. La idea no es la realidad: la idea "vino" no es el vino; la idea "mujer" no es esa determinada mujer. Si de veras quieres entrar en contacto con la realidad de esa mujer, debes dejar de lado tu idea de la mujer y tener la experiencia de ella en su singularidad concreta y en su unicidad. Por desgracia, la mayoría de las personas no se toman, la mayoría de las veces, la molestia de ver este tipo de cosas en su singularidad; se limitan a ver las palabras o las ideas, pero sin mirar nunca con ojos de niño esa realidad concreta, única, viva y con plumas que se mueve ahí mismo, delante de ellos; lo único que ven es un gorrión. Nunca ven el maravilloso prodigio de ese ser humano único que tienen ante sí; tan sólo ven a una mujer campesina hindú, por ejemplo. La idea, por consiguiente, es un obstáculo para percibir la realidad.

Por otro lado hay otro obstáculo a la percepción de la realidad: el juicio. Tal cosa o persona es buena o mala, fea o hermosa. Ya es suficiente obstáculo, a la hora de fijarse en esa persona concreta, el tener la idea de "hindú", de "mujer" o de "campesina". Pero, encima, ahora añado un juicio y digo: "es buena" o "es mala"; "es guapa y atractiva" o "es fea y poco atractiva". Lo cual me impide verla, porque no es ni buena ni mala. Es "ella", en toda su singularidad. El cocodrilo y el tigre no son buenos ni malos; son cocodrilo y tigre. "Bueno" y "malo" dicen a algo exterior a ellos. En la medida en que convienen a mi propósito, o son gratos a mis ojos, o me son útiles, o constituyen para mí una amenaza, en esa medida les llamo "buenos " o "malos".

Piensa ahora en ti mismo cuando alguien dice de ti que eres "bueno" o "atractivo" o "guapo". Una de dos: o bien te muestras duro y displicente, porque en realidad te consideras malo, y te dices a ti mismo que, si el otro te conociera tal como eres, no diría que eres bueno; o bien aceptas las palabras de esa otra persona y te crees de veras que eres bueno, y hasta te hace ilusión el cumplido. En ambos casos te equivocas, porque no eres ni bueno ni malo. Tú eres tú. Si te dejas influir por los juicios de quienes te rodean, estarás siempre acumulando tensión, inseguridad y preocupación, porque, del mismo modo que hoy te llaman "bueno", y ello te alegra, mañana pueden llamarte "malo", y te deprimirás. Por eso, la reacción apropiada y correcta, cuando alguien dice que eres "bueno", consiste en decir: "Esta persona, dada su actual percepción y talante, me ve bueno, lo cual no dice algo acerca de mí. Otro en su lugar, y con su propia manera

de ser y de percibir las cosas, me vería malo, lo cual tampoco diría algo acerca de mí".

¡Con qué facilidad nos dejamos engañar por el juicio de los demás y nos formamos una imagen de nosotros mismos basada en ese juicio...!

Para liberarte de verdad necesitas escuchar las cosas buenas y malas que ellos quieran contarte, pero no has de reaccionar con mayor emoción que la que manifiesta un ordenador cuando le introducen datos. Y es que lo que ellos digan acerca de ti revela mucho más sobre ellos mismos que sobre tu persona.

En realidad, también tienes que ser consciente de los juicios que tú hagas acerca de ti mismo, porque incluso éstos se basan, por lo general, en los sistemas de valores de las personas que te rodean.

Si juzgas, condenas o apruebas, ¿Acaso ves la realidad?

Si contemplas algo a través del prisma del juicio, de la aprobación o de la condena, ¿No es ese el principal obstáculo para comprender y observar las cosas tal como son?

Cuenta hasta diez cuando una persona te diga que eres alguien muy especial para ella; si aceptas el cumplido, empezarás a acumular tensión.

¿Para qué quieres ser especial para alguien y someterte a semejante clase de juicio aprobatorio? ¿Por qué no contentarte simplemente con ser tú mismo?

Cuando una persona te haga saber lo especial que eres para ella, todo lo que puedes decir es: "Esta persona, dados sus gustos y necesidades, sus instintos, sus apetencias y sus proyecciones, siente una especial atracción hacia mí, lo cual nada dice de mí como persona".

En el momento que aceptes el cumplido y te complazcas en él, habrás dado a esa persona el control sobre ti.

Temerás constantemente que conozca a otra persona que le resulte muy especial y te haga perder la posición de privilegio que ocupas en su vida.

Consiguientemente, te pasarás la vida bailando al son que ella quiera tocar y respondiendo a sus expectativas, con lo cual habrás perdido tu libertad. En suma, habrás conseguido depender de ella para ser feliz, porque has hecho que tu felicidad dependa del juicio de ella acerca de ti.

Por si fuera poco, aún puedes empeorar las cosas poniéndote a buscar a otras personas que te digan lo especial que eres para ellas e invirtiendo un montón de tiempo y energías de asegurarte que nunca van a cambiar esa imagen que tienen de ti. ¡Qué forma de vivir más agotadora...! De pronto el miedo hace acto de presencia en tu vida; miedo a que se destruya tu imagen. Pero, si lo que buscas es la audacia y la libertad, tienes que deshacerte de ese miedo. ¿Cómo? Negándote a tomar en serio a cualquiera que te diga lo especial que eres para él. Las palabras: "Tú eres algo muy especial para mí" tan sólo dicen algo de mi actual disposición con respecto a ti, de mis gustos, de mi actual estado de ánimo y de la fase evolutiva en que me encuentro. No dicen otra cosa. Acéptalas, pues, como un simple dato y no te alegres por ellas. Lo que puede alegrarte es mi compañía, no mi cumplido; mi actual interacción contigo, no mi elogio. Y, si eres juicioso, me animarás a descubrir a otras personas igualmente especiales, para o verte nunca tentado a aferrarte a esa imagen que yo tengo de ti. No es dicha imagen la que ha de procurarte gozo y contento, porque eres consciente de que la imagen que yo tengo de ti puede cambiar muy fácilmente. Lo que has de disfrutar, pues, es el momento presente, porque, si te complaces en la imagen que yo tengo de ti, entonces te tendré controlado, y te dará miedo ser tu mismo, por temor a hacerme daño; te dará miedo decirme la verdad y hacer cualquier cosa que pueda deteriorar la imagen que yo tengo de ti.

Aplícalo ahora a cualquier imagen que la gente tenga de ti y que te haga ver que eres un genio, un sabio, un santo o algo

parecido; siéntete halagado, y en ese momento habrás perdido tu libertad, porque en adelante no dejarás de esforzarte por conseguir que no cambien de opinión. Temerás cometer errores, ser tú mismo, hacer o decir cualquier cosa que pueda dañar dicha imagen. Habrás perdido la libertad de ponerte en ridículo, de ser objeto de bromas y chanzas, de hacer y decir lo que te parezca, en lugar de lo que parece encajar con la imagen que los demás tienen de ti. ¿Cómo se acaba con esto? A base de muchas horas de paciente estudio, concienciación y observación de lo que tan estúpida imagen te proporciona: una emoción mezclada de inseguridad, falta de libertad y sufrimiento. Si logras ver esto con claridad, te desaparecerán las ganas de ser especial para alguien o de que alguien te tenga en una elevada consideración, no temerás andar con pecadores y personales de dudosa reputación y harás y dirás lo que t plazca, sin importarte lo que la gente piense de ti. Conseguirás ser tan falto de auto-consciencia como los pájaros y las flores, demasiado ocupados en la tarea de vivir como para preocuparse lo más mínimo de lo que los demás puedan pensar de ellos y de si son o dejan de ser algo especial para otros. Y al fin, lograrás ser libre y audaz.

MEDITACION 22

"Dichosos los siervos a quienes su señor encuentre despiertos cuando regrese"
(Lc. 12,37)

En todas partes del mundo, la gente anda buscando el amor, porque todos están convencidos de que sólo el amor puede salvar al mundo. Pero muy pocos comprenden en qué consiste realmente el amor y cómo brota en el corazón humano. Con demasiada frecuencia se equipara el amor a los buenos sentimientos para con los demás, a la benevolencia, a la no-violencia, al servicio... Pero todas esas cosas, en sí mismas, no son el amor. El amor brota del conocimiento consciente. Sólo e la medida que seas capaz de ver a alguien tal como realmente es aquí y ahora, no tal como es en tu memoria, en tu deseo, en tu imaginación o en tu proyección, podrás verdaderamente amarla; de lo contrario, no será a la persona a la que ames, sino a la idea que te has formado de ella, o bien a la persona como objeto de tu deseo, pero no tal como es en si misma.

Por eso, el primer acto de amor consiste en ver a esa persona u objeto, esa realidad, tal como verdaderamente es. Lo cual exige la enorme disciplina de liberarte de tus deseos, de tus prejuicios, de tus recuerdos, de tus proyecciones, de tu manera selectiva de mirar; una disciplina tan exigente que la mayoría de las personas prefieren lanzarse de cabeza a realizar buenas acciones y a ser serviciales que someterse al fuego abrazador de semejante ascesis. Cuando te pones a servir a alguien a quien no te has tomado la molestia de comprender, ¿Estás satisfaciendo la necesidad de esa persona o la tuya propia? El primer ingrediente del amor, por tanto, consiste en comprender realmente al otro.

El segundo ingrediente, tan importante como el primero, es comprenderte a ti mismo, iluminar implacablemente, con la luz del conocimiento consciente tus motivos, tus emociones, tus necesidades, tu falta de honradez, tu egoísmo, tu tendencia a controlar y a manipular. Lo cual significa llamar a las cosas por su nombre, por muy doloroso que resulte. Si logras tener esa clase de consciencia del otro y de ti mismo, sabrás lo que es el amor, porque poseerás una mente y un corazón alerta, vigilantes, claros y sensibles; una claridad de percepción y una sensibilidad que te harán reaccionar correcta y adecuadamente en cada situación y en cada momento. Unas veces te verás irresistiblemente llamado a la acción; otras, te refrenarás y te contendrás. Unas veces te verás obligado a ignorar a los demás; otras, les prestarás la atención que solicitan. Unas veces te mostrarás amable, y complaciente; otras, duro, intransigente, enérgico y hasta violento. Y es que el amor, que brota de la sensibilidad, adopta las más inesperadas formas y responde, no a pautas y principios preconcebidos, sino a la realidad concreta del momento. Cuando experimentes por primera vez esta clase de sensibilidad, probablemente sientas verdadero terror, porque todas tus defensas se vendrán abajo, tu falta de honradez quedará al descubierto y los muros de protección que te rodean serán destruidos.

Piensa en el terror que invade a un hombre acaudalado cuando alcanza a ver realmente la lastimosa situación de los pobres; o a un dictador sediento de poder cuando se digna contemplar el verdadero estado en que se encuentra el pueblo por él oprimido; o a un fanático intolerante cuando logra comprender que sus convicciones no se corresponden con los hechos. O piensa en el terror que invade al romántico enamorado cuando se decide de veras a admitir que lo que él ama no es a su amada, sino a la imagen que tiene de ella. Por eso es por lo que el más doloroso acto que un ser humano puede realizar es el acto de mirar. Es en este acto de mirar donde nace el amor; mejor dicho, ese acto de mirar es el amor.

Una vez que empieces a mirar, tu sensibilidad te llevará a tomar consciencia, no sólo de las cosas que decidas ver, sino de todas las demás cosas. Y tu pobre ego tratará desesperadamente de embotar esa sensibilidad, porque se ha visto despojado de sus defensas y se ha quedado sin protección y sin algo a lo que aferrarse. Si alguna vez te permites mirar, será tu muerte. Por eso es por lo que el amor es tan aterrador: porque amar es mirar y mirar es morir. Peor es también la más deliciosa y estimulante experiencia de este mundo, porque en la muerte del ego está la libertad, la paz, la serenidad, la alegría...

Si lo que de veras deseas es amar, entonces ponte inmediatamente a mirar; pero tómatelo en serio. Fíjate en alguien que te desagrade y percibe de veras tus prejuicios; fíjate en alguien o en algo a lo que te aferres y comprueba realmente el sufrimiento, la inutilidad y la falta de libertad que supone aferrarse... Y contempla detenida y tiernamente los rostros humanos y la conducta humana. Tómate tiempo para mirar asombrado a la naturaleza, el vuelo de un pájaro, la lozanía de una flor, la caída de una hoja seca, el fluir de un río, la salida de la luna, la silueta de una montaña a contraluz... Y mientras lo haces, la sólida coraza que protege tu corazón se reblandecerá y se fundirá, y tu corazón rebosará de sensibilidad y delicadeza. Se desvanecerá la oscuridad de tus ojos, tu visión se hará clara y penetrante, y al fin sabrás lo que es el amor.

MEDITACION 23

"Después de despedir a la gente, subió al monte a solas para orar".
(Mt. 14,23)

¿No se te ha ocurrido nunca pensar que sólo eres capaz de amar cuando estás solo? Pero, ¿Qué significa amar? Significa ver a una persona, una cosa, una situación tal como realmente es, no tal y como tú la imaginas, y reaccionar ante ella como merece. No puedes amar lo que ni siquiera ves.

¿Y qué es lo que te impide amar? Tus conceptos, tus categorías, tus prejuicios y proyecciones, tus necesidades y apegos, los "clichés" que tú mismo has elaborado a partir de tus propios condicionamientos y experiencias pasadas. Ver es la más ardua tarea que un ser humano puede emprender, porque requiere una mentalidad alerta y disciplinada, mientras que la mayoría de la gente prefiere ceder a la pereza mental antes que tomarse la molestia de ver a cada persona y cada cosa de un modo siempre nuevo, con la novedad de cada momento.

Liberarte de tus condicionamientos para poder ver es bastante difícil. Pero el ver te exige algo aún mucho más doloroso: liberarte del control que la sociedad ejerce sobre ti; un control cuyos tentáculos han penetrado hasta las raíces mismas de tu ser, hasta el punto de que liberarte de él es tanto como despedazarte.

Si quieres comprenderlo, piensa en un niño al que se le inocula el gusto por la droga. A medida que la droga penetra en su cuerpo, el niño se va haciendo adicto, y todo su ser demanda a gritos dicha droga. Llega un momento en que la falta de la droga le resulta tan insoportable que prefiere morir.

Pues bien, esto es exactamente lo que la sociedad hizo contigo cuando eras un niño. No te estaba permitido disfrutar del sólido y nutritivo alimento de la vida: el trabajo, la actividad y la compañía de las personas y los placeres de los sentidos y de la mente. Se te hizo tomar afición a unas drogas llamadas "aprobación", "aprecio", "éxito",

"prestigio", "poder"... Una vez que les tomaste el gusto, te hiciste adicto a ellas y empezaste a temer la posibilidad de perderlas. Sentías terror son sólo pensar en los fallos, en los errores, en las críticas. De modo que te hiciste cobardemente dependiente de los demás y perdiste tu libertad. Ahora tienen otros el poder de hacerte feliz o desdichado. Y, por más que detestes el dolor que ello supone, te encuentras totalmente desvalido. No hay un solo minuto en el que, consciente o inconscientemente, no trates de sintonizar con las reacciones de los demás, marchando al ritmo de sus exigencias. Cuando te ves ignorado o desaprobado, experimentas una soledad tan insoportable que acudes de nuevo a los demás mendigando el consuelo de su apoyo, su aliento y sus palabras de ánimo. Vivir con los demás en este estado conlleva una tensión interminable; pero vivir sin ellos acarrea el agudo dolor de la soledad. Has perdido tu capacidad de verlos con toda claridad tal como son y de reaccionar adecuadamente ante ellos, porque, en general, tu percepción de ellos está oscurecida por tu necesidad de conseguir la "droga".

La aterradora e ineludible consecuencia de todo ello es que te haz vuelto incapaz de amar a algo y a alguien. Si deseas amar, has de aprender a ver de nuevo. Y si deseas ver, has de renunciar a tu "droga". Tienes que arrancar de tu ser esas raíces de la sociedad que se te han metido hasta los tuétanos. Tienes que liberarte de ellas. Externamente, todo seguirá como antes, y tú seguirás estando en el mundo, pero sin ser del mundo. E internamente serás al fin libre y estarás absolutamente solo. Es únicamente en esa soledad, en ese absoluto aislamiento, como desaparecerán la dependencia y el deseo y brotará la capacidad de amar, porque ya no verás a los demás como medios de satisfacer tu adicción.

Sólo quien lo ha intentado conoce el terror de semejante proceso. Es como si te invitaran a morir. Es como pedirle al pobre drogadicto que renuncie a la única felicidad que ha conocido y la sustituya por el sabor del pan, la fruta, el aire limpio de la mañana y el frescor del agua del torrente, mientras se esfuerza por hacer frente al síndrome de abstinencia y al vacío que experimenta en su interior una vez desaparecida la droga. Para su enfebrecida mente, nada que no sea la droga puede llenar ese vacío. ¿Puedes imaginar una vida en que te niegues a disfrutar de una sola palabra de aprobación y de aprecio o a contar con el apoyo de un brazo amigo; una vida en la que no dependas emocionalmente de alguien, de manera que nadie tenga ya el poder de hacerte feliz o desdichado; una vida en la que no necesites a alguna persona en particular, ni ser especial para nadie, ni considerar a nadie como propio?

Hasta las aves del cielo tienen su nido, y los zorros guaridas, pero tú no tendrás dónde reposar tu cabeza a lo largo de tu travesía por la vida.

Si alguna vez llegas a ese estado, al fin sabrás lo que significa ver con una visión despejada y no enturbiada por el miedo o el deseo. Y sabrás también lo que significa amar. Pero para llegar a esa región del amor, deberás soportar el trance de la muerte, porque amar a las personas supone haber muerto a la necesidad de las mismas y estar absolutamente solo.

¿Cómo se llega ahí? A base de un incesante proceso de concienciación... Y con la infinita paciencia y compasión que deberías tener para con un drogadicto. También te ayudará el emprender actividades que puedas realizar con todo tu ser; actividades que de tal manera te guste realizar que, mientras te ocupas de ellas, no signifique algo para ti ni el éxito ni el reconocimiento ni la aprobación de los demás. E igualmente útil te será volver a la naturaleza: despide a las multitudes, sube al monte y comulga silenciosamente con los árboles y las flores, con los pájaros y los animales, con el cielo, las nubes y las estrellas. Entonces sabrás que tu corazón te ha llevado al vasto desierto de la soledad, donde nadie hay a tu lado absolutamente. Al principio te parecerá insoportable, porque no estás acostumbrado a la soledad. Pero, si consigues superar los primeros momentos, no tardarás en comprobar cómo el desierto florece en amor. Tu

corazón romperá a cantar, y será primavera para siempre.

MEDITACION 24

"No juzguéis y no seréis juzgados"
(Mt. 7, 1)

Es tranquilizador pensar que el más excelso acto de amor que puedes realizar no es un acto de servicio, sino un acto de contemplación, de visión. Cuando sirves a las personas, lo que haces es ayudar, apoyar, consolar, aliviar su dolor... Cuando las ves en su belleza y bondad interiores, lo que haces es transformar y crear.

Piensa en algunas de las personas a las que aprecias y que te atraigan. Intenta ver a cada una de ellas como si fuera la primera vez, sin dejarte influenciar por el conocimiento o la experiencia, buena o mala, que tengas de ellas. Intenta descubrir en ellas algo que, debido a la familiaridad, se te haya pasado por alto, porque la familiaridad produce rutina, ceguera y aburrimiento. No puedes amar lo que no eres capaz de ver de un modo nuevo. No puedes amar lo que no eres capaz de estar constantemente descubriendo.

Piensa ahora en personas que te desagraden. Observa, en primer lugar, qué es lo que te desagrada de ellas; estudia sus defectos con imparcialidad y objetividad. Para ello, naturalmente, no puedes hacer uso de "clichés" referidos a ellas: orgulloso, holgazán, egoísta, arrogante... El "cliché" es producto de la pereza mental, porque resulta muy fácil aplicarle a alguien un estereotipo o una "etiqueta". En cambio, es difícil y arriesgado ver a las personas en su singularidad y unicidad.

Debes examinar esos defectos "clínicamente", es decir, debes cerciorarte de tu objetividad. Ten en cuenta la posibilidad de que lo que ves en esas personas como un defecto tal vez no lo sea en absoluto, sino que en realidad puede ser algo hacia lo que tu educación y las circunstancias te han hecho sentir aversión. Si, a pesar de todo, todavía sigues viendo en ello un defecto, trata de comprender que el origen del mismo reside en sus experiencias de la infancia, en sus condicionamientos del pasado, en una defectuosa forma de pensar y de percibir y, sobre todo, en su inconsciencia, no en su malicia. A medida que hagas esto, tu actitud se trocará en amor y perdón, porque examinar, observar y comprender es perdonar.

Después de estudiar los defectos, intenta descubrir las virtudes que atesora esa persona y que el desagrado que sientes hacia ella te ha impedido ver hasta ahora. Y, mientras lo haces, observa cualesquiera cambios de actitud o de sentimientos que te sobrevengan, porque la aversión hacia ella ha enturbiado tu visión y te ha impedido ver.

A continuación, piensa en cada una de las personas con las que vives y trabajas, observando cómo cada una de ellas se transforma a tus ojos cuando las miras de esta manera. Al verlas así, les estas ofreciendo un don infinitamente más valioso que cualquier acto de servicio que puedas prestarles, porque, al hacerlo, las has transformado, las has "creado" en tu corazón; y, supuesto un cierto grado de contacto entre tú y ellas, también ellas experimentarán realmente una auténtica transformación.

Y ahora, ofrécete a ti mismo idéntico don. Si has sido capaz de hacerlo por otros, no te resultará muy difícil. Sigue el mismo procedimiento: no juzgues o condenes alguno de tus defectos o neurosis. Si no has juzgado a los demás, tampoco tú debes ser juzgado. Indaga, estudia y analiza tus defectos para lograr una mejor comprensión que te lleve al amor y al perdón, y descubrirás con gozo cómo resultas transformado por esa actitud extrañamente tierna y comprensiva que brota en ti para contigo mismo. Una actitud que nace en tu interior y se extiende a toda criatura viviente.

MEDITACION 25

"Y si tu mano te es ocasión de pecado, córtatela; más vale entrar manco en la Vida que con las dos manos ir a la gehena... Y si tu ojo te es ocasión de pecado, arráncatelo; más vale entrar ciego en el reino de Dios que con los dos ojos ser arrojado al fuego"

(Mc 9, 43)

Cuando tratas con personas ciegas, empiezas a comprender que sintonizan con unas realidades de las que no tienes ni idea. Su sensibilidad hacia el mundo del tacto, del olfato, del gusto y del oído es tal que a su lado, el resto de los humanos parecemos torpes y desmañados patanes. Nos dan lástima las personas que han perdido la vista, pero rara vez tomamos en cuenta el enriquecimiento que les proporcionan los restantes sentidos. Por supuesto que es una pena que el dicho enriquecimiento se produzca al elevado precio de la ceguera, y es perfectamente concebible que se pueda tener la misma sensibilidad que tienen los ciegos hacia el mundo de los restantes sentidos sin necesidad de perder la vista. Lo que no es posible, ni siquiera concebible, es que despiertes jamás al mundo del amor sin desprenderte resueltamente de aquellas partes de tu ser psicológico que llamamos los "apegos".

Si te niegas a hacerlo, no experimentarás el amor, la única cosa que da sentido a la existencia humana, porque el amor es el pasaporte para el gozo, la paz y la libertad permanentes. Hay una sola cosa que te impide acceder a ese mundo, y esa cosa es el apego producido por el ojo codicioso, que provoca el ansia en tu corazón, y por la mano avarienta, que intenta aferrar, poseer y hacer suyo lo que el ojo ve, y se niega a soltarlo. Ese ojo ha de ser extirpado, y esa mano cortada, si se quiere que nazca el amor. Con esos muñones por manos, no podrás apoderarte de algo más. Con esas cuencas vacías por ojos, no tardarás en hacerte sensible a ciertas realidades cuya existencia jamás habrías sospechado.

Ahora, por fin, ya puedes amar. Hasta ahora, todo lo que tenías era una cierta cordialidad y benevolencia, una cierta simpatía e interés por los demás, que erróneamente considerabas que era amor, pero que tienen tan poco en común con el amor como la mortecina luz de una vela con la luz del sol.

¿Qué es amar? Es ser sensible a cada porción de la realidad dentro y fuera de ti y, al mismo tiempo, reaccionar con entusiasmo hacia dicha realidad, unas veces para abrazarla, otras para atacarla, otras para ignorarla, y otras para prestarle toda tu atención, pero siempre respondiendo a ella, no por necesidad, sino por sensibilidad.

¿Y qué es un apego? Es una necesidad compulsiva que embota tu sensibilidad, una droga que enturbia tu percepción. Por eso, mientras tengas el más mínimo apego hacia cualquier cosa o persona, no puede nacer el amor. Porque el amor es sensibilidad, y la sensibilidad se destruye cuando resulta dañada, aunque sea mínimamente. Del mismo modo que el funcionamiento defectuoso de una pieza esencial de un sistema de radar distorsiona la percepción y falsea tu respuesta a lo que percibes.

No existe el amor defectuoso, incompleto o parcial. El amor, como la sensibilidad, o lo es en plenitud o, simplemente, no es. O lo tienes íntegro o no lo tienes. Por eso, sólo cuando desaparecen los apegos accede uno al reino ilimitado de esa libertad espiritual que llamamos "amor" y queda libre para ver y responder. Pero no hay que confundir esta libertad con la indiferencia de quienes jamás han conocido la fase del apego. ¿Cómo vas a arrancarte un ojo o cortarte una mano que no tienes? Esa indiferencia, que tantas personas confunden con el amor (como no están apegados a alguien, piensan que aman a todo el mundo), no es sensibilidad, sino endurecimiento de corazón originado por un rechazo, por una desilusión o por la práctica de la renuncia.

Es preciso atravesar las procelosas aguas de los apegos si se desea arribar a la tierra del amor. Sin embargo, hay personas que, sin haber zarpado jamás, están convencidas de haber arribado. Pero lo cierto es que hay que estar muy sano y ser muy perspicaz para que el bisturí amputador pueda hacer su labor y el mundo del amor pueda brotar en la conciencia. Y no te engañes: eso sólo se logra con violencia. Sólo los violentos arrebatan el Reino.

¿Por qué la violencia? Porque, por sí sola, la vida jamás podría producir amor, sino solamente conducir a la atracción, de la atracción al placer, y más tarde al apego y la satisfacción, que finalmente conduce al

cansancio y al aburrimiento. Viene a continuación una fase neutra o "de meseta"... Y vuelta a empezar: la atracción, el placer, el apego, la satisfacción... Todo ello mezclado de ansiedades, celos, posesividad, tristeza, dolor, etc., lo cual convierte el ciclo en una especie de "montaña rusa".

Cuando se ha repetido una y otra vez el ciclo, llega un momento en que acabas harto y quisieras poner fin a todo el proceso. Si tienes la suerte de no topar con alguna otra cosa o persona que atraiga tu atención, podrás al fin obtener una paz un tanto frágil y precaria. Eso es lo más que la vida puede darte, aunque es posible que lo confundas con la libertad y consiguientemente, acabes muriéndote sin haber conocido jamás lo que significa ser realmente libre y amar.

No. Si deseas liberarte del ciclo y acceder al mundo del amor, deberás atacar mientras el apego siga vivito y coleando, no una vez que lo hayas superado. Y deberás atacar, no con el bisturí de la renuncia, porque esa clase de mutilación no hace más que endurecer, sino con el bisturí de la consciencia.

¿Y de qué debes ser consciente? De tres cosas: en primer lugar, debes ver el sufrimiento que esa "droga" te está ocasionando, los altibajos, los estremecimientos, las ansiedades, las decepciones y el aburrimiento a que inevitablemente te conduce. En segundo lugar, debes darte cuenta de que esa "droga" está escamoteándote algo, a saber, la libertad de amar y disfrutar de cada minuto y cada cosa de la vida. En tercer lugar, debes comprender que, debido a tu adicción y a tu programación, has atribuido al objeto de tu apego una belleza y un valor que, sencillamente, no posee: aquello de lo que estás tan enamorado tan sólo está en tu mente, no en la cosa o persona amada. Si logras ver esto, el bisturí de la consciencia deshará el hechizo.

Suele afirmarse que sólo cuando te sientes profundamente amado puedes abrirte con amor a los demás. Pero eso no es cierto. Un hombre enamorado se abre realmente al mundo, pero no con amor, sino con euforia. Para él, el mundo adquiere un irreal color de rosa que se desvanece en cuanto desaparece la euforia. Su presunto amor no se debe a que perciba claramente su realidad, sino a que está convencido, acertada o equivocadamente, de que es amado por alguien; un convencimiento peligrosamente frágil, porque se basa en la persona por la que cree ser amado, que es voluble y tornadiza por naturaleza y que en cualquier momento puede pulsar el interruptor y acabar con su euforia. No es de extrañar que quienes así proceden no consigan jamás perder su inseguridad.

(Cuando te abres al mundo por causa del amor que otra persona siente por ti, estás radiante; pero lo que irradias no es tu percepción de la realidad, sino el amor que has recibido de esa otra persona, la cual controla el "interruptor", de tal manera que, cuando lo pulsa, hace que tu brillo o irradiación, desaparezca.)

Cuando uses el bisturí de la consciencia para pasar del apego al amor, hay algo que debes tener en cuenta: no seas severo ni impaciente ni te detestes a ti mismo. ¿Cómo puede nacer el amor de semejantes actitudes? Mejor será que te muestres compasivo contigo mismo y conserves la flema conque el cirujano maneja el bisturí. Puede que entonces descubras que eres maravillosamente capaz de amar el objeto de tu apego y disfrutar de él aún más que antes y, al mismo tiempo disfrutar igualmente de cualquier otra cosa o persona.

Ésta es la piedra de toque para averiguar si lo que tienes es amor. Lejos de hacerte indiferente, ahora puedes disfrutar de todo y de todos como antes disfrutabas del objeto de tu apego. Ahora ya no hay más estremecimientos ni, consiguientemente, más sufrimiento ni incertidumbre. De hecho, podría decirse que disfrutas de todo y disfrutas de nada, porque has hecho el gran descubrimiento de que aquello de lo que disfrutabas con ocasión de cualesquiera cosas y personas, es algo que está en tu propio interior. La orquesta está dentro de ti, y la llevas consigo a donde quiera que vayas. Las cosas y las personas exteriores a ti

no hacen sino determinar la melodía concreta que la orquesta debe interpretar. Y cuando nada hay ni alguien que atraiga tu atención, la orquesta tocará su propia música, porque no necesita algún estímulo externo. Ahora llevas en tu corazón una felicidad que nada ajeno a ti puede darte ni arrebatarte.

Y aquí radica la otra prueba del amor: eres feliz sin saber por qué. Pero, ¿Es duradero el amor? La verdad es que no hay garantía alguna de que lo sea, porque, aún cuando el amor no puede ser parcial, sí puede ser de duración limitada. El amor viene y se va en la medida en que tu mente está despierta y consciente o, por el contrario, se ha vuelto a dormir. Ahora bien, aun así, una vez que haz probado esto que llaman "amor", sabrás que ningún precio es demasiado elevado y ningún sacrificio demasiado grande, ni siquiera la pérdida de ambos ojos o la amputación de una mano, cuando a cambio se puede obtener la única cosa en el mundo por la que merece la pena vivir.

MEDITACION 26

"¿No era necesario que el Cristo padeciera eso y entrara así en su gloria?" (Lc. 24,26)

Piensa en algunos de los acontecimientos dolorosos de tu vida. ¿Cuántos de ellos son hoy para ti motivo de agradecimiento por haberte servido para cambiar y crecer? Hay aquí implícita una verdad elemental de la vida que la mayoría de las personas no llega nunca a descubrir. Los acontecimientos afortunados hacen la vida más placentera, pero no son causa de autoconocimiento, de crecimiento, de libertad. Éste es un privilegio reservado a aquellas cosas, personas y situaciones que nos ocasionan algún dolor.

Todo acontecimiento doloroso encierra una semilla de crecimiento y de liberación. A la luz de esta verdad, vuelve ahora sobre tu vida y fíjate en tal o cual acontecimiento por el que no te sientas especialmente agradecido, y trata de descubrir el potencial de crecimiento que encierra y del que no has tomado conciencia hasta ahora, por lo que no has podido beneficiarte de él. Piensa también en algún acontecimiento reciente que te haya ocasionado dolor y sentimientos negativos. Cualquiera que haya sido la cosa, persona o situación que te ha producido tales sentimientos, ha sido "maestra" para ti, porque te ha revelado algo (o mucho) acerca de ti que probablemente no sabías y te ha invitado y desafiado a descubrirte y conocerte mejor y, consiguientemente, a crecer y acceder a la vida y a la libertad.

Intenta ahora identificar el sentimiento negativo que ese acontecimiento ha despertado en ti. Puede haber sido un sentimiento de inquietud, de inseguridad, de envidia, de ira, de culpa... ¿Qué te dice esa emoción acerca de ti mismo, de tus valores, de tu manera de percibir el mundo y la vida y, sobre todo, de tu "programación" y tus condicionamientos? Si consigues descubrirlo, te librarás de alguna ilusión o espejismo al que hasta ahora te habías aferrado, o dejarás de percibir alguna cosa de manera deformada, o corregirás alguna falsa creencia, o aprenderás a distanciarte de tu sufrimiento... Con tal de que comprendas que todo ello ha sido causado por tu "programación", no por la propia realidad; e inesperadamente comprobarás que te sientes plenamente agradecido por esos sentimientos negativos y por la persona o el acontecimiento que los ha originado.

Intenta ahora dar un paso atrás. Considera todo cuanto piensas, sientes, dices y haces... Y no te agrada: tus emociones negativas, tus defectos, tus "handicaps", tus errores, tus apegos, tus neurosis, tus dependencias... Y tus pecados, naturalmente. Puedes considerarlo todo ello como parte necesaria de tu desarrollo; como algo que te ofrece una promesa de crecimiento y de gracia para ti y para otros y que no se daría sin esa cosa concreta que tanto te desagrada. Y si tú mismo has ocasionado dolor y sentimientos negativos a otros, piensa que en ese momento has ejercido con ellos la función de "maestro" y les has dado ocasión de autoconocerse y de crecer. Puedes seguir considerándolo hasta que lo veas todo ello como una "feliz culpa", como un pecado necesario que es

ocasión de un inmenso bien para ti y para el mundo.

Si eres capaz de hacerlo, tu corazón se verá inundado de paz, de agradecimiento, de amor y de aceptación de todas y cada una de las realidades. Y habrás descubierto qué es lo que la gente busca en todas partes sin jamás encontrarlo: la fuente de la serenidad y de la alegría que se esconde en cada corazón humano.

MEDITACION 27

"He venido a traer fuego a la tierra, ¡y cuánto desearía que ya estuviera ardiendo!" (Lc 12,49)

Si quieres saber lo que significa ser feliz, observa una flor, un pájaro, un niño...: ellos son imágenes perfectas del reino, porque viven el eterno ahora, sin pasado ni futuro. Por eso no conocen la culpa y la inquietud que tanto atormentan a los seres humanos, están llenos de la pura alegría de vivir y se deleitan, no tanto en las personas o las cosas, cuanto en la vida misma. Mientras tu felicidad esté originada o sostenida por algo o alguien exterior a ti, seguirás en la región de los muertos. El día en que seas feliz sin razón alguna, el día que goces con todo y con nada, ese día sabrás que has descubierto ese país de la alegría interminable que llamamos "el Reino".

Encontrar el Reino es lo más fácil del mundo, pero también lo más difícil. Es fácil, porque el reino está a tu alrededor y aun dentro de ti mismo, y lo único que tienes que hacer es extender tu mano y tomar posesión de él. Y es difícil, porque si deseas poseer el reino, nada más puedes poseer. Es decir, debes acceder a lo más hondo de ti mismo sin apoyarte en algo ni en alguien, arrebatando a todos y a todo, para siempre, el poder de estremecerte, de emocionarte y de darte una sensación de seguridad o de bienestar. Para lo cual, lo primero que necesitas es ver con absoluta claridad esta contundente verdad: contrariamente a lo que tu cultura y tu religión te han enseñado, nada, absolutamente nada, puede hacerte feliz. En el momento en que consigas ver esto, dejarás de ir de una ocupación a otra, de un amigo a otro, de un lugar a otro, de una técnica espiritual a otra, de un gurú a otro... Ninguna de esas cosas puede proporcionarte ni un solo minuto de felicidad. Lo más que pueden ofrecerte es un estremecimiento pasajero, un placer que al principio crece en intensidad, pero que se convierte automáticamente en dolor en cuanto los pierdes, y en hastío si se prolongan indefinidamente.

Piensa en las innumerables personas y cosas que tanto te han entusiasmado en el pasado. ¿Qué ha sucedido? En cada caso, han acabado produciéndote sufrimiento o aburrimiento, ¿No es verdad? Es absolutamente esencial que consigas ver esto, porque, mientras no lo hagas, no habrá posibilidad alguna de que descubras el reino de la alegría. La mayoría de las personas no están preparadas para verlo en tanto no hayan padecido repetidas veces la desilusión y la tristeza. Y, aun así, sólo una persona entre un millón siente el deseo de ver. Los demás, la inmensa mayoría, se limitan a seguir llamando patéticamente a la puerta de otras criaturas, mendigando sin recato, implorando afecto, aprobación, consejos, poder, honor, éxito... Y es que se niegan obstinadamente a entender que la felicidad no está en esas cosas.

Si buscas dentro de tu corazón, descubrirás algo que te permitirá entender: una chispa de desencanto y descontento que, si se atiza, se convertirá en fuego devastador que consumirá todo el mundo ilusorio en el que vives, desvelando así ante tus asombrados ojos el reino en el que sin sospecharlo siquiera, has estado viviendo siempre. ¿Te has sentido alguna vez asqueado de la vida, mortalmente aburrido de huir constantemente de miedos y de ansiedades, cansado de mendigar, harto de dejarte arrastrar por tus apegos y tus "adicciones"? ¿Has sentido alguna vez la absoluta falta de sentido de luchar para conseguir un título, encontrar un trabajo y dedicarte a experimentar el aburrimiento de la vida o, si eres una persona que no puede parar quieta, vivir en una confusión emocional originada por aquellas cosas que te afanas por conseguir? Si lo has sentido -y difícilmente habrá un ser humano que no lo haya hecho-, entonces la llama divina del descontento ha prendido en tu corazón, y es el momento de alimentarla, antes de que

la apaguen los rutinarios quehaceres de la vida. Es la ocasión que te depara el destino para que, simplemente encuentres el momento de escapar y examinar tu vida, permitiendo que la llama siga creciendo mientras lo haces, negándote a permitir, en cambio, que nada en el mundo te distraiga de esa tarea.

Es el momento de que comprendas que no hay absolutamente algo ajeno a ti que pueda proporcionarte una alegría duradera. Pero, en el instante mismo en que lo hagas, comprobarás que en tu corazón nace un temor: el temor a que, si das pábulo al descontento, éste se convierta en una pasión devoradora que se apodere de ti y te haga rebelarte contra todo cuanto tu cultura y tu religión consideren estimable; contra toda una forma de pensar, sentir y percibir el mundo que ellas (tu cultura y tu religión) te han obligado a aceptar. Ese fuego devorador no se limitará a poner en peligro tu nave, sino que la reducirá a cenizas. De pronto te encontrarás viviendo en un mundo del todo diferente, infinitamente alejado del mundo de las personas que te rodean, porque todo cuanto los demás estiman y por lo que claman sus corazones (honor, poder, aceptación, aprobación, seguridad, riqueza...) es visto como la hedionda, repugnante y nauseabunda basura que en realidad es. Y todo aquello de lo que los demás huyen sin parar ya no volverá a infundirte terror. Te has vuelto una persona serena, intrépida y libre, porque has abandonado tu mundo ilusorio y has entrado en el reino.

Ahora bien, no confundas este descontento divino con la desesperación que a veces induce a la gente a la locura y al suicidio, en cuyo caso no se trataría del impulso místico hacia la vida, sino del impulso neurótico hacia la autodestrucción. Ni lo confundas tampoco con el gimoteo de quienes no hacen más que quejarse de todo: estas personas no son místicos, sino pelmazos en constante campaña en favor de una mejora en sus condiciones carcelarias, cuando lo que necesitan sería abrir las puertas de su prisión y salir a la libertad.

La mayoría de las personas, cuando sienten en sus corazones el aguijonazo de este descontento, o bien huyen de él drogándose con la búsqueda febril de trabajo, de compañía y de amistad, o bien canalizan el descontento hacia una labor social o hacia la literatura, la música o las llamadas tareas creativas, y se contentan con la reforma, cuando lo que hace falta es la rebelión. Estas personas, aunque tremendamente activas, en realidad no están vivas en absoluto, sino muertas y contentas de su vivir en la región de los muertos. La prueba de que su descontento es divino la constituye el hecho de que no haya en él el menor rastro de tristeza o de amargura, sino que, por el contrario, y aun cuando pueda brotar frecuentemente el miedo en tu corazón, el descontento venga siempre acompañado de alegría, de la alegría del reino.

He aquí una parábola de dicho reino: el reino se parece a un tesoro escondido en un campo y que es descubierto por un hombre, el cual, loco de contento, va, vende cuanto tiene y compra dicho campo. Si tú no has descubierto aún el tesoro, no malgastes tu tiempo buscándolo porque puede ser descubierto, pero no puede ser buscado, dado que no tienes la menor idea de en qué consiste dicho tesoro. Lo único que conoces es la letal felicidad de tu actual existencia. Consiguientemente, ¿Qué vas a buscar? ¿Y dónde? Mejor será que busques en tu corazón la chispa del descontento y la mantengas hasta que se convierta en un auténtico incendio que reduzca a escombros tu mundo.

Jóvenes o viejos, la mayoría de nosotros estamos descontentos, simplemente porque deseamos algo (más conocimientos, un mejor trabajo, un coche más potente, un salario más abundante...). Nuestro descontento se basa en nuestro deseo de "más". Si la mayoría de nosotros estamos descontentos, es únicamente porque deseamos algo más. Pero no me estaba refiriendo a esta clase de descontento. Evidentemente, el desear "más" nos impide pensar con claridad; pero, si estamos descontentos, no porque deseemos algo, sino porque no sabemos lo que deseamos; si nos sentimos insatisfechos con nuestro trabajo, con la necesidad de hacer dinero y

lograr poder y posición, con la tradición, con lo que tenemos y lo que podríamos tener; si estamos insatisfechos, no con algo en particular, sino con todo, entonces creo que descubriremos que nuestro descontento nos proporciona claridad. Cuando no aceptamos ni seguimos, sino que dudamos, investigamos e inquirimos, entonces se da una intuición o penetración que da lugar a la creatividad y a alegría.

Por lo general, el descontento que experimentas se debe a que no tienes suficiente de algo: estás insatisfecho porque piensas que no tienes suficiente dinero, o poder, o éxito, o fama, o virtud, o amor, o santidad... No es éste el descontento que conduce a la alegría del reino, porque su origen es la codicia y la ambición, y su consecuencia el desasosiego y la frustración. El día en que estés descontento, no porque desees más de algo, sino porque no sabes que es lo que deseas; el día en que estés mortalmente harto de todo cuanto has estado persiguiendo hasta entonces, harto incluso de perseguirlo, ese día tu corazón alcanzará una inmensa claridad, una intuición, una perspicacia que, de un modo misterioso, te permitirá deleitarte con todo y con nada.

MEDITACION 28

"Por eso os digo: no andéis preocupados por vuestra vida... Mirad las aves del cielo... Fijaos en los lirios del campo... "
(Mt. 6, 25)

En un momento o en otro, todo el mundo experimenta sensaciones de lo que conocemos con el nombre de "inseguridad". Te sientes inseguro de la cantidad de dinero que tienes en el banco, de la cantidad de amor que obtienes de tus amigos, de la educación que has recibido... O tienes sentimientos de inseguridad en relación a tu salud, a tu edad, a tu apariencia física. Si te preguntaran: "¿Qué es lo que te hace sentirte inseguro?", casi con toda certeza darías una respuesta errónea. Tal vez dirías: "Tengo un amigo que no me quiere lo suficiente", o "no tengo la formación académica que necesitaría", o algo por el estilo. En otras palabras, aludirías a algún condicionante externo, sin darte cuenta de que los sentimientos de inseguridad no se deben a algo exterior a ti, sino únicamente a tu "programación" emocional, a algo que tú te dices a ti mismo mentalmente. Si cambiaras tu "programa", tus sentimientos de inseguridad se desvanecerían en un santiamén, aun cuando todo lo existente en el mundo exterior a ti permanecerá exactamente igual que antes. Hay personas que se sienten absolutamente seguras sin tener un duro en el banco, mientras que otras se sienten inseguras a pesar de tener millones. Lo importante no es la cantidad de dinero, sino la "programación". Hay personas que no tienen amigos y, sin embargo, se sienten perfectamente seguras del amor de la gente, otras, en cambio, se sienten inseguras aunque gocen de las más posesivas y exclusivas relaciones del mundo. Una vez más, la diferencia viene marcada por la "programación".

Si quieres hacer frente a tus sentimientos de inseguridad, hay cuatro hechos que debes examinar y comprender:

Primero: es inútil que trates de mitigar tus sentimientos de inseguridad intentando cambiar las cosas exteriores a ti. Puede que tus esfuerzos se vean coronados por el éxito, aunque no es eso lo más frecuente, puede que consigas al menos algún alivio, pero éste no será muy duradero. No merece la pena, por tanto, que gastes tus energías y tu tiempo en mejorar tu apariencia física, en hacer más dinero o en asegurarte el amor de tus amigos.

Segundo: (y éste es un hecho que te hará atacar el problema donde realmente se encuentra: en tu interior): hay personas que, a pesar de encontrarse en las mismas condiciones que tú te encuentras ahora no sienten la menor inseguridad. Esas personas existen, y seguramente conoces alguna. Consiguientemente, el problema no depende de la realidad exterior a ti, sino de ti mismo, de tu "programación".

Tercero: Debes comprender que esa programación te ha sido impuesta por personas inseguras que, cuando aún eras muy joven e impresionable, te enseñaron, con su comportamiento y con sus reacciones de pánico, que siempre que el mundo exterior no se ajuste a una

determinada norma, debes crear en tu interior una confusión emocional llamada "inseguridad" y hacer cuanto esté a tu alcance por reordenar dicho mundo exterior: hacer más dinero, buscar más motivos de tranquilidad, aplacar y agradar a las personas a las que has ofendido..., a fin de que desaparezcan los sentimientos de inseguridad. El simple hecho de caer en la cuenta de que no tienes que hacer semejante cosa, de que el hacerlo nada resuelve realmente, y de que la confusión emocional se debe exclusivamente a ti y a tu cultura, hará que te distancies del problema, y obtendrás un considerable alivio.

Cuarto: siempre que te sientas inseguro acerca de lo que puede depararte el futuro, limítate simplemente a recordar que en los últimos seis o doce meses has estado igualmente inseguro acerca de los acontecimientos que habrían de producirse; y que cuando, finalmente, éstos se produjeron, te las arreglaste para dominarlos de un modo u otro, gracias a las energías y recursos que acumulaste en el momento, y no gracias a toda tu anterior preocupación, que únicamente sirvió para hacerte sufrir innecesariamente y para debilitarte emocionalmente. Por consiguiente, intenta decirte a ti mismo: "Si hay algo que pueda hacer ahora con respecto a mi futuro, lo haré. Fuera de eso, me limitaré a dejarle que siga su curso y me dedicaré a disfrutar del momento presente, porque la experiencia me ha enseñado que sólo puedo hacer frente a las cosas cuando éstas se presentan, no antes de que ocurran, y que el presente me proporciona siempre los recursos y la energía necesarios para afrontarlas".

La desaparición definitiva de los sentimientos de inseguridad sólo se producirá cuando hayas adquirido esa bendita capacidad de las aves del cielo y de los lirios del campo para vivir plenamente el presente, momento a momento; porque el instante presente nunca es insufrible, por muy doloroso que sea. Lo que sí es insufrible es lo que tú piensas que va a suceder dentro de cinco horas o de cinco días; e insufribles son también esas palabras que no dejas de repetir en tu interior: "¡Es terrible!"; "¡Es insoportable!"; "¿Cuánto tiempo va durar esto?"... Y cosas parecidas. Las aves y las flores tienen la ventaja sobre los humanos de que no tienen el concepto del futuro, ni palabras en sus mentes, ni preocupación alguna por lo que sus semejantes piensen de ellos. Por eso son imágenes perfectas del reino. No te inquietes, pues, por el mañana, porque el mañana ya cuida de sí. Cada día tiene su propia malicia. Busca el reino por encima de cualquier otra cosa, y todo lo demás se te dará por añadidura.

MEDITACION 29

"El que encuentre su vida, la perderá; y el que pierda su vida por mí, la encontrará"
(Mt. 10, 39)

¿Has pensado alguna vez que quienes más miedo tienen a morir son los que más miedo tienen de vivir? ¡Que al pretender escapar a la muerte estamos huyendo de la vida!

Imagínate a un hombre que viviera en un miserable ático sin luz y sin apenas ventilación; imagínate además que a ese hombre le da verdadero terror bajar las escaleras, porque ha oído hablar de quienes han rodado por ellas y se han roto el cuello, y que jamás se le ocurriría cruzar la calle, porque le han dicho que el intentar hacerlo han sido atropelladas centenares de personas. Y, naturalmente, si no es capaz de cruzar una calle, mucho menos podrá cruzar un océano, o un continente... O pasar de un universo mental a otro. Lo que hace ese hombre es aferrarse a su pequeño cuchitril, en un desesperado intento de eludir la muerte, con lo que al mismo tiempo elude también la vida.

¿Qué es la muerte? Una pérdida, una desaparición, un marcharse, un decir adiós. Cuando te aferras a algo, te niegas a marcharte, te niegas a decir adiós, te resistes a la muerte. Y aunque no te des cuenta, te resistes también a la vida.

Porque la vida está en movimiento, y tu, en cambio, estás fijo; la vida fluye, y tú en cambio estás estancado; la vida es flexible y libre, y tú, en cambio, estás rígido y paralizado. La vida se lo lleva todo, y tú en cambio ansías estabilidad y permanencia.

Por eso temes a la vida y temes a la muerte: porque te aferras. Si no te aferraras a algo, si no temieras perder algo, entonces serías libre para fluir como el torrente de la montaña, siempre fresco, vivo y cambiante.

Hay personas que no pueden soportar la sola idea de perder a un ser querido, y prefieren no pensar siquiera en ello; o bien les horroriza la simple posibilidad de poner en duda y acabar perdiendo una creencia, una ideología o una teoría que siempre han estimado; o están convencidas de que jamás podrán vivir sin tal o cual persona, lugar o cosa que tienen en gran aprecio.

¿Quieres conocer una forma de medir tu grado de rigidez y de inercia? Observa la cantidad de dolor que experimentas cuando pierdes a una persona, una cosa o una idea muy queridas para ti. El dolor y la aflicción revelan tu apego a ellas, ¿No es verdad? ¿Por qué te aflige tanto la muerte de un ser querido o la pérdida de un amigo? Porque nunca te paras a pensar en serio que todas las cosas pasan o cambian o mueren.

Por eso la muerte, la pérdida y la separación te pillan tan de sorpresa. Prefieres vivir en el pequeño ático de tu ilusión, pretendiendo que las cosas no cambien nunca y sigan siendo siempre las mismas. Por eso, cuando la vida hace añicos violentamente tu ilusión, experimentas tanto dolor.

Para vivir debes mirar de frente a la realidad; sólo así te liberarás del temor a perder a las personas y adquirirás el gusto por la novedad, el cambio y la incertidumbre; sólo así se desvanecerá tu miedo a perder lo ya familiar y conocido y esperarás y acogerás ilusionado lo nuevo y desconocido. Si es la vida lo que ambicionas, he aquí un ejercicio que tal vez te resulte doloroso, pero que, si eres capaz de hacerlo, te proporcionará el optimismo de la libertad:

Pregúntate si hay algo o alguien cuya pérdida te causaría una gran aflicción. Puede que seas de esas personas que no pueden soportar la mera idea de la muerte o la pérdida de un ser querido. Si es así, y en la medida en que lo sea, estás muerto. Lo que hay que hacer es afrontar la muerte, la pérdida, la separación de las cosas y personas queridas.

Considera, una por una, a esas personas y cosas e imagina que han desaparecido de tu lado para siempre y diles adiós en tu corazón. Dale las gracias y dile adiós a cada una de ellas.

Vas a sentir dolor, y vas a sentir también cómo dejas de aferrarte a ello; a continuación brotará en tu consciencia algo distinto: una soledad que crece cada vez más, hasta convertirse en algo parecido a la infinita inmensidad del cielo. Pues bien, en esa soledad está la libertad. En esa soledad está la vida. En ese no-aferrarse está la decisión de fluir libremente, de disfrutar, gustar y saborear cada nuevo instante de la vida; una vida que ahora es mucho más dulce, porque ha quedado libre de la inquietud, la tensión y la inseguridad; libre del temor a la pérdida y a la muerte que siempre acompaña al deseo de permanecer y de aferrarse.

MEDITACION 30

"La lámpara de tu cuerpo es tu ojo; si tu ojo está sano, todo tu cuerpo estará luminoso; pero, si está enfermo, tu cuerpo estará a oscuras"
(Lc. 11, 34)

Pensemos que el mundo se salvaría si tan sólo fuéramos capaces de generar mayores dosis de buena voluntad y tolerancia. Lo cual es falso. Lo que puede salvar al mundo no es la buena voluntad o la tolerancia, sino la clarividencia. ¿De qué sirve que seas tolerante con los demás si estás convencido de que eres tú quien tiene la razón y de que quienes no piensan como tú están equivocados? Eso no es tolerancia, sino condescendencia. Eso no lleva a la unión de los corazones, sino a la división, porque tú te colocas arriba y pones a los demás abajo: unas posiciones que sólo pueden dar lugar a un sentido de superioridad por tu parte y a un resentimiento por parte de tus semejantes, originando con ello una mayor tolerancia.

La verdadera tolerancia brota únicamente de una viva consciencia de la

profunda ignorancia que a todos nos aqueja en relación con la verdad. Porque la verdad es, esencialmente, misterio. La mente puede sentirla, pero no comprenderla, y menos aún formularla. Nuestras creencias pueden vislumbrarla, pero no expresarla con palabras. A pesar de lo cual, la gente habla con entusiasmo del valor del diálogo, el cual, en el peor de los casos, es un intento camuflado de convencer al otro de la rectitud de tu propia postura, y en la mejor de las hipótesis te impedirá parecerte a una rana en su charca, que piensa que ésta (la charca) es el único mundo que existe.

¿Qué ocurre cuando se reúnen ranas de diferentes charcas para dialogar acerca de sus convicciones y experiencias? Ocurre que sus horizontes se ensanchan hasta el punto de admitir la existencia de otras charcas distintas de la propia. Pero aún no tienen la menor sospecha de que existe un océano de verdad que no puede ser encerrado dentro de los límites de sus charcas conceptuales. Y nuestras pobres ranas siguen divididas y hablando en términos de tuyo y mío: tus experiencias, tus convicciones, tu ideología... Y las mías. El compartir fórmulas no enriquece a quienes las comparten, porque las fórmulas, al igual que los límites de las charcas, dividen; sólo el océano ilimitado une. Ahora bien, para llegar a ese océano de verdad que no conoce los límites de las fórmulas, es esencial poseer el don de la clarividencia.

¿Qué es la clarividencia y cómo se obtiene? Lo primero que debes saber es que la clarividencia no requiere demasiados conocimientos. Es algo tan simple que está al alcance de un niño de diez meses. No requiere conocimientos, sino ignorancia; no requiere talento, sino valor. Lo comprenderás si piensas en un niño en brazos de una vieja y fea criada. El niño es demasiado joven para haber adquirido los prejuicios de sus mayores. Por eso, cuando se encuentra cálidamente instalado en los brazos de esa mujer, no está respondiendo a algún tipo de "clichés" mentales (clichés como "mujer blanca - mujer negra", "fea - guapa", "vieja-joven", "madre-criada", etc.), sino que está respondiendo a la realidad. Esa mujer satisface la necesidad que el niño tiene de amor, y es a esta realidad a la que el niño responde, no al nombre, la apariencia, la religión o la raza de la mujer. Todas estas cosas son para él absolutamente irrelevantes. El niño carece todavía de creencias y de prejuicios. Éste es el medio en el que puede dase la clarividencia, y para obtenerla hay que olvidarse de todo cuanto se ha aprendido y adquirir la mente del niño, libre de esas experiencias pasadas y esa "programación" que tanto oscurece nuestra forma de ver la realidad.

Mira en tu interior, estudia tus reacciones frente a las personas y las situaciones, y sentirás horror al descubrir la cantidad de prejuicios que subyacen a tus reacciones. Casi nunca respondes a la realidad concreta de la persona o cosa que tienes delante. A lo que respondes es a una serie de principios, ideologías y creencias económicas, políticas, religiosas y psicológicas; a un montón de ideas preconcebidas y de prejuicios, tanto positivos como negativos. Considera, una por una, cada persona, cada cosa, y cada situación, y trata de averiguar cuál es tu predisposición con respecto a cada una de ellas, separando la realidad respectiva de tus percepciones y proyecciones programadas. Este ejercicio te proporcionará una revelación tan divina como cualquiera de las que pueda proporcionarte la Escritura.

Pero no son los prejuicios y las creencias los únicos enemigos de la clarividencia. Hay otra pareja de enemigos llamados "deseo" y "miedo". Para que el pensamiento esté incontaminado de toda emoción, y concretamente de deseo, de miedo y de egoísmo, se requiere una ascesis verdaderamente aterradora. Las personas creen equivocadamente que su pensamiento es producto de su mente; en realidad es producto de su corazón, que primero dicta una determinada conclusión y luego ordena a la mente que elabore el razonamiento con que poder apoyarla. He aquí, pues, otra fuente de revelación divina. Examina algunas de las conclusiones a las que has llegado y comprueba cómo han sido adulteradas por tu egoísmo. Esto vale para cualquier conclusión, a no ser que la consideres provisional. Fíjate cuán estrechamente te aferras a tus conclusiones relativas a las personas, por ejemplo. ¿Acaso

están esos juicios completamente libres de toda emoción? Si así lo crees, es muy probable que no te hayas fijado suficientemente.

Ésta es, precisamente, la principal causa de los desacuerdos y las divisiones que se dan entre naciones y entre individuos. Tus intereses no coinciden con los míos, y por esos tu pensamiento y tus conclusiones tampoco concuerdan con los míos. ¿Cuantas personas conoces cuya manera de pensar, al menos en ocasiones, se oponga a sus intereses? ¿Cuantas veces has conseguido colocar una barrera insalvable entre los pensamientos que ocupan tu mente y los miedos y deseos que se agitan en tu corazón? Cada vez que lo intentes, comprobarás que lo que la clarividencia requiere no son conocimientos o informaciones. Esto se adquiere fácilmente; no así el valor para hacer frente con éxito al miedo y al deseo, porque, en el momento en que desees o temas algo, tu corazón, consciente o inconscientemente, se interpondrá y servirá de obstáculo a tu pensamiento.

Esta es una consideración para "gigantes" espirituales que han logrado darse cuenta de que para encontrar la verdad, lo que necesitan no son formulaciones doctrinales, sino un corazón capaz de renunciar a su "programación" y a su egoísmo cada vez que el pensamiento se pone en marcha; un corazón que no tenga algo que proteger y algo que ambicionar y que, por consiguiente, deje a la mente vagar sin trabas, libre y sin temor alguno, en busca de la verdad; un corazón que esté siempre dispuesto a aceptar nuevos datos y a cambiar de opinión. Un corazón así acaba convirtiéndose en una lámpara que disipa la oscuridad que envuelve el cuerpo entero de la humanidad. Si todos los seres humanos estuvieran dotados de un corazón semejante, ya no se verían a sí mismos como "comunistas" o "capitalistas", como "cristianos", "musulmanes" o "budistas", sino que su propia clarividencia les haría ver que todos sus pensamientos, conceptos y creencias son lámparas apagadas, signos de su ignorancia. Y, al verlo, desaparecerían los límites de sus respectivas charcas, y se verían inundados por el océano que une a todos los seres humanos en la verdad.

MEDITACION 31

"Por eso, estad también vosotros preparados, porque cuando menos lo esperéis vendrá el Hijo del hombre"
(Mt 24,44)

Tarde o temprano brota en todo corazón humano el deseo de santidad, de espiritualidad, de Dios, o como se quiera llamar. Oímos a los místicos hablar de una divinidad que les envuelve por todas partes, que está a nuestro alcance y que, si fuéramos capaces de descubrirla, podría hacer que nuestras vidas tuvieran sentido y fueran ricas y hermosas. La gente tiene una vaga idea a ese respecto, y por ello lee libros y consulta a los gurús tratando de averiguar qué es lo que deben hacer para obtener esa cosa tan esquiva que llamamos "santidad" o "espiritualidad". Para lo cual prueban toda clase de métodos, técnicas, ejercicios espirituales y fórmulas... Y, al cabo de años de inútiles esfuerzos, acaban desanimados y confundidos y se preguntan en qué se habrán equivocado. Y, por lo general, se culpan a sí mismos: Si hubieran practicado las técnicas con mayor regularidad, si hubieran sido más fervorosos o más generosos..., lo habrían logrado. ¿Lograr qué? De hecho, no tienen muy claro en qué consiste esa santidad que andan buscando, aunque sí saben, ciertamente, que sus vidas siguen siendo un fracaso y que ellos siguen siendo unos seres angustiados, inseguros, llenos de miedo, resentidos, despiadados, avaros, ambiciosos y manipuladores. Por eso vuelven a emprender, con renovado ímpetu, el esfuerzo y el trabajo que creen imprescindibles para alcanzar su objetivo.

Nunca se han parado a considerar algo tan simple como es el hecho de que sus esfuerzos no van a llevarles a alguna parte. Lo único que van a conseguir con sus esfuerzos es empeorar las cosas, del mismo modo que empeoran las cosas al intentar apagar un fuego con más fuego. El esfuerzo no produce el crecimiento sea cual sea la forma que adopte (la fuerza, la costumbre, una determinada técnica o un determinado ejercicio espiritual), el esfuerzo no origina el cambio. A lo más conduce a la represión y a encubrir el verdadero mal.

El esfuerzo si puede modificar la conducta, pero no cambia a la persona. Piensa en la mentalidad que subyace a la pregunta: "¿Qué debo hacer para alcanzar la santidad?". Es algo así como preguntar "¿Cuánto dinero tengo que gastar para comprar tal cosa?, ¿Qué sacrificio debo hacer?, ¿A qué disciplina tengo que someterme?, ¿Qué clase de meditación debo practicar para obtenerlo?.." Imagínate a un hombre que deseara obtener el amor de una mujer y, para ello, tratara de mejorar su apariencia, reconstruir su cuerpo, cambiar su conducta y practicar técnicas de seducción...

De hecho, no vas a conseguir el amor de los demás a base de practicar técnicas, sino a base de ser una determinada clase de persona. Y esto no se logra con esfuerzos ni con técnicas. Lo mismo sucede con la espiritualidad y la santidad. No dependen de lo que hagas (no se trata de una mercancía que pueda comprarse ni de un premio que pueda ganarse); depende de lo que seas.

La santidad no es un logro, es una gracia. Una Gracia llamada consciencia, visión, observación, comprensión... Sólo con que encendieras la luz de la consciencia y te observaras a ti mismo y cuanto te rodea a lo largo del día; sólo con que te vieras reflejado en el espejo de la consciencia del mismo modo que ves a tu rostro reflejado en un espejo de cristal, es decir, con fidelidad y claridad, tal como eres, sin la menor distorsión ni el menor añadido, y observaras dicho reflejo sin emitir juicio ni condena de algún tipo, experimentarías los maravillosos cambios de toda clase que se producen en ti. Lo que ocurre es que no puedes controlar dichos cambios, ni eres capaz de planificarlos de antemano ni de decidir cómo y cuándo tienen que producirse. Es esta clase de consciencia que no emite juicios la única capaz de sanarte, de cambiarte y de hacerte crecer. Pero lo hace a su manera y a su tiempo.

¿De qué debes ser consciente concretamente? De tus reacciones y de tus relaciones. Cada vez que estás en presencia de una persona (la que sea y en la situación en que sea), tienes toda clase de reacciones, positivas y negativas. Estudia esas reacciones, observa cuáles son exactamente y de dónde provienen, sin reconvención o culpabilización de algún tipo, incluso sin deseo alguno, y, sobre todo, sin tratar de cambiarlas. Eso es todo lo que hace falta para que brote la santidad.

Pero ¿No constituye la consciencia en sí misma un esfuerzo? No, si la has percibido aunque no sea más que una vez. Porque entonces comprenderás que la consciencia es un placer: el placer de un niño que sale asombrado a descubrir el mundo; porque, incluso cuando la consciencia te hace descubrir en ti cosas que te desagradan, siempre ocasiona liberación y gozo. Y entonces sabrás que la vida inconsciente no merece ser vivida, porque está excesivamente llena de oscuridad y de dolor.

Si al principio sientes pereza en practicar la consciencia, no te violentes. Sería un esfuerzo más. Limítate a ser consciente de tu pereza, sin juzgar ni condenar. Comprenderás entonces que la consciencia requiere el mismo esfuerzo que el que tiene que realizar un enamorado para acudir junto a su amada, o un hambriento para comer, o un montañero para escalar la montaña de sus sueños; tal vez haya que emplear mucha energía, tal vez sea incluso penoso, pero no es cuestión de esfuerzo; ¡es hasta divertido! en otras palabras, la consciencia es una actividad muy fácil.

Pero ¿Te va a proporcionar la consciencia la santidad que tanto anhelas? Si y no. De hecho, nunca lo sabrás, porque la verdadera santidad, la que no se obtiene a base de técnicas, de esfuerzos, y de represión, es absolutamente espontánea. Jamás vas a tener la menor consciencia de que se da en ti. Por lo demás, no debes preocuparte, porque la misma ambición de ser santo se desvanecerá en cuanto vivas, momento a momento, una vida plena, feliz y transparente gracias a la consciencia. Te basta con estar vigilante y despierto, por que así tus ojos verán al Salvador. No te hace falta absolutamente algo más: ni la seguridad, ni el amor, ni el pertenecer a alguien, ni la belleza, ni el poder, ni la

santidad, ni alguna otra cosa tendrán ya importancia.

LO MEJOR DE ANTHONY DE MELLO

RECOPILACIÓN

Sólo hay una necesidad:
esa necesidad es amar.
Cuando alguien descubre eso,
es transformado.
Anthony de Mello

Los textos de este libro han sido extraídos de las siguientes obras de Anthony de Mello:

- o Autoliberación interior
- o Caminar sobre las aguas
- o Práctica de la oración
- o Rompe el ídolo

DAR EL CORAZÓN A LA VIDA

La polución propagandística no favorece la paz soñada, que brota, como fruto maduro, de los caminos auténticos de la vida. Nuestro mundo actual rebosa de estímulos engañosos, que golpean dolorosamente a los incautos y engañan hasta a los bien intencionados. Seduce a las personas con el espejismo de quimeras inconsistentes y de dudoso contenido. Las desvía del centro dinámico de su interioridad y las sacia con bocados azucarados de escaso valor alimenticio. Y la persona, lejos de encontrarse con los anhelos profundos de su mundo más verdadero, se pierde en las arenas movedizas y atormentadas de su propio yo.

Allí, ávidamente, goza de los dividendos fáciles de conquistas deslumbrantes, pero acaba arrastrándose y haciéndose sorda a las llamadas más íntimas que le vienen de su mundo más hondo. En vez de responder a ellas y de vivir lo que es, se contenta con la careta que le hace tan sólo parecer que es. Vive pendiente de la última moda, vagabundeando, sin una orientación personalizada, sin un compromiso engrandecedor, esclavizada por las propagandas consumistas que sólo la satisfacen por el momento, sin darle un rumbo claro y seguro.

Pero nosotros somos realmente más, mucho más que esas lentejuelas con que el mundo nos reviste. Deseamos más, mucho más que esta posición social a que nos aferramos y que se nos reconoce. Somos un reino infinitamente rico y divinamente fascinante, que todavía está por conquistar. Para ello es preciso armarse de coraje y atreverse a ser grande, enfrentándose con las mentiras tentadoras que impiden el acceso a la intimidad del corazón.

Y, principalmente, es preciso darle el corazón a la vida, en vez de pretender el corazón de ella. Fuimos hechos y existimos, no para aprisionar corazones, sino para liberar el nuestro.

Bernard Shaw dijo, en cierta ocasión, que todos somos reyes, con la desgracia de que vivimos fuera de nuestro reino. Porque no somos dueños de nuestro corazón, no podemos dárselo a alguien. Y ésta es la más trágica de las pobrezas y la más lamentable de las desgracias.

Neylor J. Tonin
Autor de "Historias de Sabiduría y Sabiduría de la A a la Z"

AMOR

Aunque hable todas las lenguas humanas y angélicas, si no tengo amor, soy un metal estridente o un platillo estruendoso.

Aunque posea el don de la profecía y conozca los misterios todos y la ciencia entera, aunque tenga una fe como para mover montañas, si no tengo amor, nada soy.

1 Co 13, 1-2

• Pensamientos •

Todos cambiamos en presencia del amor, aun cuando el amor puede ser muy duro.

No olvidemos que la respuesta del amor es siempre la que el otro necesita, porque el amor verdadero es clarividente y comprensivo. Siempre está de parte del otro.

"Haced lo que os digo", dice Jesús. Pero no podremos hacerlo si antes no nos transformamos en el hombre nuevo, despierto, libre, que ya puede amar.

Hay un proverbio chino que dice:

"Cuando el ojo no está bloqueado, el resultado es la visión. Cuando la mente no está bloqueada, el resultado es la sabiduría, y cuando el espíritu no está bloqueado, el resultado es el amor."

Ser transformado en amor, eso es amar a Dios.

¿Qué mérito tendrías si saludases tan sólo a los que te saludan? ¿Y si amases tan sólo a los que te aman? Tú tienes que ser amor total, como el Padre celestial es todo amor.

Cuanto más amas a los otros, más puedes hacer sin ellos. Cuanto más amas a los otros, más puedes hacer con ellos.

¡Sólo hay una necesidad! Esa necesidad es amar. Cuando alguien descubre eso, es transformado. Cuando la vida se vuelve oración... La espiritualidad se traslada a nuestros actos.

Cuando sabes amar es señal de que has llegado a percibir a las personas como semejantes a ti. Nadie hay mejor ni peor que tú.

El amor de verdad es un estado de sensibilidad que te capacita para abrirte a todas las personas y a la vida.

Tú no puedes exigir a alguien que te quiera, pero en cuanto no seas exigente y sueltes los apegos, podrás reconocer cuántas personas te quieren así como eres, sin exigirte algo, y comenzarás a saber lo que es amor.

Cuando amas de verdad a una persona, ese amor despierta el amor a tu alrededor. Te sensibiliza para amar y comienzas a descubrir belleza y amor en todo.

Somos analfabetos en la expresión de sentimientos.

Hasta que no veas inocentes a las personas, no sabrás amar como Jesús.

El amor es: yo estoy de tu lado, no estoy en contra de ti.

El amor de verdad es algo no personal, pues se ama cuando el yo programado no existe ya.

El que ama, termina siempre por vivir en el mundo del amor, porque los demás no tienen más remedio que reaccionar por lo que él los impacta.

Amar es como oír una sinfonía. Ser sensible a toda esa sinfonía. Significa tener un corazón sensible a todos y a todo.

Dios es Padre, pero un buen padre que ama en libertad, y quiere y propicia que su hijo crezca en fuerza, sabiduría y amor.

El egoísmo es exigir que el otro haga lo que tú quieras. El dejar que cada uno haga lo que quiera es amor. En el amor no puede haber exigencias ni chantajes.

El amor desinteresado existe, es el único al que se puede dar el nombre de amor.

Amar significa ver al otro claramente como es.

El amor no es deseo, no es fijación. Apasionarse es el exacto opuesto al amor.

Cada uno va buscándose a sí mismo, porque si no nos encontramos a nosotros mismos, no podremos salir hacia los demás.

• Ejercicios •

• Ponte en contacto con Cristo. Imagínate a ti mismo inundado con su Vida, Luz y Poder.

• Con la imaginación, coloca las manos sobre cada persona a la que amas. Habita en cada individuo.

• Pide que el amor de Cristo descienda sobre él, sin palabras. Míralo iluminado con la vida y el amor de Cristo. Míralo transformado.

• Ve cada sentido, cada miembro, cada facultad inundados con la Presencia y el Poder de Jesús.

• Derrama esta unción sobre cada una de las personas por las cuales quieres orar... Sobre los enfermos.

• Ve a cada uno de ellos iluminarse con el Poder de Jesús.

• Haz esto mismo por las casas, por las comunidades.

• Reflexiones •

• ¿Tú ya has tenido la experiencia de que somos millones de personas en un solo Cristo?

• Sólo en la libertad se ama. Cuando amas la vida, la realidad, con todas tus fuerzas, amas mucho más libremente a las personas.

• Para tu inspiración •

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

DESEOS

Basta que busquéis el reinado de Él y lo demás os lo darán por añadidura.

Lc. 12, 31

• Pensamientos •

Hay un deseo común, que es el cumplimiento de lo que se cree que va a dar felicidad al yo, al ego. Ese deseo es apego, porque ponemos en él la seguridad, la certeza de la felicidad.

Es el miedo el que nos hace desear agarrar con las manos la felicidad, y ella no se deja agarrar. Ella es. Esto sólo lo descubrimos observando, bien despiertos, viendo cuándo nos mueven los miedos y cuándo nuestras motivaciones son reales. Si nos aferramos a los deseos, es señal de que hay apego.

El apego habrá perdido la batalla cuando lo descubras, y ya no tendrá el poder que la inconciencia le daba. Tú mandarás sobre él.

La aprobación, el éxito, la alabanza, la valoración, son las drogas con las que nos ha hecho drogadictos la sociedad, y al no tenerlas siempre, el sufrimiento es terrible.

El día en que entres de pleno en tu realidad, el día en que ya no te resistas a ver las cosas como son, se te irán deshaciendo tus ceguedades. Puede que aún sigas teniendo deseos y apegos, pero ya no te engañarás.

La base del sufrimiento es el apego, el deseo. En cuanto deseas una cosa compulsivamente y pones todas tus ansias de felicidad en ella, te expones a la desilusión de no conseguirla.

El estar despierto y mirar sin engaños no quiere decir que desaparezca tu programación, sino que allí estará, pero la verás claramente, y al apego lo llamarás apego, y a lo que creías amor lo llamarás egoísmo.

No existe necesidad de ser popular. No existe necesidad de ser amado o aceptado. No existe necesidad de estar en posición de relevancia o de ser importante. Éstas no son necesidades humanas básicas. Son deseos que nacen del ego —el yo condicionado—, del mío. Algo profundamente incrustado en ti. Tu yo no tiene interés en estas cosas. Él ya tiene todo lo que necesita para ser feliz. Todo lo que necesitas es concientizarte de tus apegos, de las ilusiones que esas cosas son, y estarás en camino hacia la libertad.

Las cosas son lo que son. No son mías, tuyas o de él. Esto es una mera convención entre nosotros.

No has de apegarte a cosa alguna, ni persona, ni aún a tu madre, porque el apego es miedo, y el miedo es un impedimento para amar.

Cuando un arquero dispara simplemente por deporte, aplica toda su destreza. Cuando apunta hacia un premio de oro,

queda ciego, pierde la razón, ve dos blancos.

Su habilidad no cambió, pero sí el premio. Se preocupa más por vencer que por tirar. Y la necesidad de ganar lo vació de poder. La ambición quita poder.

La felicidad es tu esencia, tu estado natural y, por ello, cuando algo se interpone, la oscurece, y sufres por miedo a perderla. Te sientes mal, porque ansías aquello que eres. Es el apego a las cosas que crees que te proporcionan felicidad lo que te hace sufrir.

Lo malo es que la mayoría equipara la felicidad con conseguir el objeto de su apego, y no quiere saber que la felicidad está precisamente en la ausencia de los apegos, y en no estar sometido al poder de alguna persona o cosa.

Si buscas ser feliz, procura no perseguir tus deseos, porque ellos no son respuesta para tu vida. Para ser feliz, abandona tus deseos o transfórmalos, entendiendo preferentemente su limitado valor. La realización de los deseos trae alivio y bienestar, no felicidad.

La raíz de todo sufrimiento es el apegarse, el apoderarse. Apegarse no es más que proyectar el ego, el mío sobre alguna cosa. Tan pronto como proyectas el yo en algo, el apego se instala.

Cuando retiramos lentamente las palabras "yo, mío, a mí" de nuestras propiedades, campos, ropas, sociedad, congregación, país, religión, de nuestro cuerpo, de nuestra personalidad, el resultado es liberación, libertad. Cuando no hay yo, las cosas son lo que son. Dejas que la vida sea vida.

Tú no tienes que impresionar a alguien, nunca más. Estás completamente cómodo con todo el mundo, nunca más deseas algo de alguien. El no cumplimiento de tus deseos no te hace infeliz.

Si comprendieses tus deberes, apegos, atracciones, obsesiones, predilecciones, inclinaciones, y si te desprendieses de todo eso, el amor aparecería.

• Ejercicios •

• Piensa en algo que desees intensamente. Examina esos deseos uno por uno y pregúntate: "¿No sería maravilloso que yo pudiese ser feliz, se realizasen o no esos deseos?"

• Haz una lista de deseos. Considera uno por vez. Pregúntate:

¿Cómo trato de satisfacer este deseo?

• Imagina que estás en el Cielo. O en la prisión...

Valora el sentido de la vista, la salud, la libertad, la amistad. O, incluso, insignificancias como el agua corriente, la luz eléctrica, las sábanas de la cama.

• ¿Qué hacer si se es víctima de la ambición?

Ponte en presencia de Dios, haz un acto de fe en que el futuro está en manos de Él.

Di: "Señor, confío en que tienes el control del futuro, voy a hacer todo lo que está a mi alcance para realizar mis sueños, pero dejo el resultado en tus manos." Después, agradece por el resultado de tu actitud. Esto te traerá paz y libertad.

• Imagina una visita al médico en la que recibes el anuncio de que tienes sólo dos meses más de vida. ¿Con quién hablar? ¿A dónde ir? ¿Qué hacer? De noche, frente a Cristo, en la capilla. Redacta una carta a tu director espiritual.

• Reflexiones •

• El hombre en el mundo moderno es demasiado egocéntrico. Haz una lista de tantos deseos como sea posible, de tantos problemas como sea posible. ¿Dónde encaja Dios y la búsqueda de Él en la lista?

• El gran enemigo de la paz: un corazón apegado, endurecido y egoísta.

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

FELICIDAD

Que se alegren los que se acogen a ti con júbilo perpetuo, que se regocijen contigo los que aman tu nombre.

Sal 5, 12

• Pensamientos •

Mira dentro de ti, entiende que existe un generoso reino de felicidad autosuficiente. Tú no lo habías encontrado antes dentro de ti, porque tu atención estaba volcada hacia las cosas en que crees, o hacia tus ilusiones con respecto al mundo.

Necesidades emocionales para conseguir la felicidad en el exterior, no hay alguna; puesto que tú eres el amor y la felicidad en ti mismo. Sólo mostrando ese amor y gozándote en él vas a ser realmente feliz, sin agarraderas ni deseos, puesto que tienes en ti todos los elementos para ser feliz.

Pon tu felicidad en la vida y te darás cuenta de que, cuando quedas libre, es cuando eres capaz de amar.

Alimenta este valiente sentimiento. Tú alcanzaste la felicidad. ¿Consigues sentirla?

"La felicidad no está en lo que yo poseo sino en lo que soy". Tu yo es el que necesita ser. ¿Puedes verlo? Esta es la fe verdadera.

La felicidad y el amor van juntos pero no producen emociones, ni excitación, porque esto es enemigo de la felicidad. Tampoco producen aburrimiento, porque la felicidad nunca harta cuando es, de verdad, felicidad.

La felicidad no tiene contrapuesto porque nunca se pierde. Puede estar oscurecida, pero nunca se va porque tú eres felicidad. Si deseamos ser felices, podemos serlo inmediatamente, porque la felicidad está en el momento presente. Aun así, si deseamos ser más felices de lo que somos, o más felices que los otros, tenemos los atributos de una persona infeliz, porque las felicidades no se pueden comparar. Ese tipo de deseo es insaciable. Podemos ser tan felices como lo somos, y no podemos nunca medir cuán felices son los otros.

Abrir bien los ojos para ver que la infelicidad no viene de la realidad, sino de los deseos y de las ideas equivocadas. Para ser feliz nada has de hacer, ni conseguir, sino deshacerte de falsas ideas, ilusiones y fantasías que no te dejan ver la realidad.

La felicidad no tiene causa. Cuando nada pueda herirte, ninguna persona, ningún acontecimiento, nada, entonces serás feliz.

¿Qué hacer para ser feliz? ¡Nada! No se hace algo. Es necesario desprenderse de las cosas. De la ilusión. De las ideas erróneas.

Nuestra felicidad o infelicidad dependen más de la manera por la cual percibimos y nos enfrentamos con los acontecimientos, que de la propia naturaleza de éstos. Si no te está gustando tu vida, hay algo radicalmente erróneo en ti.

Todos somos necesarios. El valor para tener en cuenta es ser feliz y buscar tu sitio en la vida.

Tú ya eres felicidad, eres la felicidad y el amor, pero no lo ves porque estás dormido.

• Ejercicios •

• Intenta decir: "¡Qué suerte tengo! ¡Qué agradecido estoy!" ¿Sabes una cosa? Es imposible estar agradecido y no ser feliz.

• Piensa en los acontecimientos del pasado, agradables o no. Y di: "¡Me hicieron bien, fueron buenos!" Piensa en las cosas que te pasan y di: "Está bien, está bien..." Piensa en el futuro y di: "Será bueno, será bueno..."

Y ve lo que acontecerá. La fe se transformará en alegría. La fe de que todo está en las manos de Dios y de que todo redundará en felicidad para nosotros.

• Reflexiones •

• Todas las barreras que nos impiden alcanzar la felicidad son autoimpuestas. ¿Cuáles son las tuyas?

• Recuerda, reflexiona y escribe tus conclusiones:

¿Quién te enseñó a expresarte, a vivir libre y feliz? Por otro lado, ¿Quién te

enseñó que el camino hacia la felicidad era ser aprobado y aceptado por la sociedad?

• Para tu inspiración •

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

IDENTIDAD

YO soy la vid, vosotros los sarmientos:
quien permanece en mí y yo en él dará
mucho fruto; pues sin mí nada podéis hacer.
Jn. 15, 5

• Pensamientos •

La pregunta más importante del mundo, base de todo acto maduro, es: ¿Yo quién soy? Porque, sin conocerte, no puedes conocer ni a Dios. Conocerte a ti mismo es fundamental.

Hay una cosa dentro de nosotros que es preciosa. Una perla preciosa. Un tesoro. El Reino de Dios está dentro de nosotros. ¡Si al menos descubriésemos eso!

Para despertarse, el único camino es la observación. El irse observando uno a sí mismo, sus reacciones, sus hábitos y la razón de por qué responde así. Observarse sin críticas, sin justificaciones ni sentido de culpabilidad ni miedo a descubrir la verdad; es conocerse a fondo.

Si tienes problemas es que estás dormido. La vida no es problemática. Es el yo (la mente humana) el que crea los problemas.

Cuestiónalo todo y saca la realidad que hay detrás de los cuestionamientos. El día en que sientas el vacío de quedarte sin algo a qué agarrarte, ¡buena señal! Entonces ya puedes comenzar a construir con realidad.

El yo no está bien ni mal, no es bello ni feo, inteligente ni estúpido. El yo es, simplemente. Indescriptible, como el espíritu. Todas las cosas —como tus sentimientos, pensamientos y células— vienen y van. No te identifiques con alguna de ellas. El yo ninguna de ellas es.

La espiritualidad es, en verdad, una cuestión de ser quienes somos, de transformarnos en lo que somos, de ver quiénes somos.

Lo que llamas yo no eres tú, ni eres tampoco tu parentela, ni tu padre ni tu madre, porque eres hijo de la vida.

La espiritualidad es la que intenta solucionarte. Busca solucionar el problema del yo, que es el que está generando los problemas que te llevan al psicólogo y al psiquiatra. La espiritualidad va directamente a la raíz, a rescatar tu yo, el auténtico, que está ahogado por barreras que no lo dejan ser libremente.

Si sintieses o mirases, o te sentases y tomases contacto contigo mismo, llegarías al silencio, y las cosas te serían reveladas.

Cuidar de ti mismo es una actitud egoísta y autosuficiente, pero cristiana en su origen y saludable en sus resultados. Aprende a vivir en forma plena, humana y feliz cada día. La actitud verdaderamente humana es aprender a nadar, y no ahogarte con tu amigo.

La vida es muy importante para ser desperdiciada en el ansia de ser rico, famoso o de buena presencia, popular, bello; o en el pavor de ser pobre, desconocido, ignorado o feo. Estas cosas pierden importancia como si fuesen guijarros alrededor de un diamante fulgurante. Tú, tu verdadero yo, siempre fue y será un diamante. El valor de tu vida es incalculable.

Cuando desistimos de existir mecánicamente, dejamos de ser marionetas. ¿Cómo podremos tener una vida espiritual si no estamos vivos? ¿Cómo ser discípulos de Jesús, si somos seres mecanizados, marionetas?

Para ser como Jesús, has de ser tú mismo, sin copiar a alguien, pues todo lo auténtico es lo real, como real era Jesús.

Nadie más podrá mantener tu yo fuera de ti y decir: "Mejórese, sométase,

obedezca, y le daré su propio yo." Ya no crees en que otro tenga el poder de darte tu propio yo, ni de tomarlo de ti. ¿Sabes lo que significa no sentirse nunca más molesto ni receloso? Esto es una perla de inestimable valor.

Santa Teresa dijo que Dios le concedió el don de desidentificarse de sí misma y poder ver las cosas desde afuera. Éste es un gran don pues el único obstáculo y raíz de todo problema es el yo.

Vivir desidentificados es vivir sin apegos, olvidados del ego, que es el que genera egoísmos, deseos y celos, y por el cual entran todos los conflictos.

La paz no es necesariamente destruida por la disputa o la discusión.

• Ejercicios •

• Repite: "Yo no soy nunca la imagen que tengo de mí mismo ni la que tienen los demás de mí. Yo soy, y el ser no cabe en imagen alguna porque las trasciende todas."

• Repite: "Yo no soy esto ni aquello. Suceda lo que suceda, no perderé mi verdadero yo."

• Imagina que Jesús está de pie delante de ti y que te dirige una de aquellas frases tan amorosas del Evangelio. Contén la reacción y, cuando no puedas más, habla con Él. ¿Qué te diría?

Si os mantenéis fieles a mi palabra, seréis realmente discípulos míos, entenderéis la verdad y la verdad os hará libres.
Jn. 8, 31-32

Sed pues perfectos como vuestro Padre del cielo es perfecto. Mt 5, 48

¡Dichosos los que escuchan la palabra de Dios y la cumplen! Lc 11,28

• Repite: "Yo nada soy de lo que creo ser: mis cosas, mi cuerpo, mis sentimientos. Mi yo es indefinible porque nada hay que lo defina."

• Verse representado en una estatua. Imaginar que en una sala oscura se ilumina poco a poco la imagen. Tomar conciencia de cómo uno se ve a sí mismo. Dialogar con Cristo.

Reflexiones

• El hombre se afana en descubrir a Dios, pero no se afana en descubrirse a sí mismo. ¿Cómo es ese hombre que busca a Dios? ¿Cómo eres tú?

• Todo cambio auténtico se efectúa sin esfuerzo alguno. La persona humana tiene unas energías fabulosas en reserva, para cuando necesita ponerlas en marcha. ¿Qué cambios harías en tu vida?

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ILUMINACIÓN

Mientras tenéis luz, creed en la luz para estar iluminados
Jn 12, 36

• Pensamientos •

Estar despierto es aceptarlo todo, no como ley, no como sacrificio, ni como esfuerzo, sino por iluminación.

Lo importante es el Evangelio, no la persona que lo predica ni sus formas. No la interpretación que se le ha dado siempre o la que le da éste o aquél, por muy canonizado que esté. Eres tú el que tiene que interpretar el mensaje personal que encierra para ti, en el ahora. No te importe lo que la religión o la sociedad prediquen.

La mayoría de las personas permanecen presas en las imágenes que han hecho de Dios. Ése es el mayor obstáculo para llegar a Él.

Si quieres llegar algún día a la unión con Dios, debes comenzar por el silencio.

Dios es la Verdad, la Felicidad y la Realidad, y Él es la Fuente, dispuesta siempre, para llenarnos en la medida en que, libremente, nos abramos a El.

Entra en la vida y estarás atendiendo la causa de Jesucristo... Que no nos llama simplemente a una nueva religión, sino a la Vida.

El presente es la vida, y sólo allí están Dios y la eternidad. Por ello hay que vivir despierto, vigilante, para nada perderte de ella.

Si no te aferras a algún concepto, cosa o ideología, te será fácil descubrir en seguida dónde están la verdad y la realidad, que es la voluntad de Dios escrita en la vida.

La religión puede ser de gran ayuda mientras no la hagas más importante que Jesucristo.

Cada sonido es producido y sostenido por Dios omnipotente. Dios es sonido. Descansa tú en el mundo de los sonidos; descansa en Dios.

Espiritualidad es estar despierto. Desprenderse de las ilusiones.

Espiritualidad es nunca estar a merced de acontecimientos, cosa o persona alguna.

Espiritualidad es haber hallado la mina de diamantes dentro de ti. La religión se destina a guiarte hacia eso.

Tú no necesitas un libro mágico, un gurú carismático, rituales primitivos. Sólo necesitas tus cinco sentidos. Obsérvate a ti mismo, tu cuerpo y tu mente. En ellos encontrarás todo lo necesario, además de los recursos que Dios te dio.

Prueba a verte a ti mismo con ojos nuevos, luego a las personas más cercanas, luego la naturaleza y, así, estarás más cerca de poder ver a Dios.

Para ser místico no necesito estar en un monasterio. Se puede muy bien ser pobre e ignorante de teorías y de leyes, y ser místico. Lo que hace falta es estar despierto a la vida.

Nuestra inteligencia tiene una parte conceptual y otra no conceptual. ¿Qué es el misticismo? Una unión. La parte no conceptual está confinada de tal modo dentro de la parte conceptual que ésta debe abrirse para percibir la "intuición del ser".

• Ejercicios •

• "Detecta" a Dios en el aire que se respira, en los sonidos que se escuchan, en las sensaciones que se sienten. Descansa en todo este mundo de los sentidos.

Descansa en Dios. Entrégate al mundo, a Dios.

• Pronuncia el nombre de Jesús con diferentes actitudes o sentimientos: adoración, amor, confianza, entrega, deseo, arrepentimiento.

• Escucha que Él pronuncia a su vez tu nombre. ¿Cómo reaccionas, cuando Él lo pronuncia? ¿Qué sientes?

• Toma un pasaje de la Escritura: "En el último y mayor día de fiesta, Jesús se puso de pie y dijo en voz alta: “Quien tenga sed, venga a mí y beba."

• Supongamos que, al leer, seas tocado por esta frase. ¿Qué harás? Recita esta frase en tu corazón y deja de leer. ¡Quien tenga sed, venga a mí y beba! Repite, repite, hasta que tu corazón quede satisfecho.

• No es necesario pensar en el significado de las palabras, porque tu corazón sabe el sentido. Y cuando llegues a ese punto de satisfacción, reaccionarás ante esas palabras.

• Reflexiones •

• No necesitamos intentar percibir la Buena Nueva. Tenemos en nuestro interior una mina de diamantes, somos el Reino. ¿Has percibido ya el Reino dentro de ti?

• La fe no es inamovible y has de renovarla continuamente para que esté viva. ¿Cómo renuevas tu fe cada día?

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

MIEDO

Y no habéis recibido un espíritu de esclavos, para recaer en el temor, sino un espíritu de hijos que nos permite clamar: Abba, Padre.

Rm 8, 15

• Pensamientos •

Cuando despertamos de nuestro sueño y vemos la realidad tal cual es, nuestra inseguridad termina y desaparecen los miedos, porque la realidad es y nada la cambia.

Aunque vas diciendo que buscas la felicidad, lo cierto es que no quieres ser feliz.

Prefieres volver al nido antes que volar porque tienes miedo, y el miedo es algo conocido y la felicidad no.

Hace falta despertar.

El miedo sólo se te quita buscando el origen del miedo. El que se porta bien a base de miedo es que lo ha domesticado, pero no ha cambiado el origen de sus problemas: está dormido.

Tienes miedo porque te sientes amenazado por algo que ha registrado la memoria. Si despiertas, y puedes observarlo claramente recordando su origen, el miedo no se volverá a producir, porque eliminarás el recuerdo.

Lo contrario al miedo es el amor. Donde existe el amor no hay miedo alguno. Y el que no tiene miedo alguno no teme a la violencia, porque él no tiene violencia alguna. Toda violencia viene del miedo y crea más violencia.

"No tengáis miedo", dice Jesús en el Evangelio. Todo el Evangelio está lleno de estas advertencias: "No temáis..., no os preocupéis..., no os aflijáis..."

Tomamos de la vida lo no real. Le tenemos mucho miedo a la verdad, y preferimos hacer ídolos con la mentira.

El que se enfada es que tiene miedo.

Nosotros huimos de los enfados porque provocan nuestros miedos y, a la vez, nos ponen violentos. Nos asustamos de la agresividad porque despierta nuestra propia agresividad. Nos defendemos no por justicia, sino por miedos.

La buena religión te enseña a liberarte de los fantasmas, y la mala a fiarte de las medallas. No metamos a Dios en los fantasmas.

• Ejercicios •

• Di al miedo: "Entiendo por qué estás aquí. Pero confío en Dios."

Y si encuentras en el corazón que puedes hacerlo, agradece previamente por las consecuencias. Eso será de gran ayuda.

• Agradece a Dios por todo lo que sucederá.

Tenemos que hacer lo que Jesús hizo: enfrentar el miedo y hablar con él como si fuese una persona. Amablemente, sin violencia, porque el miedo está dentro de nosotros, disfrazado de prevención.

• Imagina que Jesucristo está aquí frente a ti y te dirige estas palabras: "No tengas miedo, soy yo mismo." No digas algo, no respondas. Deja que las palabras reverberen en tu corazón, deja que ellas movilicen todo tu ser. Y cuando no puedas ya contenerte, reacciona, y da tu respuesta.

• Reflexiones •

• Analiza sinceramente, sosegadamente, cuáles son tus cárceles imaginarias y el porqué de tus miedos. Escríbelo.

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ODIO

Si tu enemigo tiene hambre, dale de comer; si tiene sed, dale de beber... No te dejes vencer por el mal, antes vence con el bien el mal.

Rm 12, 20-21

• Pensamientos •

Liberarte del odio es lo mismo que liberarte de tu miedo, pues el miedo es lo que produce el odio. Y si el miedo es por ti mismo, es que te estás odiando, y si anida el odio en ti, odiarás a todo el mundo.

El hombre es libre, pero no existe libertad para distorsionar el bien. Sólo un loco o un dormido hacen el mal —los que no saben lo que es la libertad o no tienen libertad para ser ellos mismos— porque son esclavos de sus compulsiones o sus miedos.

Cuando puedas limpiar tu corazón de todos los apegos y aversiones, verás a Dios.

"Aunque diera todo a los pobres, y mi cuerpo a las llamas —dice Pablo—, ¿De qué me serviría si no amo?" Este modo de ver de Pablo se consigue viviendo, y este modo de ser nace de estar despierto, disponible y sin engaños.

El místico es el que es capaz de liberarse completamente del miedo, por eso no es violento. El enemigo del amor no es el odio, sino el miedo. El odio es sólo una consecuencia del miedo.

Con nada hay que violentarse ni para mejorarlo ni para cambiarlo. Lo que es, es, y sólo lo es por su propia causa; nada te puede dañar si estás despierto.

Cuando una persona no tiene antipatías ni apegos, su amor renace, crece. Conocerá entonces el amor. De otra manera, estará solamente ocupada con algunas imágenes en su mente. Ningún apego, ninguna aversión, sólo amor; percibe y aceptarás de corazón lo que sea.

El establecimiento de relaciones es sólo posible entre personas conscientes. Las personas inconscientes no pueden compartir amor.

Ellas pueden solamente intercambiar deseos, exigencias, mutuas lisonjas y manipulación. Prueba tu amor, para ver si es consciente. Cuando tu deseo particular es contrariado o negado por la persona amada, ¿Con qué rapidez tu apego se transforma en resentimiento?

La religión no es una cuestión de rituales o estudios académicos. No es un tipo de culto o de buenas acciones. Religión es arrancar las impurezas del corazón. Este es el camino para encontrar a Dios.

Si quieres cambiarte a ti mismo, tendrá que ser en base a comprensión, intuición, conciencia, tolerancia, sin violencia. Pues eso mismo necesitan los demás.

Lo que importa es responder a Dios con el corazón. No importa ser ateo, musulmán o católico; lo importante es la circuncisión y el bautismo del corazón. El estar despierto es cambiar tu corazón de piedra por uno que no se cierre a la Verdad.

Si no cambiamos espontáneamente es porque ponemos resistencia. En cuanto descubramos los motivos de la resistencia, sin reprimirla ni rechazarla, ella misma se disolverá. Cuando en nosotros hay sensibilidad, no se necesita violencia alguna para conseguir las cosas que necesitamos.

Nunca podrás amar a los demás si te detestas a ti mismo.

Amargura en relación con los demás: es esencial para la vida de oración eliminarla por completo; psicológicamente es útil desprenderse de ella. Amargura en relación con Dios: no temer sentirla, para poder desahogarla en su presencia. Un ambiente claro produce una unión más profunda.

Nadie hace las cosas malas adrede, fríamente, por maldad, por la sencilla razón de que el componente sustancial de nuestro ser es el amor. La bondad, la felicidad, la belleza, la inteligencia como luz de la verdad. Si esta sustancia está ahogada por los miedos, por el sufrimiento, la única solución es sacar lo que estorba.

En la violencia del místico nada hay personal. No hay en él violencia que venga del miedo, ni del desprecio, ni de exigencia alguna.

Puede violentarse con el otro para defenderse del mal del otro, pero lo hará sin emociones, aunque estará lleno de amor.

• Ejercicios •

• Concéntrate en percibir a las personas que encuentres, tomando conciencia de cada una por separado.

Ve a Cristo en ellas. Ámalo, sírvelo, adóralo. (Es decir, ámalas, sírvelas, adóralas.)

• Piensa en alguien que no te gusta. Tú estás de pie frente a esa persona. Cuando la mires, intenta encontrar algo bueno en ella. Si te resulta difícil hacer eso, puedes imaginar que Jesús está de pie a tu lado y que mira a esa persona. Él será tu profesor en el arte de mirar, en el arte de amar. ¿Qué ves ahora? ¿Qué bondad, qué belleza puedes detectar en la persona?

• Reflexiones •

• Imagina a Jesús mirándote. ¿Qué verá?

• Si Jesús volviese a la Tierra, ¿Qué piensas que sería lo primero que notaría en la humanidad?

• Toda vez que estés amando, estarás participando de la divinidad y de la gracia. En un mundo de conciencia viciada y sospechosa, ¿Puedes pensar en un camino mejor hacia Dios?

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

PREJUICIOS

No juzguéis y no seréis juzgados. Como juzguéis os juzgarán. La medida que uséis para medir la usarán con vosotros.

Mt 7, 1-2

• Pensamientos •

El único demonio es la inconciencia, que es la torpeza, la ignorancia o el fracaso en ver la vida como realmente es, entender a las personas como son y aceptar a los otros sin miedo. Mirar la vida más por medio de sistemas de creencia que con el corazón, ojos y pensamiento, he ahí el mal del mundo: inconciencia. Casi siempre, las personas no saben lo que están haciendo. La mayoría vive gran parte de sus vidas en la inconciencia, con identidades erróneas.

Conócete bien a ti mismo y de dónde proceden tus motivaciones antes de juzgar malo o bueno a algo o a alguien.

En la realidad no hay bien ni mal. No existe bien ni mal en las personas, ni en la naturaleza. Existe solamente un juicio mental impuesto a esta o aquella realidad.

Para despertar hay que estar dispuesto a escucharlo todo, más allá de los cartelitos de buenos y malos, con receptividad, que no quiere decir credulidad.

¡Dios nos libre de los que se creen santos! Decía santa Teresa: "A ese señor, si no fuese tan santo, sería más fácil convencerlo de que anda equivocado."

"Más vale el hombre que el sábado", dijo Jesús. Contrariando la programación más seguida por la religión judía. Y por eso

mataron a Jesús, por blasfemo. ¡Cuántas veces habremos crucificado a Jesús con nuestras buenas intenciones!

El mundo de la realidad que vives es falso, porque está sujeto a conceptos. Los conceptos no son más que añadiduras que ha puesto tu cultura.

¡Qué peligrosa es la inconciencia!

Para liberarte de los prejuicios sólo tienes la conciencia. Es la conciencia la que te puede liberar. Siempre serás esclavo de las cosas de las que no eres consciente.

Sólo lo que surge de dentro, lo analizas, lo pasas por tu criterio y te decides a ponerlo en práctica asumiéndolo: es tuyo y te hace libre.

Belleza es una manera de ver las cosas. ¡Mira la Creación! Espero que un día te sea dado el don de ver con el corazón. Y cuando estés viendo la Creación, no pretendas algo sensacional. ¡Tan sólo mira! Observa sin ideas. Mira la Creación.

• Ejercicios •

• Mira todo lo que alcance tu vista sin poner nombre alguno. Pasa más allá del concepto y ve la realidad que hay detrás de cada cosa. Sin fragmentación, englobando, tratando de descubrir la unidad.

No podrás explicarlo con palabras. No existen etiquetas para la realidad.

• Reflexiones •

• ¿Te gustaría descubrir quién eres realmente?

¿Tendrías coraje suficiente para llegar a ser tú mismo? Esto es estimulante.

Esta nueva vida se inicia con la aceptación y el amor a ti mismo, y con la confianza en tus sentidos, todos ellos, en todos los aspectos. Es una aceptación especial y minuciosa. ¿Estás listo?

• ¿Has notado que el día de Navidad sólo existe en tu cabeza? En la naturaleza no hay día de Navidad. Pero las personas son dominadas por sentimientos navideños. Y no hay día de año nuevo, no hay hijos ilegítimos. Decir a alguien que él o ella es hijo ilegítimo es un escándalo. En la naturaleza no hay hijos ilegítimos. La ilegitimidad es una convención humana. Decir a un niño que es adoptado, entonces...

• ¿Te preocupas al hacer algo erróneo, al desilusionar a los otros? ¿Temes ser reprendido o reprobado? Eres realmente un espécimen raro en las angustias de tu condicionamiento. ¿Estás conciente de cuánto te esfuerzas para vivir de acuerdo con las expectativas de los otros?

Estar libre de la necesidad de ser recompensado, aplaudido, es la libertad digna de nuestra estatura de hijos de Dios.

Reflexiona sobre esto y escribe qué harías para liberarte.

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

REALIDAD

No os preocupéis del mañana, que el mañana se ocupará de sí.

A cada día le basta su problema.

Mt 6, 34

• Pensamientos •

El día en que ustedes paren de correr, llegarán.

La idea que la gente tiene de la eternidad es estúpida. Piensa que dura para siempre porque está fuera del tiempo. La vida eterna es ahora, está aquí, y a ti te han confundido hablándote de un futuro que esperas mientras te pierdes la maravilla de la vida que es el ahora. Te pierdes la verdad.

El temor al futuro, o la esperanza en el futuro, es igual, son proyecciones del pasado. Sin proyección no hay futuro, pues no existe lo que no entra en la realidad.

Las cosas sólo serán cuando deban ser, por mucha prisa que te des. La realidad no es algo que se pueda forzar ni comprar. Se trata de ver la realidad tal como es.

Lo que la sociedad te enseñó a atesorar nada vale. Lo que la historia te legó como honor, patria, deber, etc., nada vale, porque tienes que vivir libremente el ahora, separado de los recuerdos, que están muertos; sólo está vivo el presente y lo que tú vas descubriendo en él como real.

Experimenta la realidad, ven hasta tus sentidos. Eso te traerá hacia el ahora. Eso te traerá a la experiencia. Es en el ahora donde se encuentra a Dios.

Se dice que un gran sabio le dijo a un emperador romano: "Cuando llegue el día de tu muerte, morirás sin haber vivido." Despertemos para que esto no sea nuestro epitafio.

Obsérvate a ti mismo. A medida que te observes, no sólo mentalmente, sino como un observador imparcial, dejarás tu existencia mecánica y de marioneta, y llegarás a ser discípulo de Jesucristo.

Vivir libremente, siendo dueño de uno mismo, es no dejarse llevar ni por persona ni situación alguna.

Saber que nada ni alguien tiene poder sobre uno ni sobre sus decisiones. Eso es vivir mejor que un rey, y saber oír esa hermosa sinfonía de la vida y disfrutarla.

Las personas programadas van buscando siempre hacer mejor las cosas.

Van ansiosos de victorias, de conquistas, por eso sufren tanto cuando no alcanzan las metas que su exigencia les impone.

Son seres que no viven ni disfrutan con lo real. Estos seres extienden su exigencia a los demás y por eso están capacitados para amar. Buscan la felicidad donde no está.

La Realidad, la Verdad, por ser Una, no es de alguien en exclusiva, porque es de todos; pero menos lo es de los que quieren cristalizarla, porque eso que se deja atrapar, ya no es Verdad.

Sólo hay vida en el presente, y vivir en el presente supone dejar los recuerdos, como algo muerto, y vivir las personas y los acontecimientos como algo nuevo, recién estrenado, abierto a la sorpresa que cada momento te puede descubrir.

Si no te agarras a algún concepto, cosa o ideología, te será fácil descubrir dónde están la verdad y la realidad.

Cuando se te abran los ojos, verás cómo todo cambia, que el pasado está muerto y el que se duerme en el pasado está muerto, porque sólo el presente es vivo si tú estás despierto en él.

El ir contra la realidad, haciendo problemas de las cosas, es creer que tú importas, y lo cierto es que tú, como personaje individual, nada importas.

Ni tú ni tus decisiones ni acciones importan en el desarrollo de la vida; es la vida la que importa y ella sigue su curso. Sólo cuando comprendes esto y te acoplas a la unidad, tu vida cobra sentido.

Y esto queda muy claro en el Evangelio.

Abstracción no es vida.

La vida se encuentra en la experiencia.

Es como un menú que es maravilloso leer.

Puedes guiar tu vida por el menú, pero el menú no es la comida.

Y si gastases todo el tiempo con el menú, nunca comerías algo

Algunas veces es aún peor: hay personas que se están comiendo el menú. Están viviendo de ideas, perdiendo la vida.

El Reino de Dios está aquí y es ahora.

Es posible que hayas ganado el mundo con el aplauso, pero perdiste la vida. La

vida es algo que pasa mientras tú estás ocupado haciendo cosas.

Un pájaro herido no puede volar, pero un pájaro que se apega a una rama de árbol, tampoco.

¡Deja de apegarte al pasado! Dice el proverbio hindú: El agua se purifica fluyendo; el hombre, avanzando.

Lo peor y más peligroso del que duerme es creer que está despierto y confundir sus sueños con la realidad.

La muerte de Jesús descubre la realidad en una sociedad que está dormida, y por ello su muerte es la luz.

Es el grito para que despertemos.

No puedes meter un huracán en una caja, y tampoco puedes meter la realidad en una caja.

Los límites de la realidad son inmensos y movibles.

Lo que ocurre es que el mundo en que estomas acostumbrados a movernos no es la realidad, sino un conjunto de conceptos mentales.

Cuando San Juan de la Cruz habla de la purificación de la memoria, se refiere a purificarla de toda emoción.

No anclarse en los recuerdos, ni sufrir de nostalgia, ni de añoranzas. Liberarse de las emociones del pasado.

• Ejercicios •

• Examina tu propia vida. Observa todos tus pensamientos, y verás cuán frecuentemente están en el pasado y en el futuro. Ver qué poco vivo estás en el presente, ver qué poco vivo estás, es un impacto.

Piensa en eso de esta manera: estás quitando la cáscara a una naranja para luego chuparla. Si tu mente está del todo fija solamente en comer la naranja, ¿Sabes qué puede pasar? Tú no estarás quitando la cáscara a la naranja porque no estarás allí. Y cuando chupes esa naranja, no la estarás saboreando, porque estarás en un sitio diferente.

• Repite: "Señor, dame la gracia de cambiar lo que puede ser cambiado, aceptar lo que no puede serlo, y sabiduría para entender la diferencia".

• Haz una cosa por vez y verbaliza internamente lo que estás haciendo.

Este es un ejercicio muy bueno para entrar en el presente, para vivir en el ahora de la vida.

• Imagina cadáveres en varios estados de descomposición. Primero, los de otros; luego, el tuyo.

Imagina:

1. El frío y la rigidez del cuerpo, poco después de la muerte.
2. El cadáver se va poniendo azul.
3. Aparecen grietas en la carne.
4. Algunas partes se descomponen.
5. Se descompone todo el cuerpo.
6. Se mantiene el esqueleto con alguna carne adherida.
7. Sólo queda el esqueleto.
8. No hay más que un montón de huesos.
9. Todo se ha convertido en polvo.

Conclusión: ¡Paz y alegría! Vivir profundamente.

• Reflexiones •

• Sólo hace falta una cosa, la capacidad de pensar algo nuevo, de ver algo nuevo y de descubrir lo desconocido. ¿Te animas? ¿Cómo lo harías?

• Cuando el ojo no está bloqueado el resultado es la visión. Cuando el oído no está bloqueado, el resultado es poder escuchar, y cuando la mente no está bloqueada, el resultado es la verdad.

• Hay una cosa que necesitas para estar vivo: estar ahora. ¿Qué significa esto? Significa, en primer lugar, entender algo que poquísimas personas entienden. Que el pasado es irreal, que el futuro es irreal y que vivir en el pasado o en el futuro es estar muerto. ¿Qué opinas?

• Para tu inspiración •

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

SOLEDAD

Dichoso el varón que soporta la prueba, porque, al salir airoso, recibirá la corona de la vida que el Señor prometió a los que lo aman.

St 1, 12

• Pensamientos •

La misma alegría y exaltación de cuando llega el amigo, es proporcional al miedo y al dolor de cuando se marcha... O cuando lo esperas y no viene... ¿Vale la pena? Donde hay miedo no hay amor y puedes estar bien seguro de ello.

No existen dificultades ante las otras personas. La única dificultad está dentro de ti. El problema no son los otros, sino tu forma de reaccionar ante ellos. Descubre por qué reaccionas de determinada manera. Así te volverás capaz de romper con tus ilusiones.

El responsable de tus enfados eres tú, pues aunque el otro haya provocado el conflicto, el apego y no el conflicto es lo que te hace sufrir.

Es el miedo a la imagen que el otro haya podido hacer de ti, miedo a perder su amor, miedo a tener que reconocer que es una imagen la que dices amar, y miedo a que la imagen de ti, la que tú sueñas que él tenga de ti, se rompa.

Todo miedo es un impedimento para que el amor surja.

Y el miedo no es algo innato sino aprendido.

Si lo comprendes todo, lo perdonas todo.

Y solo existe el perdón cuando te das cuenta de que, en realidad, no tienes algo que perdonar.

En realidad, nadie tiene la capacidad de ofenderte. Lo que te ofende es la forma en que interpretas el lenguaje.

Amor es pura gratitud, y nosotros nos ponemos condiciones. Y si nos ponemos condiciones a nosotros mismos, ¿Cómo no vamos a ponérselas a los demás?

Convertimos eso que llamamos amor en un egoísmo refinado que utilizamos, o para darnos placer, o para evitar sensaciones desagradables, sensaciones de culpabilidad, o miedo al rechazo.

Para evitar esto, comerciamos con lo que llamamos amor.

Si somos capaces de ver esto y de llamar a las cosas por su propio nombre, ya vemos claro.

La más linda redención y libertad es experimentada cuando se deja a las otras personas solas, existiendo, amando y creciendo, y no imponiéndoles, interfiriendo y amoldando sus vidas.

Los hombres buscan y huyen de muchas cosas, y no entienden que, tanto lo que buscan fuera como aquello de lo que huyen, está dentro.

Cámbiate a ti mismo. Cuando cambies, las personas cambiarán. El problema no está del todo en ellas, sino en la forma en que interaccionas con ellas.

Sólo el día en que no nos importe lo que piensen de nosotros las personas, comenzaremos a saber amarlas como son y darles la respuesta adecuada.

El día en que cambies, cambiarán todas las personas para ti, y cambiará tu presente.

Entonces vivirás en un mundo de amor.

No hay pareja ni amistad que esté tan segura como la que se mantiene libre.

Sólo es eterno lo que se basa en un amor libre. Los deseos te hacen siempre vulnerable.

Si a veces dices sí por no desilusionar a la gente, eso no es amor, es cobardía.

Un gran ejercicio para el amor es saber decir no.

Percibe qué fascinante es estar sin un solo amigo o consejero con quien contar.

Cuando ves la torpeza de los otros para ayudarte, descubres el Reino dentro de ti.

Nunca te enamoras por alguien. Te enamoras por las ideas esperanzadas y por los sentimientos agradables que creas con respecto a alguien.

Piensa en uno de los pasajes del Evangelio en que Jesús, después de despedir a la gente, se queda solo. ¡Qué hermoso es ese amor! Sólo el que sabe independizarse de las personas sabrá amarlas como son.

La soledad es necesaria para comprenderte fuera de toda programación.

Piensa en alguna temporada en que te sentiste rechazado, desatendido o humillado.

A ver si consigues comprender la situación con realismo, mirándola con sinceridad, en profundidad; y puedes descubrir que, si tú no te dieras por ofendido, no existiría rechazo, ni humillación alguna.

El vacío que llevamos dentro hace que tengamos miedo de perder a las personas que amamos. Pero ese vacío se llena sólo con la realidad. Y cuando estás en la realidad ya nada echas de menos, ni a alguien. Te verás libre y lleno de felicidad, como las aves.

Tú no puedes exigir a alguien que te quiera pero, en cuanto no seas exigente y sueltes los apegos, podrás reconocer cuántas personas te quieren así como eres, sin exigirte algo, y comenzarás a saber lo que es el amor.

• Ejercicios •

• Ponte frente a un amigo y dile: "Te dejo libre para que seas tú mismo, para tener pensamientos propios, para seguir tus inclinaciones, para entregarte a tus predilecciones, para vivir la vida de la forma que quieras. No tendré exigencias, no quiero que seas como yo deseo. No alimentaré expectativas con respecto a lo que tú debes ser o hacer en el futuro."

• Entra dentro de ti mismo con la imaginación.

Oscuridad y vacío interiores.

Muévete hacia el centro del ser.

Imagina que se ven allí diminutas llamas de amor que apuntan en dirección a Dios, o manantiales que brotan hacia arriba, o movimientos ciegos de amor.

• Reflexiones •

• La primera cosa que la educación debe dar a una persona es la capacidad de estar solo y el coraje de confiar en sus propios ojos, mente y corazón, observaciones, pensamientos y sentimientos. ¿Estás de acuerdo?

• Piensa en todos los controles a los cuales te sometiste a causa de tu necesidad de compañía y aprobación de otras personas.

Renunciaste a la libertad, a favor de tu comodidad. ¿Por qué? ¿Qué ganaste con eso?

• Antes de cambiar a los demás, cambia tú. Limpia tu ventana para ver mejor. ¿Cómo lo harías?

• Todos somos necesarios. El valor para tener en cuenta es ser feliz y buscar tu sitio en la vida. ¿Qué harías para lograrlo?

• Para tu inspiración •

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

SUFRIMIENTO

El Señor se fija en los que lo aman, es su robusto escudo, su firme apoyo, sombra en el bochorno, reparo al mediodía, protección del que tropieza, auxilio del que cae, levanta el ánimo, alumbra los ojos, da salud y vida y bendición

Si 34, 16-17

• Pensamientos •

¿Estás sufriendo? ¿Tienes problemas? ¿Detestas todos los minutos de tu vida? ¿Te gustan tus últimas tres horas, cada segundo de las últimas tres horas?

Si la respuesta es no, si la respuesta es que estás sufriendo, perturbado, tienes realmente problemas. Hay algo erróneo en ti. Seriamente erróneo

No hay que buscar la felicidad en donde no está, ni tomar la vida por lo que no es vida, porque entonces estaremos creando el sufrimiento.

Experiencias y errores son normales y saludables; si no hubiese experiencias y errores, no habría riesgos. Habría sólo la conformidad calculada. Esto no es la vida, ni el sentido de la Creación, ni la experiencia del amor, ni el mensaje del Evangelio.

Lo cierto es que el dolor existe porque rechazamos que lo único sustancia es el amor, la felicidad, el gozo.

No es la naturaleza la causa del sufrimiento, sino el corazón del hombre lleno de deseos y de miedos que le inculca su programación desde la mente.

La felicidad no puede depender de los acontecimientos. Es tu reacción ante los acontecimientos lo que te hace sufrir.

Naces en este mundo para renacer, para ir descubriéndose como un hombre nuevo y libre.

El ruido existe en tu cabeza, no en la realidad.

Tus evaluaciones hacen de este ruido una molestia.

Si te apegases a emociones negativas, nunca serías feliz.

No estoy diciendo que no puedas tener lo que se llama emociones negativas. ¡No sería humano!

Si nunca te sintieses ansioso o deprimido, si no te entristecieses por alguna pérdida, no serías humano.

Puedes sentir emociones negativas. ¿Sabes qué es lo malo? Cuando te apegas a ellas.

La única razón de que no estés amando todo el tiempo es que estás sufriendo.

Si no sufrieses, amarías. Estarías en paz, esparciendo amor y paz a tu alrededor.

A ver si eres capaz de comprender que el sufrimiento no está en la realidad sino en ti.

Busca lugares de la memoria, del corazón, a los cuales siempre te puedes retirar para sentirte en calma y "refrescado".

Este "retirarse" proporciona fortaleza para afrontar la situación del momento presente y también agudiza la percepción de éste.

La gran tragedia de la vida no está en cuánto sufrimos, sino en cuánto perdemos.

Los seres humanos nacen durmiendo, viven durmiendo y mueren durmiendo.

Toda mínima partícula de sufrimiento, toda emoción negativa pueden llevarte al entendimiento, claridad, felicidad y libertad si sabes cómo usarlos, si te das tiempo para comprender, como si pudieras verlo.

Señor, puedo ver.

Comprensión: fórmula para una vida feliz.

La desilusión trae una oportunidad gloriosa.

Es como despertar a una vida nueva.

Estás bien, aún cuando piensas que no lo estás.

No desperdicies cualquier sufrimiento que te sobrevenga.

Ponte frente a las cosas que no puedes cambiar. Y di: sí. De esa forma, estarás nombrando a Dios.

Claro que es difícil. No te esfuerces. Pero si pudieses decir sí en el corazón, estarías diciendo sí a la voluntad de Dios.

Si estás doliéndote de tu pasado es que estás dormido.

Lo importante es levantarse para no volver a caer.

La solución está en tu capacidad de comprensión y de ver otra cosa que lo que te permites ver.

Ver lo que hay detrás de las cosas.

Piensa en algún sufrimiento, molestia o preocupación que tuviste.

Ahora piensa que, si tuvieses mayor conciencia, no habrías sentido dolor.

No es la vida lo difícil, eres tú quien la vuelve difícil.

• Ejercicios •

• Haz una lista de las cosas de las cuales tú dependes, de las cosas de las cuales te sientes dueño, de las que no te quieres deshacer. Y di a cada una de ellas: "Todo esto pasará."

Haz una lista de las cosas que te desagradan y que no puedes soportar; di a cada una: "Esto también pasará."

• Imagina al Señor sentado cerca de ti; por ejemplo, mirar una silla vacía y pensar que Él está allí. ¿Qué le dirías?

• Vuelve a vivir un acontecimiento en el que la herida y ano esté abierta, pero subsistan resentimiento, amargura, dolor, remordimiento, sensación de pérdida.

Vuelve a vivirlo.

Busca y encuentra la presencia de Dios en el suceso o imagina que el Señor participa en él, como tú participas en las escenas de la vida del Señor con la práctica de la contemplación.

• Piensa en un acontecimiento del pasado reciente. Algo que haya sucedido ayer, o la semana pasada. No evites recordar un acontecimiento desagradable. Si fuese desagradable, es hasta mejor. Debes observar tu reacción a los recuerdos. ¿Cómo estás reaccionando emocionalmente? ¿Qué tipo de convicciones y actitudes tienes en relación con ese acontecimiento? Observa sólo eso y pregúntate a qué voz responde. Ten el coraje de preguntar: "¿No será ésta la reacción de otra persona reaccionando en mí? ¿Alguien del pasado que estoy acarreando?". Observa tus reacciones, no juzgues, no condenes, no apruebes.

• Experimenta este ejercicio. Puede ser un poco difícil, pero es muy provechoso.

Tus amarguras, tus celos, tus culpas, tus resentimientos.

Pregúntate: "¿Qué sucedería si yo los dejase de lado?

• Reflexiones •

• Fuimos entrenados para la infelicidad. Nos dijeron: "Primero piensa, después habla". Fuimos entrenados para ser especialistas en obtener aprobación, en censurarlo todo. "Piensa dos veces antes de hablar, no expreses tus sentimientos; di lo que las otras personas esperan; piensa en lo que los otros pueden estar pensando." Y todo el mundo comienza a decir lo que las otras personas pueden estar pensando. ¿Alguien consigue expresarse a sí mismo en la vida real?

• Para tu inspiración •

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

NOTA DE CONTRATAPA

La felicidad no tiene contrapuesto porque nunca se pierde.

Puede estar oscurecida, pero nunca se va porque tú eres felicidad.

Si deseamos ser felices, podemos serlo inmediatamente, porque la felicidad está en el momento presente.

Aún así, si deseamos ser más felices de lo que somos, o más felices que los otros, tenemos los atributos de una persona infeliz, porque las felicidades no se pueden comparar. Ese tipo de deseo es insaciable.

Podemos ser tan felices como lo somos, y no podemos nunca medir cuán felices son los otros.

LIGERO DE EQUIPAJE

- TONY DE MELLO, UN PROFETA PARA NUESTRO TIEMPO -

CARLOS GONZÁLES VALLÉS, SJ

LONAULA

Desde España

No creo que Tony hubiera leído a Antonio Machado. Pero tas últimas palabras que nos dio en la despedida del cursillo del pasado abril, mes y medio antes de su muerte, reflejaron, en inglés, un verso universal de Machado y dieron súbitamente a este libro un sesgo castellano que sé que al propio Tony le habría gustado. El verso es:

"y cuando llegue el día del último viaje,
y esté al partir la nave que nunca ha de
tornar, me encontraréis a bordo, ligero de
equipaje, casi desnudo como los hijos de la
mar."

Cuando le pregunté a Tony qué planes tenía para este año, me dijo: "Tengo dos viajes a América, uno en junio y uno en noviembre; y a la vuelta del primero, en agosto, me pararé en España y daré un cursillo en Madrid. De América y otras partes me llaman cada vez más,- pero no dejaré de tener cada año al menos un curso en España. Lo paso muy bien en España y quiero mantener ese contacto".

Me consuela pensar que, de algún modo, este libro prolongará el contacto.

Carlos G. Vallés, S.J.
Ahmedabad, India

"Querido Carlos: He visto tu carta a mi secretaria, y la he sacado del montón para contestarte personalmente. Estoy ENCANTADO de que vengas a Lonaula para el cursillo de renovación de 'Sádhana' en abril. Mi plan es proponer y discutir con el grupo mis últimas ideas, y me alegra pensar que tú estarás allí. De tu promoción de 'Sádhana' van a venir Lila y Joe Pulí, y probablemente también Isabel Martín. Quizá conozcas también a algunos de los demás, y en todo caso tendréis todos el sello común de 'Sádhana', ya que todos habéis pasado por ahí. Por vez primera vais a tener habitaciones decentes y un edificio nuevo gracias a los trabajos de Mario. Ven dispuesto a pasarlo bien. Un abrazo, Tony."

La carta me emocionó. La tuve un rato en la mano con la mirada clavada en la palabra "ENCANTADO" en mayúsculas, con los caracteres familiares de su máquina de escribir portátil electrónica Canon. Yo iba a Lonaula por necesidad propia, y él me hacía sentirme a gusto aun antes de llegar allí, con ese don que tenía de hacer que cada persona a quien él conocía sintiese que era alguien especial en su presencia. Muchos hombres y mujeres habrá, por todos los continentes del mundo, íntimamente convencidos de que tenían una relación especial con Tony, y todos ellos tienen toda la razón. Su memoria exacta, su cálida espontaneidad y, sobre todo, su capacidad básica de vivir el presente como si nada hubiera existido antes ni hubiera de existir después, daban a sus contactos con cualquier persona una intimidad y un ardor que calaban a fondo y dejaban huella permanente en grata memoria.

Tony y yo nos encontramos en Vinayálaya (Bombay) cuando yo llegué a la India, y luego coincidimos en Poona durante nuestros estudios para el sacerdocio. Aquel contacto fue suficiente para que el nombre de Tony de Mello quedase asociado en mi mente con una alegría juvenil y un respeto cariñoso que me harían siempre buscar ocasiones de volver a encontrarnos. Así fue como, algunos años más tarde, siendo yo ya sacerdote y profesor en plena actividad en la ciudad de Ahmedabad, leí en las "Noticias de los

jesuitas de Bombay" que el Padre Anthony de Mello se proponía dirigir unos "Ejercicios de mes cerrados" para cualquier clase de jesuitas, jóvenes o viejos, que quisieran apuntarse. Nada más leer aquello, supe dentro de mí bien claro que quería ir, y el mismo día le escribí pidiendo plaza. El me llamó por teléfono desde Bombay para decirme que me aceptaba de mil amores. De hecho, aquellos Ejercicios de mes iban a ser el comienzo de la carrera pública de Tony como director de almas, que es lo que, de una manera o de otra, con un título o con otro o con ninguno, había de ser ya toda la vida. El había aprendido en España el método y la fuerza original de los Ejercicios de san Ignacio bajo la dirección de aquel gran maestro de espiritualidad ignaciana que fue el Padre Calveras, y estaba ahora impaciente por comunicar a otros, con el celo y entusiasmo que caracterizaban todo lo que hacía, la alegría de su descubrimiento y la eficacia probada de ese medio excepcional de renovación del espíritu.

Para entonces ya tenía detractores. Yo me detuve un día en Bombay (de paso para Khandala, donde los Ejercicios iban a tener lugar) y un jesuita ya maduro, Rector de una de nuestras casas de allí, cuando se enteró de adónde iba yo y a qué, tuvo el mal gusto de decirme con amarga ironía: "Sí, sí, desde luego, eso es lo único que hará Tony toda su vida: hablar y hablar y hablar. Con tal de tener delante un auditorio que lo escuche, es hombre feliz; y como aquí no consigue que alguien le escuche, se ha organizado ahora esos Ejercicios. ¡Imagínese! Veinte jesuitas que le van a estar escuchando absortos un mes entero... ¿No es eso el paraíso para él? Vaya usted, vaya si quiere ir, pero va usted a perder el tiempo". Yo sentí tristeza y enfado ante aquel viejo cascarrabias que no podía soportar los éxitos iniciales de su hermano menor. La envidia alcanza niveles altos entre jesuitas, y Tony estuvo expuesto a ella toda su vida. Entre nosotros, los éxitos se pagan caros.

Un resultado de la experiencia de Khandala fue que yo me encontré metido de lleno en la campaña de Ejercicios de mes que lanzó Tony, y eso me acercó a él. El me pasaba a mí las tandas a las que él no podía llegar, y luego me convencía a mí de que aceptase, y así me pasé yo varios años aprovechando las vacaciones universitarias de mayo y las del Año Nuevo indio, en octubre, para dirigir Ejercicios de mes por toda la geografía de la India. Trabajo de mucho fruto para mí, y me permito confiar que también para otros. Un día, años más tarde, durante una Eucaristía concelebrada en el cumpleaños de Tony en la que yo tomé parte, Tony me miró y dijo: "Una de las cosas que me alegra es haber metido a Carlos en el movimiento de Ejercicios de mes". Ese compromiso me llevó, también de la mano de Tony, a la intensa y vivificante experiencia del Movimiento Carismático, donde pasamos juntos verdaderas aventuras espirituales. Poco a poco, la intensidad de esos dos magníficos pero también, por necesidad; transitorios movimientos, se fue rebajando, y yo me encontré una vez más en busca de nuevos derroteros para el espíritu. Para entonces, Tony, siempre alerta y siempre dispuesto a ensayar nuevos programas (gustaba de llamarse a sí mismo "rolling stone": "canto rodado") había lanzado los cursos de "Sádhana" en De Nobili College, Poona. "Sádhana" es palabra sánscrita que puede traducirse libremente por "espiritualidad". Esa fue la palabra que quedó ya identificada con Tony para toda su vida. Cuando un curioso que había oído hablar sobre esos cursos le preguntó a un amigo mío: "¿Puedes decirme de una vez, qué es eso de Sádhana?", mi amigo le contestó: "Sádhana es Tony, y Tony es Sádhana".

Fue por entonces cuando mi Provincial (que no era otro que el Padre José Javier Aizpún, que más adelante se uniría a Tony en el Instituto de Sádhana en Lonaula y fue nombrado su Superior religioso} me dijo: "Ya sabes que Tony ha organizado ahora estos cursos de Sádhana en Poona, que son muy útiles para ayudarse uno a uno mismo y aprender a ayudar a los demás. Tú tienes mucho contacto con jesuitas jóvenes, y estoy interesado en que tengan personas que los dirijan y les aconsejen. Tú podrías ayudar en esa tarea, y para prepararte mejor he pensado en enviarte a esos cursos. Le he hablado a Tony sobre eso, y me ha dicho que te reservará puesto en cualquier curso que te interese. Tienes donde escoger. Ahora tienen el curso de "mini Sádhana",

que dura un mes, y el de "maxi-Sádhana", que dura nueve meses enteros. Sé muy bien que la cátedra en la universidad te lleva mucho tiempo, y por eso te dejo a ti que decidas incluso si quieres asistir o no. Pero me gustaría que asistieras al menos al curso de un mes".

Aizpún y yo nos conocíamos desde España, y me permití contestarle con una cita del Evangelio: "José Javier, ¿Llevamos tantos años juntos, y aún no me conoces? Para mí no hay 'minis'. No me gusta hacer las cosas a medias. O lo hago hasta el fondo o lo dejo del todo. Nada de 'mini-Sádhana'. Inscríbeme en la 'maxi', y este mismo curso." Me tomé un año sabático en la universidad y me fui a Poona con una enorme avidez de espíritu.

Tony notó mi avidez y se dispuso a calmarla desde el principio. En la primera reunión con el grupo anunció que las sesiones comenzarían a las diez, "Bueno, digamos a las diez-y-lo-que-sea, para que quede holgado"; no iba a haber programa fijo, y tiraríamos por donde saliera la cosa. Yo protesté, con todo el peso que me daba el ser el de más edad de todo el grupo: "Tony, para mí el tiempo tiene mucho valor, he hecho un gran sacrificio para venir aquí (¿?) Y quiero saber qué es lo que voy a hacer estos nueve meses. Quiero un programa claro y un horario fijo para poder ponerme a trabajar con toda el alma desde el principio". Tony me escuchó con benevolencia y eliminó mi queja con un gesto deliberadamente paternalista: "¡Oh, Carlos! no te preocupes: ya cambiarás". Todo el grupo se rió, y yo quedé hecho una furia. La terapia había comenzado. Desde luego que cambié, y llegué a considerar aquel año, al igual que muchos que han pasado por él, como el más importante de mi vida.

Un año, por intenso que sea, no basta, y Tony comenzó enseguida a organizar los cursillos de renovación. Quince días en abril y en octubre, en los que cualquier ex alumno de Sádhana (en grupos de unos veinticinco) podía volver a vivir la atmósfera que había provocado su primer cambio y explorar nuevos derroteros para su alma. Para entonces el Instituto se había trasladado a Lonaula, entre la austeridad en ruinas de una antigua villa veraniega y las temibles picaduras de los mosquitos gigantes que pueblan la región. Dice mucho a favor de Tony y sus compañeros que sufrieran alegres, año tras año, las incomodidades constantes de aquel alojamiento temporal; y, de hecho, esta circunstancia fue mencionada, con la debida alabanza, en el informe oficial hecho a ruegos de las autoridades para deliberar sobre un nuevo edificio. Yo asistí a dos de esos cursillos en Lonaula y, al despedirme de Tony después del segundo, le dije, medio en broma, que no volvería a ir hasta que estuviera construido el nuevo edificio.

Eso ocurrió en 1987. El cursillo de renovación se anunció para la quincena del 30 de marzo al 14 de abril. Las oficinas, habitaciones para el profesorado, cuartos de huéspedes, comedor, cocina y sala de reuniones estaban ya listos. La verdad era que yo había decidido ir de todos modos, pues había pasado por tiempos difíciles y sentía la necesidad de recobrar la paz y el equilibrio que ya, en mi experiencia, asociaba yo siempre con Sádhana. Escribí enseguida, y la respuesta fue la carta que acabo de citar. El día 30 de marzo la furgoneta de Sádhana, un elemento más del progreso material del Instituto, vino a recogerme a la estación de Lonaula y me llevó a los nuevos terrenos. Nos saludamos efusivamente. Veinticinco hombres y mujeres estábamos preparados para el curso intensivo.

Entonces sucedió algo extraño. Tan extraño y tan poco acorde con mi carácter que he dudado mucho antes de mencionarlo aquí. Habrá lectores a quienes esto les caiga mal, y en el mejor de los casos no dejará de parecer una proyección a posteriori o profecía fácil después de los hechos. Sin embargo, aquella sensación fue en mí tan clara y tan fuerte, tan persistente durante todos aquellos días, y jugó luego un papel tan esencial en este libro que creo me debo a mí mismo y a mis lectores hacer mención de ella aquí. El hecho es que, a poco de llegar yo allí (no recuerdo el momento exacto, pero fue apenas llegar), se apoderó de mí un sentimiento extraño, un presentimiento ineludible de que Tony iba a morir después de aquel curso, y que

ésas iban a ser sus últimas enseñanzas y su testamento espiritual. A mí mismo me pareció absurdo, y a nadie se lo dije, por miedo al ridículo, pero el presentimiento no me dejó, e incluso me llevó a hacer algo sin lo cual este libro no hubiera sido posible.

Yo no había pensado tomar notas en ese cursillo. Me conocía de sobra a Tony y a sus ideas, y había calculado, que sólo con escucharle, dejarme impactar, reaccionar allí mismo según se presentara la ocasión y respirar la atmósfera que sabía yo muy bien se creaba en esos cursos, me bastaría para tranquilizar y robustecer mi alma, que era lo que yo había ido a buscar a Lonaula. Pero cuando esta extraña convicción de que éste iba a ser el testamento de Tony se apoderó de mí, pedí prestado papel (cosa rara: yo, que nunca voy a alguna parte sin llevar papel, no me había traído esta vez ni una cuartilla, pues no pensaba escribir algo) y comencé a tomar notas detalladas en todas las sesiones. Esas notas forman ahora la base de este libro.

Esas notas, claro está, están tomadas por mí, es decir, van filtradas a través de mi mente y están influidas por mi manera de entender a Tony. Tony solía decir que cuando daba una charla a cien personas, daba cien charlas distintas, ya que cada oyente interpretaba sus palabras según su modo preconcebido de pensar. El agua toma la forma de la vasija en que se derrama. Conozco perfectamente este efecto condicionador, y un día en Lonaula hice un pequeño experimento. Tony había estado hablando y dialogando con nosotros cosa de hora y media, cuando interrumpió la sesión para un descanso. A mi lado estaba sentada una Hermana que había estado tomando notas con tanta entrega como yo. Le pedí entonces, con esa confianza inmediata que Sádhana engendra en todos sus alumnos: "Hermana, ¿Me dejas tus notas y te dejo yo las mías? Tengo curiosidad por ver cómo has resumido tú la charla de Tony, como también por ver qué es lo que tú piensas de cómo la he resumido yo. ¿Te parece?". Ella sonrió y me pasó su cuaderno sin decir palabra. Por suerte para mí, su letra era la caligrafía clara y elegante de una mujer, y pude leer sus páginas a toda prisa. Ella no tuvo tanta suerte con mi letra, pues yo había sacrificado la claridad a la velocidad (en eso sigo la opinión de Beethoven, que decía que "la vida es demasiado breve para gastarla en sacar buena letra"). La observé con expectante sonrisa hasta que ella acabó con mis páginas. Nos miramos entonces, y los dos soltamos la carcajada al mismo tiempo, y sabíamos muy bien por qué nos reíamos.

Nuestros apuntes eran tan distintos que si una tercera persona los hubiera leído, sin saber que estaban tomados de la misma charla, hubiera pensado que se trataba de dos charlas enteramente distintas. Ella había anotado a su manera lo que a ella le había llamado la atención, y yo había anotado a mi manera lo que a mí me había llamado la atención; y como los dos éramos personas muy distintas, nuestros apuntes también eran completamente distintos, aunque los dos habíamos estado escuchando la misma charla.

Yo soy el primero en reconocer esa limitación, y la hago constar aquí claramente desde el principio. Pero también, con la misma sinceridad y libertad, quiero hacer valer claramente mi derecho a pensar que mi interpretación de Tony es una aproximación razonable a su pensamiento. Lo haré citando unas palabras que él me dijo personalmente y cuya trascendencia para mí no las ha permitido borrarse de mi memoria. En uno de los cursillos de renovación que hice con él, después de una larga charla personal entre los dos, en la que yo repasé todo mi itinerario espiritual desde mi primer curso de Sádhana para que él luego me lo comentase a su manera, me dijo exactamente estas palabras: "Mucha gente ha pasado por mis manos, Carlos, pero tú eres la única persona de todas ellas que me ha entendido plenamente a mí y mis principios hasta sus últimas consecuencias". Yo sabía lo que quería decir, y recogí el cumplido en agradecida memoria. Eso no quiere decir en manera alguna que yo sea un perfecto alumno de Sádhana o que tenga. Preferencia de ninguna clase sobre alguien. Sería ingenuo y estúpido que yo pensara así. También le he oído a Tony alabar en público, con nombres concretos, a algunos hombres y mujeres que se habían

destacado en Sádhana, sin mencionar mi nombre entre ellos.

Que quede todo claro. Para mí, la conclusión de todo esto es que, sin rangos ni preferencias, y dentro de la limitación inherente al intento de querer un hombre reproducir el pensamiento de otro, me puedo permitir la esperanza de que mi interpretación de Tony no sea indigna de él.

El mismo me dijo en Lonaula un día en que yo le estaba animando a que escribiera de una vez sistemáticamente, en un libro serio y seguido, todo su pensamiento y su experiencia: "Yo no soy escritor. Yo soy un narrador de cuentos, y así es como me presentan a mí en América: el Padre Anthony de Mello, narrador de cuentos. Yo escribo cuentos y meditaciones, pero ni ensayos ni tratados. Mi escribir es de tipo abierto... Y que el lector saque sus consecuencias". Incluso bromeó conmigo en español, que dominaba a la perfección, y me dijo que en España habría que presentarlo como "cuentista"... En todo el sentido de la palabra. Esto crea una dificultad más para mi empresa. Me dispongo a encuadrar en un cierto esquema sistemático el pensamiento de un hombre que rehusó hacer semejante cosa él mismo. Quienes lo conocieron podrán volver a traducir de la teoría al cuento y sacar sus conclusiones personales, como Tony hubiera deseado que hicieran.

Tony decía abiertamente que cada uno de sus cursos, seminarios, conferencias, era tanto para él como para los participantes. Le servían para desarrollarse él mismo, aclarar sus ideas, profundizar sus sentimientos, templar su mente... Y al mismo tiempo divertirse con toda su alma. Se entregaba de lleno a cada intervención y perfeccionaba sus cualidades al usarlas. Solía decir que, si otros habían hecho cursos de Sádhana por un mes, seis meses, nueve meses... él los estaba haciendo toda la vida. Aprendía ayudando a aprender. Y ése es el espíritu con que yo, en su nombre y en su memoria, me acerco a la tarea de escribir este libro. Con escribir sobre las ideas de Tony quiero llegar a asimilarlas más yo mismo. Al despedirme de él en abril, me dijo: "No dejes de venir el año que viene para el cursillo de renovación, si te apetece. No quiero que pase un año entero sin que nos veamos. Acuérdate". Le aseguré que estaba decidido a volver el próximo año, y él sabía que iba de veras.

Ahora ya no habrá más cursos con Tony. Todo lo que me queda (aparte de lo que ya se me ha metido en el organismo, que es lo más importante) son mi recuerdos y mis notas. Quiero usar éstas lo mejor que pueda; y así me he propuesto releerlas, estudiarlas; acariciarlas, asimilarlas, ordenarlas de alguna manera y exponerlas finalmente en este libro. Así es como este libro es tanto para mí como para cualquier otro. La tarea de escribirlo es para mí mismo medicina y consejo refinados que sigo necesitando en la brega diaria. No sé qué es lo que estas páginas supondrán para los demás, pero sí sé que a mí me servirán para volver a recoger el fruto que fui a buscar a Lonaula y que yo mismo le resumí a Tony así el último día de nuestro cursillo: "Lo que he encontrado esta vez en Sádhana es una alegre confirmación de mi manera de entender y vivir la vida; mayor claridad y mayor firmeza, más allá, con mucho, de lo que yo había esperado". Si escribir es terapia, este libro es mi cursillo personal- de Sádhana. Me llevo a Lonaula conmigo.

BOMBAS

Ni siquiera nos dio la oportunidad. Yo esperaba, y otros conmigo, que Tony comenzaría la primera sesión con la pregunta de siempre: "¿Qué queréis que hagamos en estos quince días?". Todos los hombres y mujeres que componían el grupo conocían bien los métodos de Sádhana y estaban preparados para reaccionar inmediatamente con sugerencias concretas y problemas personales, pensados ya de antemano, de los cuales Tony sacaría líneas convergentes para enfocar el curso y plantear las sesiones. Pero esta vez nada de eso se hizo. Es decir, sí, hizo la pregunta como siempre, pero sólo por hacerla, como un mero "ejercicio" de los que solía dar para que los hiciéramos entre nosotros, pero esta vez sin intervenir él. Nos dijo: "Que cada uno de vosotros se busque un compañero de su gusto, agrupaos de dos en dos y contaos el uno al otro qué es lo que esperáis de estos quince días. Tenéis cinco minutos para ello". Así lo hicimos; pero

luego no nos pidió que presentáramos nuestras conclusiones al grupo o a él en público o en privado. Sencillamente, dejó a un lado el ejercicio y pasó a darnos otro... No sin un toque de humor.

Llegó la orden: "Dividíos en grupos de cinco de tal manera que los cinco de cada grupo se conozcan y se arreglen bien entre ellos. ¡Pronto!". Empezó el revuelo que seguía siempre a semejantes órdenes, a las que ya estábamos bien acostumbrados. La ansiedad de no quedarse solo; la búsqueda rápida; el riesgo de pedir compañía a alguien que podía decir que no con toda libertad; la divertida perplejidad al sentir tirones opuestos por manos distintas, cada una en su dirección; los últimos ajustes al encontrarse un grupo con seis miembros y otro con cuatro; y, por fin, el resultado final de los cinco grupos de cinco en pie y por separado a lo largo del salón. Todos a la expectativa de ver qué clase de juego nos iba a proponer y qué consecuencias iba a sacar de él para enfocar la primera sesión como gustaba hacerlo. "Que cada grupo se dé ahora un nombre para poderlo llamar". Mi grupo me hizo el honor de ponerse a sí mismo mi nombre: Carlos. Poco me duró el honor. Tony prosiguió con solemnidad afectada: "Estos grupos se encargarán, por turno, de lavar los platos después de cada comida y de pelar las patatas y las cebollas en la cocina por las mañanas". Se acabó el juego. Reímos alegremente la broma y nos volvimos a sentar. Entonces Tony empezó en serio.

"Sé muy bien qué es lo que quiero hacer esta vez con vosotros. He llegado a un momento importante de mi vida en que muchas de mis ideas han cambiado, y siento la necesidad de aclarármelas a mí mismo, probarlas y expresarlas. Para eso necesito al grupo. Cada mañana propondré un tema, luego vosotros reaccionáis, preguntáis todo lo que queráis, guarde relación con el tema o no, y ya veremos luego por dónde tiramos. Ah, y preparaos, porque va a haber bombas. Os tengo varias preparadas."

Yo me alegré profundamente al oír hablar así a Tony. Que él cambiaba de ideas con frecuencia no era algún secreto para los que le conocíamos. Años antes, ya nos había dicho bien claramente: "Si aceptáis lo que yo digo, lo hacéis enteramente a vuestro riesgo, porque yo me reservo el derecho de cambiar de opinión sin previo aviso." Había quienes le atacaban por eso, y él mismo citaba casos. En años anteriores, durante su etapa de director de Ejercicios de mes, había insistido en la pobreza total, no sólo espiritual, sino de hecho y en la práctica más absoluta. Inspirados por su celo, hubo muchos que abandonaron toda clase de comodidades y gustos y se entregaron a una vida de gran austeridad exterior; y cuando Tony, más adelante, cambió de rumbo "Caí en la cuenta de que mi 'pobreza' se había convertido en mi 'riqueza', es decir, que estaba orgulloso de la imagen que había conseguido de religioso pobre, y apegado a ella, de modo que la pobreza se había destruido a sí misma"), algunos de aquellos que lo habían seguido en su pobreza creyeron que les había hecho una faena y se volvieron contra él. Esas críticas no le importaban. Siempre defendió la vida sencilla y el desprendimiento interno; y si alguien, debido a su anterior influencia, había caído en extremos, allá él.

Tony conocía perfectamente sus propios poderes de persuasión, y nos ponía en guarda contra ellos. "No os dejéis hipnotizar por mí", nos repetía. A mí me recordaba a aquellos dialécticos de la escolástica medieval que, a falta de otros entretenimientos públicos, erigían un púlpito en mitad de la plaza del pueblo, defendían, contra todo aquel que quisiera objetar, una tesis durante todo el tiempo que quisieran, y luego cambiaban y defendían la tesis contraria con el mismo éxito. Tony hacía algo muy semejante en las sesiones de "puesta en escena" ("role-playing") que describiré más adelante, en las que, haciendo primero de cliente que venía a proponer un problema, lo conseguía presentar como totalmente insoluble, y luego, cambiando de papel y haciendo de terapeuta, lo hacía aparecer como fácil y sencillo y de solución inmediata.

Lo que sí tenía Tony en todo caso era una mentalidad muy abierta y una gran libertad interior que le permitían aceptar un nuevo punto de vista en cuanto se convencía de su validez.

El mismo había comenzado a usar la terminología de "Sádhana I" para sus ideas de hacía diez o doce años, y "Sádhana II" para sus puntos de vista actuales. Claro que siempre había ido cambiando: no había sido un cambio brusco; pero ahora había llegado a ver una clara línea divisoria, y el mismo contraste le ayudaba a pensar mejor. Y la promesa que ahora nos acababa de hacer era nada más y nada menos que la aventura de seguirle a él hasta la cumbre de "Sádhana II" desde la base de "Sádhana I " que todos teníamos bien conocida. Recorrer con él su íntima trayectoria de experiencia y pensamiento espiritual con todo el respeto y el interés que su persona despertaba en nosotros. No se trataba de descubrir "la última moda de Tony" por mera curiosidad, y menos "la última locura de Tony", como no faltaba quien dijera con desprecio a cada vuelta de la carrera de Tony. Para nosotros, al contrario, en aquella primera mañana de la convivencia de Lonaula (y desde luego para mí, que había seguido paso a paso los andares espirituales de Tony con admiración cariñosa y con provecho propio), aquella era una oportunidad valiosa para aprender en la misma fuente nuevos enfoques y experiencias recientes que, sin duda, serían serios y prácticos y aun, con gran probabilidad, tendrían gran alcance en sus consecuencias. Mis sentimientos personales en aquel momento eran como los que tiene el espectador después de oír la obertura a toda orquesta de una ópera clásica: expectación alegre y cosquilleo impaciente por el buen rato que se avecina.

Cuando Tony había tomado una iniciativa tan clara y decidida, yo estaba seguro de que respondería a ella. Me dije a mí mismo: "Tengo suerte de estar aquí."

Que Tony necesitaba al grupo para aclararse a sí mismo sus propias ideas era cosa que también sabíamos todos. Necesitaba el laboratorio, el eco, las reacciones espontáneas, la crítica instantánea. Cuando mejor funcionaba era cuando escuchaba con atención concentrada una objeción, miraba al techo unos instantes que delataban la intensidad de su pensar, después se enfrentaba a la persona en cuestión (a veces incluso físicamente, es decir, levantándose de su sitio, arrastrando su silla y sentándose en frente mismo de la víctima, entre el apuro de ésta y la diversión de los demás) y comenzaba un diálogo en "staccato" que siempre acababa por aclarar el asunto a todos los presentes, incluido él mismo. El sabía que donde mejor actuaba era en el grupo, y por eso, aunque siempre estaba dispuesto a recibimos en privado y era generoso sin límites en darle tiempo a cualquiera que lo necesitara, nos decía claramente desde el principio que prefería le propusiéramos aun nuestros problemas personales en presencia del grupo, ya que confiaba en tratarlos mucho mejor allí. Llamaba a eso "el efecto del partido de fútbol". En un partido amistoso sin público no es probable que un jugador se emplee a fondo, mientras que en un partido de campeonato, en un gran estadio lleno de seguidores apasionados, se entrega al juego con toda su alma aun más allá de sus fuerzas. Eso le pasaba claramente a Tony, y ahora que se proponía revisar todo su aparato conceptual, quería hacerlo dentro del grupo y con su ayuda, y de hecho había estado esperando a esta oportunidad para hacerlo. Al final de la experiencia nos dijo públicamente que le había gustado mucho el grupo y le había ayudado enormemente. No cabe duda de que esa interacción entre Tony y todos nosotros fue el secreto del interés y la profundidad que aquel intercambio de ideas, visiones e ideales tuvo para todos. El constante tráfico de ida y vuelta era el que mantenía viva la circulación.

Todavía hubo otra circunstancia que contribuyó a hacer de aquel cursillo algo muy especial, distinto de todos los demás. El profesorado de Sádhana lo integraban Tony de Mello, José Javier Aizpún y Dick McHugh (junto con el hábil y eficiente Mario Correa, que se encargaba de todo lo demás). Sin embargo, en aquella ocasión Dick estaba todavía convaleciente de una penosa enfermedad, y Aizpún se hallaba recorriendo conventos de Jesús y María por toda la India, en una gira de renovación espiritual. El resultado fue que nos quedamos sólo con Tony aquellos quince días. Por un lado, sentimos la pérdida, porque Aizpún y Dick, con sus

personalidades tan distintas y complementarias, siempre contribuían grandemente a enriquecer la experiencia de Sádhana. Pero, por otro lado, la situación en exclusiva tenía también su aspecto positivo, que compensaba por la pérdida. Estando a solas con Tony todo aquel tiempo, en aquella coyuntura tan importante, nos podríamos concentrar con intensidad total en lo que él quería comunicarnos, sin distracción alguna aun dentro de Sádhana, y esa concentración ayudaría a crear una entrega y consagración en todos nosotros que, sin duda alguna, nos haría entender más rápidamente y asimilar mejor todo lo que íbamos a recibir. Así sucedió, en efecto. El contacto exclusivo con Tony veinticuatro horas al día durante quince días seguidos creó una atmósfera en la que cada palabra reflejaba el mismo tema y cada incidente recordaba el mismo propósito, y las sesiones del grupo se prolongaban insensiblemente en cada conversación y en cada silencio. Al despedirme le dije a Tony: "He sacado más fruto de estos quince días que de los nueve meses de antes." Una exageración, desde luego, pero también una expresión genuina de lo que yo sentía en aquel momento. Todo, en efecto, contribuyó a convertir aquella experiencia en una ocasión memorable.

El horario no presentó problemas. Por la mañana, sesiones de 9 a 12,30, con pequeñas pausas; por la tarde, después de la siesta, Tony tenía entrevistas privadas o salía de paseo con alguno del grupo, siempre tratando asuntos personales; y antes de cenar, la Eucaristía concelebrada, en la que él mismo ocupó todos los días el puesto de concelebrante principal. Para colmo, por la noche, después de cenar, veíamos los "vídeos" de sus charlas en América, sobre todo los de los "Ejercicios por satélite" que dio allí hablando desde Nueva York y contestando preguntas en directo de todas partes de los Estados Unidos y Canadá a través de satélite; eran sus mejores cintas, y las vimos varias veces a petición popular. El mismo venía a ver sus propios "vídeos" y los animaba con sus comentarios. "Fijaos qué cara de tonto pongo para despistar en esa pregunta que es bien comprometida." "Pero ¿Qué diablos hago yo con ese vaso de agua en la mano sin dejarlo ni beberlo?" "Esa palabra... Se me escapó. Es una de las ocho palabras que tiene prohibida la televisión americana. Los técnicos se miraron horrorizados cuando la dije, pero iba en directo, así es que ya nada había que hacer. Luego me explicaron que no habían creído necesario advertirme a mí de la lista de palabras prohibidas. ¡Si supieran el lenguaje que uso! Desde entonces tuve más cuidado." y así iba todo el día. Y en las comidas también, y en todo momento, su ruidosa y alegre presencia, que hacía imposible que nos olvidáramos ni por un instante que él estaba allí. Lo tuvimos de lleno entre nosotros. Y al escribir esto me viene un pensamiento triste. Es posible que el exceso de trabajo que le supuso llevar todo el curso él solo influyera de alguna manera en su salud y acelerara el triste desenlace. Sea de eso lo que fuere, quiero dejar aquí constancia de la generosidad sin límites con que se entregó a nosotros en aquellos días de excepción...

El era el único que hablaba durante la Eucaristía diaria, y cuando, al cabo de unos días, nos preguntó si queríamos cambiar, le contestamos unánimemente que no, que preferíamos seguir del mismo modo. No era pereza nuestra o negativa a participar, sino expresión de la satisfacción que experimentábamos al verlo acabar cada día en oración y Eucaristía los temas que había tratado durante la jornada. En rúbrica sencilla y reverente, leía dos meditaciones breves de un libro que estaba preparando y que resumían los pensamientos más salientes del día; y a cada lectura seguía un largo silencio, subrayado por melodías de la "flauta del dios Pan", instrumento favorito de Tony y que, con un fondo de órgano, acompañaba nuestras meditaciones eucarísticas desde "casetes" cuidadosamente escogidas. Noté que una aplicada Hermana no cesaba de tomar notas solapadamente mientras Tony hablaba en la Misa, decidida a no perderse ni una palabra de Tony para su archivo personal.

Después de la bendición me acerqué a ella, mientras aún estaba sentada con el cuaderno en las rodillas y la pluma en la mano, y le pregunté con fingido asombro: "¿Tú anotas todo lo que Tony dice en la Misa?" "Sí", me contestó recatadamente,

"¡me ayuda tanto!" Yo seguí: "y cuando dice: 'Bendito seas, Señor, Dios del universo...', ¿También escribes eso?" Sonrió al verse cogida... Pero siguió escribiendo. Cada cual quería sacar el mayor partido a su manera. Y o no tomé nota de esas meditaciones, y por ello no las incluiré aquí.

En la introducción, aquella primera mañana, Tony volvió a repetir la palabra "bombas", levantando la voz y moviendo la cabeza para mayor efecto. "Sí, sí..., bombas...; preparaos... ¡que vienen!" Estaba claro que lo que Tony pensaba decimos esos días, fuese lo que fuese, era algo muy importante para él.

CAMBIAR O NO CAMBIAR

"Antes os decía yo siempre: '¡Cambiad! Cambiad aunque sólo sea por el gusto de cambiar. Mientras no tengáis una razón fuerte y positiva para no cambiar, ¡cambiad! Cambiar es desarrollarse y cambiar es vivir; por eso, si queréis seguir viviendo, seguid cambiando'. Eso os decía yo antes, y lo sabéis muy bien. Pues bien, ahora os digo lo contrario: No cambiéis. Cambiar no es ni posible ni deseable. Dejadlo estar. Quedaos como estáis. Amaos a vosotros mismos tal como sois. Y el cambio, si es que a fin de cuentas es posible, ya tendrá lugar por sí mismo, cuando lo quiera y si lo quiere. Dejaos en paz."

Esto sí que era un buen cambio en Tony, y valga la paradoja. Toda su vida había sido el apóstol más ardiente del cambio, y lo ponía como base de todo avance y todo progreso, tanto en la vida espiritual como en el desarrollo psicológico de la persona. Y ahora, de repente, decía que no. Media vuelta. Es decir, cambiaba para decimos que no cambiáramos. Y encima, decía que así era como el cambio vendría por sí mismo, que es la única. Manera sana de que venga. Un poco de lío. Y Tony disfrutaba armando líos. La cosa es más sencilla de lo que parece y, desde luego, es importante.

Si Tony objetaba ahora al cambio, era por una razón fundamental: lo que nos mueve a querer cambiarnos a nosotros mismos o a otros es la falta de tolerancia, y eso es inaceptable. Queremos cambiar, sencillamente porque no nos aguantamos, y lo que hay que atacar ahí no es la necesidad del cambio, sino la falta de aguante. No toleramos en nosotros mismos un defecto, un fallo, una debilidad moral o psicológica, y nos empeñamos en corregirla con verdadero autodesprecio y velada violencia. Nos da vergüenza de nosotros mismos, o rabia, o asco, o sencillamente impaciencia, y nos imponemos el deber de cambiar para volver a ser personas respetables ante nosotros mismos y ante la sociedad. Cambiamos para ser aceptados, para responder a las expectativas que se tienen respecto de nosotros, para ajustarnos a la imagen ideal que de nosotros mismos hemos concebido y llevamos siempre dentro. Nos falta paciencia con nosotros mismos y nos forzamos a cambiar. Y eso nunca resulta. La violencia nunca ayuda al crecimiento.

El único cambio aceptable es el que viene del aceptarse a sí mismo. El cambio nunca puede forzarse: el cambio sucede. La gran paradoja del cambio es que sólo conseguimos alcanzarlo cuando nos olvidamos de él. La resistencia que oponemos a nosotros mismos, o a cualquier tendencia dentro de nosotros, sirve sólo para reforzar esa tendencia, y con eso hace imposible el cambio.

Me voy a servir de mi propio caso para ilustrar este principio. Yo había ido a Lonaula porque estaba demasiado tenso y quería relajarme y descansar. Varios factores en la última temporada habían contribuido a sobrecargar mis nervios, ya de por sí bien anudados de ordinario, y estaba nervioso, impaciente, inquieto, a disgusto con todo el mundo y falto de sueño. Yo tenía pensado contarle todo esto a Tony en detalle, en presencia del grupo, y luego me imaginaba que él se pondría a trabajarme con terapia, ejercicios, diálogos o cualquiera de los mil recursos que tenía a su disposición para irme tranquilizando y curando. Yo estaba muy tenso, y confiaba en que Tony me iba a ayudar a dejar de estarlo. Por eso me sorprendió cuando, después de que yo le conté mi situación ante todo el grupo, me dijo tranquilamente: "¿De modo que estás tenso, Carlos? Vale. Sigue tenso. Acepta el hecho de que estás tenso, y déjalo estar. Es posible que tu tensión desaparezca durante

estos días, y es posible que no. Si se va, se va; y si se queda, se queda. Tú sigues siendo el mismo y estando bien en ambos casos. La felicidad es algo más que el no sentir tensiones, así como la vida es algo más que no estar enfermo. Es decir, son cosas distintas. Puedes ser feliz mientras estás tenso, y puedes estar perfectamente relajado y ser desgraciado. Ni siquiera sabes si te conviene o no para tu bien el estar tenso. De modo que déjalo en paz. Métete de lleno en la vida, métete en las sesiones, en todo lo que hagas estos días y siempre, y deja que tus nervios hagan lo que les dé la gana. La naturaleza es sabia y puede cuidarse de sí misma, si es que la dejas. Cuanto menos te entrometas, mejor."

No pude menos de ver la sabiduría del consejo. Yo estaba tenso y quería forzarme a relajarme. Y eso, desde luego, no hacía más que aumentar la tensión. ¿Cómo conseguiré relajarme? ¿Cuánto tiempo me llevará? ¿Qué me pasará si no lo consigo? ¿Por dónde empiezo? ¿Qué método sigo? Para volverse loco. Paradójicamente, pero evidentemente, la única manera de relajarme era el dejarme ser tenso. Sí, estoy tenso, y me va muy bien, gracias. Me he dado permiso a mí mismo para estar todo lo tenso qué me dé la gana. Y ¿Qué pasa? ¿Quién se queja ahora? ¿Por qué no he de estar tenso? ¿Qué tiene de malo estar nervioso? Nervioso he sido toda la vida, y no lo he pasado tan mal que digamos. Puedo seguir así toda la vida con toda tranquilidad. ¡Nerviosos del mundo entero, uníos! ¡Luchemos por nuestros derechos y defendamos nuestro modo de ser! Tenemos derecho a un sitio en el mundo, y queremos ocupado con dignidad. ¡Vivan los nervios!

Tony llegó a decir de sí mismo, con una humildad que le caracterizaba y que en él era simple expresión de la realidad tal y como la percibía: "Antes, al hacer de terapeuta, yo comunicaba a las personas mi propia falta de tolerancia y las llevaba a rechazarse a sí mismas." El urgente deseo de cambiar, de hacerlo mejor, de imitar a aquellos en el grupo que "lo habían conseguido" y se alzaban secretamente como modelos a imitar por los demás, la necesidad de llegar a poder decir "¡He cambiado!" Y hacérselo reconocer al grupo... Todo eso pesaba mucho sobre la mente y podía hacer más mal que bien. Hacia el final de nuestro primer curso de nueve meses de Sádhana, escribimos todos evaluaciones de unos y otros y nos las intercambiamos mutuamente. La mayor alabanza a que uno podía aspirar en aquellas evaluaciones era que le dijeran a uno: "Has cambiado muchísimo". Ese era el espaldarazo, final, la calificación máxima, la meta suprema. Cambiar y que se me note. Y eso podía ser contraproducente, como el mismo Tony lo vio más tarde. La presión para cambiar, mientras que ningún cambio fundamental se asomaba al horizonte, podía crear problemas e incluso, a veces, llevar a la frustración y al autorrechazo.

Una cosa sí que había notado yo ya en el primer curso de Sádhana, y la había comentado en el grupo cuando la advertí. Al comienzo de los nueve meses, cada uno de nosotros iba presentando sus problemas personales en busca de solución. Por poner un ejemplo bien inocente, alguien podía decir que se ruborizaba siempre que le presentaban a otra persona, y quería acabar con los rubores. Tony se ponía a trabajar con él usando todo el arsenal de sus recursos psicológicos. Diálogo, terapia, ejercicios, escenificación. No dejaba tecla por tocar. Mientras tanto, el tiempo pasaba... Y el sujeto seguía ruborizándose cada vez que le presentaban a otra persona. (No recuerdo un solo "problema" que fuera "resuelto" en todo el año). Luego, cuando los nueve meses tocaban a su fin, nuestro sujeto volvía a presentar su caso en un último esfuerzo de acabar con sus rubores. Entonces Tony cambiaba radicalmente de táctica y le decía sin ambages: "¿Estás dispuesto a vivir con "tu problema?" Asunto concluido. Si no puedes cambiarlo, acéptalo. Y la aceptación misma es la que preparará el camino al cambio, si es que ha de producirse.

Lo que había cambiado en Tony era que ahora comenzaba por donde entonces terminaba. En vez de trabajar primero por hacer cambiar al sujeto y luego decirle que se aceptase tal y como era, ahora comenzaba por decirle que se aceptase, y que de ahí se seguiría el cambio, si es que se seguía. Acepta los hechos, amóldate a la

situación, reconcíliate contigo mismo... Y el cambio se cuidará de sí mismo. Esa era la nueva táctica.

El ejemplo que sigue no procede directamente de Tony, pero lo leí yo en un libro de psicología aquellos mismos días en Lonaula y esclarece el hecho psicológico de que, al resistir a un rasgo negativo de nuestro carácter, no hacemos más que agravarlo; por eso lo cuento brevemente. Un psiquiatra refiere el caso de un cliente suyo que tartamudeaba y quería dejar de hacerlo. No podía abrir la boca sin tartamudear como un descosido, y eso le había sucedido toda la vida, desde que era capaz de recordar. El psiquiatra le preguntó: "¿Podría usted recordar al menos una ocasión en su vida en la que usted haya hablado sin tartamudear?" Sí, había habido una ocasión. El tartamudo contó cómo una vez, cuando era joven, se había montado en un autobús a toda prisa, sin tiempo para sacar billete, y estaba preocupado pensando qué pasaría cuando viniera el revisor y le pidiera el billete. Pero se le ocurrió lo siguiente: cuando venga y me pida el billete, me pondré a explicar de lo que ha pasado, y, como tartamudeo tanto, le entrará compasión y me dejará en paz. De hecho, pensaba exagerar el tartamudeo para que su petición de misericordia resultara más eficaz. Se acercó el revisor, se preparó el tartamudo, abrió la boca... Y salieron las palabras con una claridad nítida y una pronunciación exacta, sin titubeo ni defecto alguno. El revisor sonrió irónicamente ante el "falso" tartamudo y le impuso la multa de rigor. Nuestro hombre no pudo quedar más chafado. Para una vez en la vida en que su tartamudeo le podía haber servido de algo... ¡le había fallado! y ahí estaba precisamente el "quid" de la cuestión. Mientras él se oponía al tartamudeo, seguía tartamudeando. ¿Por qué me ha de pasar esto a mí? ¿Cómo puedo vivir así? ¿Cómo puedo conseguir trabajo mientras hable así? ¿Hasta cuándo va a durar esto? ¿Cómo podré aguantar toda la vida? Protestaba con todo su ser contra la injusta y dolorosa situación. Y eso sólo servía para acrecentar el mal. Tartamudeaba cada vez más... Y sufría por ello cada vez más. Círculo vicioso que no era fácil romper. Sólo una vez en su vida se alegró de ser tartamudo, se felicitó por serlo, creyó que su tartamudeo le iba a sacar del lío en que se había metido al viajar sin billete, y aun quiso exagerar su defecto para hacerlo más evidente. Y se desvaneció el tartamudeo. En la única ocasión de su vida en que aceptó el ser tartamudo, dejó de serlo. Ese es un ejemplo evidente de cómo funciona la naturaleza humana. Se resiste con toda su alma cuando alguien intenta cambiarla directamente, mientras que cambia por sí misma cuando la dejan en paz o la empujan en dirección contraria. Los burros hacen exactamente lo mismo.

Cuando el prurito de cambiar nos entra no para cambiamos a nosotros mismos, sino para cambiar a los demás, resulta mucho más dañoso, y Tony nos previno seriamente contra él. Queremos hacer cambiar al otro... ¡por su propio bien, por supuesto! ¡Sería una persona tan completa y feliz si lo hiciera! Ahora no hace más que fastidiar a todo el mundo, estropear su propio trabajo, no dejar que sus buenas cualidades entren en juego... Y todo por esos defectillos que todo el mundo le ve y que sólo él parece no haber notado. Tengo que decírselo, tengo que urgirlo, tengo que hacer que se enfrente con los hechos para que se corrija de una vez'; o, si no puedo hacer eso, al menos tengo que rogarle a Dios que, en su bondad y misericordia, le haga cambiar para su propio bien y para bien de todos.

Por favor, no le hagas a Dios esa petición. Esa oración es únicamente tu manera velada, pero evidente, de rechazar a tu hermano. Reza por él, desde luego, y alaba al Señor por él y date gracias por él, pero no le pidas que lo cambie según la imagen que tú has decretado para él. No te toca a ti juzgar, condenar, ordenar el cambio. Deja a tu hermano en paz, no sólo en tus acciones, sino aun en tus pensamientos, y acéptalo y ámalo tal como es. El deseo de cambiar a otros, tanto como el deseo de cambiarse a sí mismo, viene fundamentalmente de la intolerancia, y por eso viene torcido de raíz. Si el factor de intolerancia está totalmente ausente, el cambio es sano y positivo; pero, de ordinario, hay siempre una dosis de intolerancia en el deseo de cambiar, y eso

lo hace peligroso. Contra eso hay que guardarse.

Tony nos dijo: "¿Os imagináis qué felices serían nuestras comunidades, nuestras familias, nuestra sociedad, si cada uno de sus miembros dejara de tratar de cambiar a los demás, incluso de desear que cambiasen? Sería el cielo en la tierra. Pero la triste realidad es que nos estamos quejando constantemente por dentro, y con excesiva frecuencia también por fuera, de la conducta de todos los demás, y esa intolerancia destruye la armonía del grupo." Entre mis compañeros de Lonaula aquellos quince días, había un Provincial jesuita que me dijo: "Cuando mis súbditos vienen a hablar conmigo, se pasan casi todo el rato diciéndome qué es lo que tengo que hacer con otros súbditos, cómo los he de reprender, corregir, prohibirles que hagan esto o mandarles que hagan aquello. Cada uno parece conocer a la perfección lo que todos los demás han de hacer; y cada uno quiere que se aplique la ley con toda su fuerza... A los demás, no precisamente a él, que es una excepción justificada." El deseo de perfección espiritual que se nos ha inculcado desde el principio de nuestra formación religiosa ha aguzado peligrosamente nuestro sentido de crítica, autocrítica primero y crítica universal después, y ese mismo sentido crítico es el que ahora nos impide avanzar y que les dejemos avanzar a otros. Es hora de que ensanchemos nuestras miras y hagamos de la aceptación, no de la crítica, la base de nuestra conducta con los demás... Y con nosotros mismos.

En el fondo de esta actitud práctica hay una profunda verdad religiosa. Dios es quien me ha hecho, a mí, a los demás y al mundo entero; y, por consiguiente, aceptar la realidad que aparece en mí y en lo que me rodea es aceptar la voluntad de Dios y adorar a su Divina Majestad. A través de todo el dolor y el sufrimiento de la humanidad, a pesar del pecado del hombre y las catástrofes de la naturaleza, es un hecho de fe que todo este universo, conmigo en él, es la obra de Dios; y en consecuencia, la mejor y única manera como yo puedo entrar en ese universo y llevar a cabo mi salvación en él y a través de él es aceptarlo como don de Dios, verlo a él en todos los hombres y en todas las cosas, y dejar que obren en mí su poder y su gracia, con mi gratitud y mi cooperación. La opinión que Dios mismo tenía del mundo cuando lo hizo fue que "era bueno de veras", y la presencia en él, más adelante, de su Pueblo, su Hijo y su Iglesia lo hace aún más bello y adorable. "Mirabiliter creasti et mirabilius reformasti": una creación admirable y una redención aún más admirable. En cambio, nosotros nos hemos olvidado de la maravilla y nos hemos quedado con la miseria. Tenemos que recobrar la visión completa del mundo en fe, que incluye, sí, la Cruz, pero también la Resurrección. Somos miembros de Cristo Resucitado y hemos de aprender a alegramos con nuestra Cabeza. Mirar la vida con los ojos de Dios es aceptarla, y ése es el primer paso de salvación espiritual y de salud mental. Pisamos tierra firme.

Aceptar la realidad no quiere decir, en manera alguna, tolerar cualquier tipo de conformismo, pasividad o apatía. Para cualquiera que conociera a Tony sería imposible asociar con su recuerdo alguna de estas palabras. Aceptamos la realidad como el pájaro acepta sus alas: para volar. Lo importante es no empezar a quejarse del tipo de alas que a uno le ha tocado, a compararlas con las de los demás... Para quedarse al fin en el suelo. Aceptar no es frenarse, y el sentido de la realidad no es la inercia; al contrario, es un abrazar gozosamente a todo lo que existe para sacar el mayor partido a las cosas tal como son y a la vida tal como es. Una tal actitud lleva a la iniciativa ya la acción para provocar decisiones y cambiar circunstancias. Reconocer a una semilla como semilla quiere decir prepararme a regarla; reconocer una enfermedad como enfermedad quiere decir prepararme a ir al médico para que me cure; reconocer la injusticia como injusticia quiere decir prepararme y lanzarme a luchar contra la opresión y hacer triunfar la justicia. Reconocer la realidad, aceptar los hechos y caer en la cuenta de toda situación no es invitar a la pereza y a la inacción, sino lanzar el reto del desarrollo personal y el cambio social. La psicología no se opone, sino que ayuda a la sociología.

El libro de Thomas Harris, "YO SOY UN AS; TU ERES UN AS", ejerció bastante influencia en las primeras etapas de Sádhana, y su terminología pasó al lenguaje diario de Sádhana. Nuestra meta final era llegar a "ser un as" en el terreno psicológico, es decir, encontrarse bien, tener equilibrio, estar de buen humor, controlar la situación, dominarse a sí mismo y mantener contacto satisfactorio con todos los demás. Parte de "ser yo un as" era reconocer que "tú también eres un as", es decir, a nadie despreciar ni compararse con alguien, sino aprender a ver lo bueno en todos, empezando por uno mismo. Y, paralelamente, la mayor desgracia era "no ser un as", es decir, andar alicaído, desganado, desequilibrado, confuso y con complejos de inferioridad. Por eso había que esforzarse valientemente por "ser un as", y quedábamos hechos polvo cuando, a pesar de todos nuestros heroicos esfuerzos, no conseguíamos el título. Admitir que "no soy un as" era como la confesión contrita de un pecador público ante la asamblea de los justos. Una llamada a la compasión y a la penitencia. La tiranía de tener que "ser un as" fue, vista ahora de lejos, una de las cargas desafortunadas de nuestro primer Sádhana.

Por eso fue un gran descanso oírle a Tony decir ahora: "La teoría del 'YO SOY UN AS; TU ERES UN AS' es un error fatal. Te impone la obligación de "ser un as", de sentirte bien, de estar siempre en forma, de pasarlo en grande... Y, si no lo logras, andas mal y se te condena. A eso no hay derecho. Yo soy lo que sea y siento lo que siento y me encuentro como me encuentro... Y vale. No tengo que 'ser un as' para ser un as, si es que me explico; no me encuentro bien... Y eso me va perfectamente. Hay que liberarse de la trampa del as. De hecho, yo pienso escribir algún día un libro que se titulará 'YO SOY UN ASNO; TU ERES UN ASNO', y que será el antídoto perfecto a la doctrina de los ases. Hay alguien que me ha propuesto ya un subtítulo para ese libro: 'El libro de las coces'. ¡Veréis cosa buena cuando salga!"

Humor lleno de sabiduría. Una vez que acepto alegremente el hecho de que soy un burro, ya no me sorprenden ni me apenan los errores y estupideces que sigo cometiendo a pesar de tantos años de formación y tantos y tan nobles esfuerzos. A fin de cuentas, soy un burro; y si hago burradas, eso es precisamente lo que me corresponde. Que no se asombre alguien, y menos yo mismo. Y de la mismísima manera, todas las personas que tienen el honor de rodearme y vivir conmigo son también burros, y, en consecuencia, todos se comportan como los burros que son y seguirán siendo, y tienen perfecto derecho a hacerlo así. Esa es la actitud perfecta para conseguir la paz del alma consigo mismo y con los demás. La aceptación plena de mí mismo y de todos los demás acaba con todas las tensiones y siembra la paz y la felicidad. Es una pena que Tony ya nunca escribirá ese libro.

AMAR O NO AMAR

Otro eje esencial de Sádhana eran las relaciones personales. El lado afectivo de nuestra personalidad no había recibido mucha atención en nuestra primera formación religiosa; más bien había quedado reprimido bajo sospechas y peligros, reales sin duda, pero que, al evitarlos, nos llevaban con frecuencia al otro extremo de frialdad e indiferencia. Lo que importaba entre nosotros era la inteligencia, las ideas, la razón, mientras los sentimientos quedaban relegados a muy segundo plano. Con eso perdíamos una buena parte de la personalidad humana, del calor, la emoción, la intimidad, que son parte esencial del ser humano y objeto también de la gracia y la redención para dar gloria a Dios con el afecto como se la damos con la inteligencia. Tony sabía que había que despertar en nosotros los sentimientos dormidos, animarlos y encauzarlos para formar a la persona completa, y a eso se dedicaba con toda su fuerza desde el principio de Sádhana. Esa fue una de las razones que le llevaron a admitir en sus cursos a religiosos de ambos sexos, a pesar de la oposición que ese gesto levantó en un principio. Era una innovación y era un peligro, pero era también una invitación a cultivar ese aspecto latente de la afectividad en nuestras vidas bajo el control cuidadoso de un grupo responsable y una dirección vigilante. En esa atmósfera protegida aprendíamos a enfrentarnos con nuestros sentimientos, expresarlos,

dominarlos, hacerla s salir a flote sin dejarnos arrastrar por ellos, y aprender en todo ese proceso cómo se crece y se vive al aceptar todo lo que llevamos dentro con dominio y con cariño. El sentir no sólo se refería a personas, sino a cosas y a sucesos; es decir que se revalorizaban los sentimientos frente a la razón, el sentir frente al pensar. Decir "yo pienso que..." era palabra proscrita en aquel ambiente, mientras que decir "yo siento que..." era la manera legal de comenzar una frase..., aunque a veces eso era sólo una sustitución verbal, y la actividad cerebral continuaba intacta bajo la cubierta de los sentimientos.

Tony establecía así la necesidad de los sentimientos, el cariño y el amor: lo que todos necesitamos y deseamos, en último término, es libertad en nuestra conducta y en nuestra vida; no nos podemos aventurar por los caminos de la libertad si no poseemos un buen grado de seguridad dentro de nosotros mismos; para alcanzar seguridad tenemos que llegar a sentir nuestra propia valía; y la única manera de sentir honda y eficazmente nuestra propia valía es vernos y sentirnos aceptados y amados como personas. Argumento largo de premisas encadenadas que merece la pena repasar y pensar, y que se desarrollaba en Sádhana, día a día y sesión a sesión, en las mil peripecias de un grupo alegre y consagrado al desarrollo total para bien de todos. Como resultado de ese argumento se buscaba el sentirse aceptado y querido por los demás. La contraseña era: "Déjate querer." Y la práctica, entre la timidez y el ridículo, aliviaba los rigores del intenso curso.

Seguía Tony: la esencia del cristianismo es poder decir de todo corazón: "Dios me ama." Pablo resumió así su vida: "(Jesús) me amó"; y Juan se definió a sí mismo como "el discípulo a quien amaba Jesús". Un cristiano es quien puede decir en verdad: "Jesús me ama". Y luego, acomodando ligeramente y no sin verdad profunda las palabras de Juan: "Si no siento el amor de mi hermano a quien veo, ¿Cómo podré sentir el amor de Dios a quien no veo?"

Los éxitos y logros en la vida no dan seguridad interior; al contrario, la debilitan y engendran ansiedad. Cuanto más éxito tengo, más necesidad siento de seguir teniendo éxito para responder a la expectación que los anteriores éxitos han despertado; así es como la ansiedad se fragua, se endurece y llega a hacerse insoportable. Éxito en el trabajo sin base afectiva que lo equilibre es peligro inminente de depresión para el trabajador incansable. ¡Cuánto sufrió Beethoven, porque apreciaban su música, pero no su persona! El éxito me dice que mi trabajo es valioso, mientras que el amor me dice que yo soy valioso, y eso es lo que me da satisfacción y sosiego. Quiero que me quieran por mí mismo, no por mi música ni por mis libros ni por mis obras ni por mis organizaciones. Quiero recibir cariño, sentir afecto, merecer amor. El verdadero amor es sin condiciones; y cuando me veo amado así por un amigo verdadero, siento la seguridad, la garantía, la satisfacción de ser amado por mí mismo, y entonces no dependo ya de mis éxitos ni de mis trabajos para ser feliz. De ahí venía el consejo: ama de todo corazón, recibe en respuesta el amor de los demás y... "idéjate querer!". Esa experiencia traerá alegría, equilibrio y paz a tu vida.

Todo eso era doctrina profunda y bella, sin duda. Sin embargo, aun allí introducía Tony ahora modificaciones importantes. Ante todo, rebajó la importancia del ser amado y aumentó la del amar efectivamente a los demás. Lo importante no es que yo me sienta aceptado y amado por otros, sino que yo los acepte y los ame. Esperar a que otros me quieran me hace depender de ellos, lo cual pone en peligro mi seguridad afectiva; mientras que el amarlos yo por mi cuenta está siempre en mi mano, y así quedo siempre libre e independiente. Claro que el amar y el ser amado van de ordinario juntos, pero tiene importancia dónde se pone el primer acento.

Un miembro del grupo de Lonaula sacó a relucir su problema: "A mí no me acepta mi comunidad." Tony le cortó: "¿Y para qué necesitas que te acepten? Si te aceptan, está bien; y si no, también. Aprecia el hecho de que te acepten, si es que lo hacen; pero no se lo ruegues de rodillas si no lo hacen. Que te acepten o no, tú eres el mismo, y eres

una gran persona. Y la paradoja es, una vez más, que ésta es la única manera de que al fin te acepten, si es que llegan a hacerlo." Doctrina tan clara como práctica en un punto de importancia diaria. Ama y acepta a los demás, y no dependas de lo que los demás te hagan a ti.

Luego vino una reflexión más profunda: en realidad, nunca amamos a la persona, sino a la imagen de la persona que nosotros mismos nos hemos formado en la mente. Tan verdadero como desazonante. Yo tengo una gran amistad con un compañero mío jesuita, y muchas veces me pregunto a mí mismo con auténtica sorpresa: ¿Cómo es que mis demás compañeros no aprecian y quieren a este hombre como yo lo quiero, siendo como es una persona tan magnífica? La respuesta es que sí que es una persona magnífica, sin duda, pero otros no lo perciben así; mientras que yo no puedo menos de asombrarme e impresionarme ante sus evidentes cualidades, que no son tan evidentes para los demás. Yo lo he idealizado en mi mente, y ahora amo y venero esa imagen adorable... Que a los demás no les parece tan adorable después de todo. Si yo amase a ese hombre tal como es en realidad y como todos los demás lo ven, todos lo amarían de la misma manera; es decir, que si yo amase a la persona como tal, todos la amarían igualmente, porque la persona es la misma. Pero no es ése el caso; los demás no lo quieren como yo lo quiero, lo cual prueba que lo que yo en realidad estoy amando es la imagen, no la persona.

Entonces llega la crisis. Cuando esa persona a la que yo había idealizado en mi mente pierde, por la edad, la rutina o el contacto diario, las cualidades que me habían atraído a ella, me quedo trastornado y confuso. ¿La quiero todavía? ¿No la quiero? Desde luego, considero mi deber seguir queriéndola, porque un amigo ha de ser leal y, el amor es eterno, y trato de revivir la antigua imagen atesorada en mi mente mientras cierro a la fuerza los ojos a la realidad rebajada de ahora y sigo repitiéndome a mí mismo, en fútil ejercicio, que claro que lo quiero como siempre lo he querido, y lo seguiré queriendo por toda la eternidad.

Tony comentó la situación con lograda ironía que, por una vez, se avecinó al cinismo, en el que no le dejó llegar a caer su infalible sentido del humor: "La gente casada averigua esto mucho antes que nosotros los religiosos. Un hombre y una mujer se enamoran (de sus respectivas imágenes, como queda dicho), se casan y, como pasan a vivir juntos todo el día, pronto descubren la realidad que había tras el hechizo y se preguntan qué es lo que han hecho. Están ya unidos por el vínculo, y la familia y la sociedad les ayudan a permanecer juntos (al menos en algunas culturas), pero ambos saben muy bien que su mutuo amor no es, ni con mucho, lo que había parecido ser al principio y prometía ser para siempre. Nosotros los religiosos, sobre todo cuando se trata de una amistad entre hombre y mujer, nos vemos, por necesidad, con mucha menor frecuencia, y por eso la ilusión dura más tiempo. Pero, a la larga, también nosotros averiguamos la realidad, y lo que había comenzado por ser una dicha acaba por ser una carga. El folklore universal del amor, el romance y la fidelidad, que también nosotros nos hemos tragado, nos impide ver esto y admitírnoslo a nosotros mismos, pero ése es el hecho. La emoción se ha hecho aburrimiento. Eso no quiere decir que la amistad sea imposible, pero sí que hay que purificarla de raíz."

Citó casos. De joven, él se había sentido muy atraído por una persona. Incluso nos dijo su nombre, lo que nos hizo aún más gracia, porque varios de nosotros la conocíamos. Volvieron a encontrarse sólo muchos años más tarde, y Tony se dijo a sí mismo con verdadera sorpresa: ¿Cómo puedo yo haber sentido nada especial por una persona tan rara, gruñona y poco atractiva? El contraste entre la imagen ideal que él se había formado y preservado en su memoria y la marchita realidad con que hoy se encontraba cara a cara le hizo reflexionar, como siempre lo hacía después de cada experiencia, sobre las realidades de la vida y la verdadera naturaleza del amor humano. En otra ocasión había iniciado una amistad especial con un compañero jesuita, cuando se enteró de que no era sacerdote, sino hermano coadjutor (con los mismos derechos y privilegios que cualquier

miembro de la orden, pero sin estudios teológicos ni ordenación sacerdotal). Saber eso y sentir que desaparecía su interés por él fue todo uno, y Tony se reprochó a sí mismo y se enfadó consigo mismo por ello. Tenía un gran aprecio por los hermanos coadjutores, y algunos de ellos eran amigos personales suyos; y, sin embargo, esa diferencia de puro rango exterior había estropeado una amistad incipiente. ¿Cómo podía ser eso? A mí, ese caso me recordó el de otro jesuita que me contó cómo había progresado en una amistad íntima con un compañero jesuita... Hasta el día en que se enteró de que pertenecía a una casta inferior. ¿A quién amamos: a la persona o a la imagen?

Algo más duro aún: "El amor es egocentrismo refinado." Tony dijo eso no una, sino muchas veces. Al amarte a ti, no es que te ame a ti, sino a las ventajas de compañerismo, afecto, placer, ayuda y apoyo que mi amistad contigo me trae. El amor desinteresado no existe; al contrario, todo amor humano lleva en sí un elemento de interés propio. No es que Tony pretendiera con eso reírse de la amistad o invalidar el amor, pero sí aclarar conceptos y llamar a las cosas por su nombre. "Podéis hacer todo lo que queráis, con tal de que sepáis lo que hacéis y lo llaméis por su nombre." Tampoco quería decir eso que haya que ir por ahí diciéndole a todo el mundo: "Amo la imagen que de ti me he formado" o "Al quererte a ti me quiero a mí mismo"; podemos seguir usando el lenguaje de siempre y de la manera de siempre, con tal de que nosotros lo tengamos bien claro y estemos al tanto de nuestros verdaderos motivos e intenciones. "Sé muy bien que al amarte a ti estoy amando a la imagen que nuestra historia común ha labrado dentro de mí y que otros no comparten"; "Caigo en la cuenta perfectamente de que mi cariño hacia ti tiene una gran parte de egoísmo, por la satisfacción que me proporciona a mí". Esa actitud ayuda a templar emociones y puede contribuir, a la larga, a que la amistad sea más sana y más duradera. La transparencia interna es condición esencial de todo contacto humano en profundidad.

Y éste es ahora el dicho más duro que jamás oí yo de labios de Tony, y que consigno aquí con exactitud y respeto, sin pretender sondear el fondo y el sentido que esas palabras tuvieron para él cuando las dijo. Pues sí que las dijo en el transcurso de una sesión en medio de todo el grupo: "He descubierto que yo no he amado a alguien en la vida." Las pronunció en un tono reflexivo de introspección, y permaneció callado unos instantes antes de pasar a decir otra cosa. Ni yo ni alguien de los presentes rompió el silencio para preguntarle qué quería decir exactamente con aquello, y sus palabras se deslizaron, sin más, bajo el velo de su misterio personal. Sea lo que fuere lo que quería decir con ellas, ciertamente no era que él fuera en manera alguna cerrado, adusto, falto de sentimientos o de afecto. Sabía de cariño y conocía la intimidad.

Tenía amistad íntima con algunos hombres y mujeres, y trato cercano y cariñoso con muchísimos más. Quizá quería decir -en el contexto de la ilusión del "yo" que ocupaba el centro de sus pensamientos aquellos días y que anotaré más adelante- que, mientras hubiera algún resto del "yo", no podía haber amor verdadero. Quizá pensaba en la definición de Krishnamurti que nos citó repetidas veces aquellos días: "Amar es percibir con claridad y responder con exactitud." O quizá había llegado a valorar el aspecto positivo de la soledad en la vida, de lo cual también nos habló con frecuencia en Lonaula: la soledad por miedo, timidez o debilidad era y seguía siendo negativa; pero la soledad que nace de la plenitud y libertad propias es positiva y valiosa. Habló encantadoramente de la soledad del pastor que pasa la vida en los campos sin necesitar conversación ni echar de menos la compañía. Yo, por mi parte, creo que, a pesar de su risa destapada y sus ruidosas bromas, quedaba en él siempre un fondo sumergido de soledad intacta que nunca afloraba, y que guardó para siempre el secreto íntimo de su vida afectiva. Quizá. En todo caso, sus palabras, tal como las he trascrito, permanecen.

El colega de Tony, José Javier Aizpún, escribió en una sentida nota necrológica: "Recordaré a Tony, más que todo, como a un amigo. No he conocido a muchos que disfrutaran tanto con la amistad como él. Se sentía orgulloso de sus amigos, incluso presumía triunfalmente de ellos. Compartía

de lleno los gozos de sus amigos y, cuando nos llegábamos a él en momentos de apuro, nos ofrecía una comprensión, un apoyo y un consejo que eran característica y exclusivamente suyos. Y, sin embargo, para muchos de nosotros, sus amigos, Tony fue y permaneció un misterio. ¿Era tímido en el fondo? ¿Nos apoyábamos tanto en él como guía y consejero que no, podía sentirse libre y vulnerable ante sus amigos? El hablaba abiertamente de su vulnerabilidad, pero rara vez la mostraba. Y eso le hacía aparecer distante. Sí, era popular, era el centro de la fiesta, era descaradamente divertido, tenía una capacidad increíble, casi sobrehumana, de ponerse a disposición de los que le necesitaban. Pero, a pesar de todo eso, uno no podía menos de sentir que con frecuencia él se retiraba a un fondo privado en el que pocos entraban, si es que alguien lo hizo. ¿Se debía a su entrega incondicional a ser fiel a su propia visión? ¿Se debía a que su vida fue una búsqueda tan personal que, en último término, sólo se podía llevar a cabo en soledad? Para muchos de nosotros, Tony, además de ser amigo, era también sabio, gurú y profeta.

El sentía hondamente la necesidad de compartir su visión. Muchos alcanzaron algún destello de esa visión, y con ello cobraron nuevas fuerzas, sentido de la vida y esperanza. Pero sospecho que fueron pocos los que, de hecho, vieron lo que Tony veía, y en el fondo Tony lo sabía. Sin embargo, nunca apareció amargado o frustrado, y tampoco adoptó nunca una actitud condescendiente, como si él estuviera por encima de los demás. Lo que sí creo es que él no pudo menos de sentirse con frecuencia solo en su búsqueda. Siguió adelante porque estaba poseído por una sagrada necesidad de saber y averiguar por sí mismo. Su recompensa fue un sentido excepcional del éxtasis de la vida y, aun antes de morir, también del éxtasis de la muerte".

Hablando de relaciones mutuas y de cómo tratamos siempre a otros del mismo modo que nos tratamos a nosotros mismos, Tony, para ilustrar ese principio, descubrió un episodio de su propia biografía que no quiero pasar por alto aquí. Nos dijo: "Cuando yo era novicio, el Provincial, que era el Padre Casasayas, nos dio una charla en la que nos dijo: 'Aquí en el noviciado sois todos vosotros muy fervorosos y muy santos, pero luego, con los estudios y las distracciones y los largos años, muchos pierden el fervor inicial y descuidan la vida espiritual. Os voy a dar una señal para que, cuando os llegue ese momento del final de la carrera, después de todos esos años, sepáis si habéis conservado el fervor inicial o no. Cuando, acabados los estudios, estéis a punto de salir a trabajar y vayáis a ver al Provincial para fijar con él vuestro primer destino, si le decís entonces que queréis qué os envíe a las misiones (es decir, a un puesto de misión en los pueblos, por contraposición a los colegios y las universidades en las ciudades), eso querrá decir que habéis conservado el fervor; y si no, lo habéis perdido.' Esas fueron las palabras del Provincial, y es curioso que, aunque me olvidé de todo lo demás que dijo en su larga charla, aquello se me quedó grabado; y cuando me llegó el tiempo, al final de la carrera, estaba yo dispuesto a responder a aquel reto y pasar el examen. El Provincial era entonces el Padre Mann, y a él me fui a discutir mi primer destino de sacerdote, y le dije con orgullo y dándome importancia: 'Quiero ir a las misiones.' Ahí estaba la prueba de mi fervor. El Padre Mann, sin embargo, tenía otros planes sobre mí y me mandó a América a estudiar psicología.

Cuando volví, el Provincial era el Padre Correia Afonso, el cual me dijo, antes de que yo pudiera abrir la boca: 'Veo por los archivos del Provincial que usted había pedido ser enviado a las misiones. Necesito una persona de sus características en un puesto de misión, y he decidido enviarlo a usted allí.' Aquello me supo malísimo. Era a mí a quien me tocaba pronunciar las palabras sagradas sobre ser enviado a las misiones, no a él el mandarme por su cuenta. Me había robado mi momento de gloria. De todos modos, fui a las misiones... Y no me gustaron en absoluto. Entonces me vengué a mi manera. Lancé una campaña para que los Padres indios fueran también enviados a puestos de misión, que hasta entonces ocupaban casi exclusiva y heroicamente jesuitas españoles. Así como yo había ido a parar a un puesto de misión, en vez de los más cómodos colegios o

universidades, así quise ahora hacer que fueran a parar allí mis compañeros indios. Es decir, les estaba haciendo a los demás lo que me habían hecho a mí mismo; y que todos pagasen por mi tontería. Siempre hacemos lo mismo."

Otro destello sobre el lugar que el amor ocupaba en su vida. El año que yo pasé en De Nobili College, Poona, haciendo el curso largo de Sádhana, el 15 de agosto, fiesta de la Asunción de la Virgen y de la independencia de la India, Tony presidió la solemne Eucaristía concelebrada ante todo el alumnado y predicó una preciosa homilía que muchos de los allí presentes recordarán como yo recuerdo. La idea central fue ésta: "Si en los primeros años de mi carrera espiritual me hubiesen preguntado qué querría yo que la gente dijera en alabanza mía, yo hubiera contestado: 'Que digan que soy un santo.' Algunos años más adelante habría contestado, 'Que digan que soy un hombre de gran corazón.' Y ahora lo que quiero que digan de mí es... Que soy un hombre libre." Aquel mismo día me dijo que había preparado aquella homilía con mucho esmero, y aun la había ensayado con un compañero para asegurarse de que las ideas quedaban claras y las expresaría con efecto. Esa progresión de valores de la santidad a la libertad, pasando por el amor, puede tomarse como resumen aproximado de tres etapas claras de su vida. Faltaba aún entonces la etapa final de Lonaula, ciertamente distinta, marcada, definitiva, y queda en el aire imaginar qué nombre hubiera escogido para ella.

También dijo: "El amor es la ausencia del miedo", eco claro de san Juan: "El amor perfecto destierra el temor". Asimismo: "El amor es sensibilidad ante la realidad." Explicó esto último con el caso de una alumna de Sádhana que se sintió atraída por uno de los hombres del grupo y le pidió su amistad. Este le contestó delicadamente que ya tenía una amistad especial con otra de las mujeres del grupo, y no deseaba otra. Ella se sintió rechazada y lloró. Pero, cuando volvió al grupo, tuvo una nueva experiencia que le abrió los ojos y la vida: cayó en la cuenta, de repente, de lo bellas y atractivas que eran todas las personas del grupo, cosa que se le había escapado hasta entonces. Al concentrarse exclusivamente en una persona, se había cegado al valor de todas las demás.

Quizá lo más importante que Tony dijo sobre el amor, y que puede ser la clave para resolver las contradicciones aparentes que aquí he reflejado, fue que el verdadero amor es posible sólo cuando no existe apego alguno. Ahí va otra buena paradoja (a Tony le gustaba repetir que "la verdad está en la coincidencia de las cosas opuestas"), y esa paradoja necesita el contexto del capítulo siguiente para aclararse.

LA FLOR DE LOTO Y EL LAGO

"El mundo está lleno de sufrimiento. La raíz del sufrimiento es el apego a las cosas. El remedio está en dejar caer el apego a las cosas." No era Buda quien así hablaba, sino Tony de Mello. Conocía bien el budismo, y usaba con efecto sus conceptos válidos en sus libros y charlas. Cuando, al volver de Lonaula, me preguntó un amigo: "¿Qué os ha dado Tony en Lonaula?", le contesté bromeando: "¡Un curso de budismo!" Exageraba, desde luego, pero también había un elemento de verdad en esa precipitada sinopsis. Tony usaba con frecuencia citas y cuentos budistas para aclarar ideas o remachar argumentos. Al hacerlo así, no hacía más que cumplir con la instrucción del Vaticano II que nos manda "reconocer, aceptar y propagar los valores espirituales verdaderos de otras religiones". Lo que la mayor parte de sus oyentes no captaban eran los cambios sutiles que introducía en las citas. Las palabras que acabo de citar son un buen ejemplo. Las palabras originales de Buda suelen darse como sigue: "El mundo está lleno de sufrimiento. La raíz del sufrimiento es el deseo. El remedio está en desarraigar todo deseo." Tony cambiaba "desarraigar" por "dejar caer", y "deseo" por "apego". El primer cambio lo notarán y apreciarán enseguida los que recuerden el capítulo anterior y lo que allí quedó claro sobre la posibilidad y la naturaleza del cambio. En el terreno espiritual no se

consigue algo con "desarraigar" hábitos por la fuerza (cosa imposible y contraproducente), sino permitiendo que maduren y sazonen, y así "dejarlos caer" cuando llegue su tiempo. El segundo cambio es aún más importante. Si es que de verdad vamos a quedar libres de todo "deseo", pasaremos a ser totalmente pasivos, neutrales, inertes, inhumanos. Una persona sin deseos no es un ser humano, y querer evitar el sufrimiento suprimiendo todos los deseos es como curar los dolores de cabeza cortándose la cabeza. Remedio efectivo, qué duda cabe, pero algo demasiado radical. De hecho, yo creo que no era ésa la intención del propio Buda, y que la palabra que él empleó (trishaná = sed, ansia, deseo desordenado) ha sido mal interpretada y mal traducida. Tony la cambió sencillamente por "apego", y luego basó en esa cita su doctrina fundamental para la paz y la felicidad del alma. En castellano clásico tenemos la palabra "asimiento", que es la que mejor traduce el espíritu de esta doctrina tan importante.

El deseo como pura preferencia es perfectamente aceptable e incluso necesario para la vida humana. Sé lo que prefiero, y ejerzo mis opciones dentro de límites legales, con lo cual defino mi carácter y dirijo mi vida.

Escoger es la base misma de la personalidad humana, y el deseo que lleva a escoger lleva al ser humano a desarrollarse como tal. Lo que resulta dañoso es el deseo como "asimiento", como apego, como gancho. Ese es el mayor obstáculo a la felicidad del hombre. Ese apego quiere decir: "no puedo pasar sin eso"; o, en el caso de las relaciones humanas: "no puedo pasar sin ti". Esa actitud lleva a depender, anhelar, agarrarse, a la ansiedad por 'poseer y al temor de perder. Método infalible de perder la paz del alma sin remedio. Tony repetía sin cansarse: "La única causa del sufrimiento humano (aparte del dolor puramente físico) es el apegarse a las cosas y a las personas. Soltad las amarras y encontraréis la paz."

La felicidad no consiste en la satisfacción de deseo. Satisfacer el deseo no nos libera de él, sino que engendra un nuevo deseo de que vuelva a repetirse la experiencia placentera. El ciclo se repite; la dosis de placer necesaria aumenta cada vez, ya que todo placer terreno está sujeto a la ley del interés disminuido...; y la frustración hace su aparición. Hay que romper el ciclo, y eso se hace desprendiéndose del asimiento. Hay que aprender el arte de disfrutar de las cosas en libertad: si lo tengo, magnífico; y si no lo tengo... ¡magnífico también! La única manera de disfrutar de todo es no agarrarse a algo.

Tony se inventó una palabra: "Felicidad es bastantidad." El sentido de lo "bastante". Saber contentarse con lo que nos llega, nada rechazar y no suspirar por algo. El arte de saber encontrar satisfacción en la realidad, sea ésta de abundancia o de carencia. La actitud de Pablo, que él mismo describe a los filipenses: "Sé disfrutar de una buena comida y sé pasar hambre." Una vez más, esto es fe en la Providencia, sumisión a 'la voluntad de Dios y amistad con la creación. Tomar las cosas como vienen, imitando a los pájaros del cielo y a los lirios del campo. Aceptar lo que viene y despedir a lo que se va. Que venga lo que haya de venir, y que se vaya lo que se ha de ir. El Señor lo dio y el Señor se lo llevó. ¡Sea su santo nombre bendito!

Si el arquero tensa el arco para ganar el premio en un concurso, sus músculos se ponen rígidos, sus nervios se excitan y su mano tiembla. En cambio, si practica la arquería sólo por divertirse, el arco le parecerá ligero, y la flecha volará recta al blanco. El apego al premio estropea el juego. El apego a la vida estropea la vida.

Tony le había tomado verdadero cariño a un verso del Gita que citaba con mucha frecuencia: "Lánzate al centro de la batalla... Con tu corazón siempre junto a los pies de loto del Señor." La batalla del Bhágavad Gita no fue una batalla cualquiera. Cuando Arjun, héroe y guerrero, escudriña el campo de batalla y ve de lejos las filas del enemigo, reconoce a sus propios parientes entre sus adversarios. Sus primos, sus tíos, sus amigos se alinean en el campo contrario y empuñan las armas dispuestos a luchar hasta la muerte. ¿Cómo va a luchar contra su familia? ¿Cómo puede matar a sus hermanos? ¿Cómo meterse en esa matanza

sin sentido? Arjun se desanima, deja caer su enorme arco, terror de ejércitos, y se niega a luchar. Entonces Shri Krishna, Dios hecho auriga para conducir al hombre por las batallas de la vida, le recuerda su obligación como guerrero, la realidad imparcial de la vida y la muerte, la generosidad de actuar sin reclamar el fruto de la acción, y así lo conduce a la acción más dura con el desprendimiento más absoluto. El ardor de la batalla... Y los pies de loto del Señor.

En la India, la flor de loto es símbolo de belleza, simetría, blancura y, en especial, de la habilidad que tiene, real y mítica, de reposar sobre las aguas sin mojarse nunca ella misma. Este fenómeno de la naturaleza queda bellamente expresado en un compuesto lingüístico que adorna a todas las lenguas indias. En sánscrito, la palabra 'yal' (agua) rima con 'kamal' (loto), y la expresión 'yal-kamal' es el breve resumen y permanente recuerdo, en todo libro religioso y en todo sermón devoto, de esa actitud fundamental de desprendimiento en medio de las aguas de la vida. Expresión poética de lo que nosotros también queremos decir con nuestra sabida frase, "estar en el mundo sin ser del mundo".

La flor de loto, pues, es símbolo de desprendimiento interior; y cuando se une como adjetivo a los sagrados pies del Señor, realza poéticamente la verdad suprema del desprendimiento total que logra el alma en comunión íntima con su Dios. Paz del alma en medio de la batalla de la vida. No es extraño que a Tony le gustara tanto ese texto.

También le tenía Tony especial cariño a un proverbio japonés que nos repetía casi a diario, y siempre lo decía despacio, con una pausa en el medio y con una expresión muy comunicativa en su rostro, que parecía decir que, si entendíamos eso, ya no había más que entender. El proverbio era: "Si las entiendes, las cosas son lo que son; y si no las entiendes... (pausa)... Las cosas son lo que son." Por nada te alborotes. Las cosas son lo que son, la vida es la que es, tú eres lo que eres, el cielo y la tierra son lo que son, y lo seguirán siendo, sea cual sea tu opinión sobre el particular. Si te rebelas y protestas, tú sales perdiendo. Eso es "dar coces contra el aguijón", darte de cabezazos contra la pared, estrellarte contra la dura roca de la realidad. Mientras que, si entiendes y aceptas la realidad tal y como es, te pones a tono con la vida, entras en la corriente, cabalgas sobre la tormenta, te reconcilias con el mundo entero y, en consecuencia, contigo mismo.

Aquí la palabra clave era "entender". Cuando le preguntamos a Tony: "Estamos de acuerdo en que son nuestros asimientos los que nos impiden progresar, y queremos librarnos de ellos, pero ¿Cómo lograrlo?", nos contestó: "Entendiendo. Es el único camino. Nunca lograréis acabar con algún asimiento a fuerza de trabajo, esfuerzo, fuerza de voluntad, firmes propósitos o heroicos sacrificios. Eso no funciona. La única manera de desentenderse de un asimiento es verlo como tal, caer en la cuenta de que eso es lo que es, entender que es un asimiento. No os opongáis a él como a un enemigo personal; sencillamente, dejadlo caer como un peso muerto. Cuando caes en la cuenta de que lo que tú habías tomado por una valiosa joya era una piedra sin valor, la tiras al instante, sin más. Eso es todo. Entiende que el asimiento es asimiento. No es una maravilla, no es un placer objetivo, no es un encanto. Es, sencilla y puramente, eso: un apego que tienes a algo y que te hace verlo como una maravilla. Es un gancho, una atadura, una cadena. Abre los ojos y ve. Cae en la cuenta. Mira la realidad tal como es. Y no hay más que hacer. Eso sí, no te enfades, no te avergüences, no te impacientes. Nada consigues con enfadarte y preocuparte y darte prisa. Al contrario, mira con bondad y comprensión a tus propios apegos, sé amable con ellos, y así verás cómo su importancia disminuye y se hacen más tratables y razonables; si los atacas de frente, no harán más que crecerse y darte más guerra. Tómatelos a la ligera. Entiéndelos con cariño. Y luego los verás despegarse por su cuenta... Cuando les llegue su tiempo."

Su cuento favorito: un monje andariego se encontró, en uno de sus viajes, una piedra preciosa, y la guardó en su talega. Un día se encontró con un viajero y, al abrir su talega para compartir con él sus provisiones, el viajero vio la joya y se la

pidió. El monje se la dio sin más. El viajero le dio las gracias y marchó lleno de gozo con aquel regalo inesperado de la piedra preciosa que bastaría para darle riqueza y seguridad todo el resto de sus días. Sin embargo, pocos días después volvió en busca del monje mendicante, lo encontró, le devolvió la joya y le suplicó: "Ahora te ruego que me des algo de mucho más valor que esta joya, valiosa como es. Dame, por favor, lo que te permitió dármela a mí."

Eso no es tan fácil de dar como la joya. Por eso precisamente vale más. No es algo que se pueda dar o tomar, ni siquiera definir o expresar. Es algo que hay que aprender, aceptar, entender. Es la mirada de la fe, que ve a través del valor aparente de las cosas y descubre su nulidad intrínseca. Es Pablo cayendo en la cuenta de que todo lo que antes había valorado tanto era puro estiércol. Cuando eso sucede, el desprendimiento se sigue sin más. Tony sabía también ser perfectamente clásico y acogerse, en línea con los mejores predicadores de todos los tiempos, al hecho inevitable de la muerte y a la luz que arroja sobre la naturaleza perecedera de todas las cosas de este mundo. Le gustaba repetir: "Es mi esqueleto el que escucha", y dramatizaba el gesto con efecto: "Estoy acostado en mi ataúd, bien sellado y enterrado; han pasado meses desde mi muerte y soy sólo huesos. Alguien llama con los nudillos a la tapa del ataúd. ¡Tan, tan! 'Tony, ¿Estás ahí?' -'Sí, para servirte.' -'¿Sabes lo que andan diciendo de ti por aquí arriba en la tierra?' -'Ni lo sé ni me importa. Déjame en paz, por favor. ¡Se está tan bien y tranquilo aquí abajo! Por favor, no me molestes.' Una vez que es mi esqueleto el que escucha, el insulto y la alabanza me tienen sin cuidado, y ya nada me importa, nada. Todos los apegos se han despegado de mis alegres huesos. Si queréis adquirir la verdadera sabiduría, haceos amigos de vuestro esqueleto."

Otro de los ejemplos de Tony. El cirujano. Lo llamaba el modelo perfecto. El cirujano pone en juego toda su habilidad, su poder y su interés en la operación que está llevando a cabo, y al mismo tiempo está tranquilo, sereno, sin emoción, parcialidad o apego, que precisamente pondrían en peligro su trabajo. Cumple con tu deber, y hazlo con toda calma. Así se salvan vidas.

Ni apegarse ni rechazar. Dejar que las cosas vengan y dejar que se marchen. Dejar que corra el agua y que sople el viento. Dejar que la melodía fluya sin obstáculo. Tony era amante de la música clásica, y hablaba de ella con interés y sentimiento. "Una sinfonía clásica. La experiencia perfecta. Una sinfonía no tiene propósito, no tiene finalidad, no tiene sentido. No se trata de aferrarse a un pasaje o de apresurarse a oír otro. No hay que esperar al final de la sinfonía para disfrutar el principio, sino que a cada acorde y a cada nota se la deja llevar y se la deja marcharse para dar paso a la siguiente sin romper el ritmo. Cualquier intento de parar el concierto, cualquier "asimiento" a una nota concreta, echaría a perder toda la sinfonía. ¿Sabéis el cuento de Mulla Nasruddín? Estaba una vez tocando el violín en la plaza del pueblo, y la gente se reunió a su alrededor para oírlo tocar. Pero él no hacía más que tocar una sola nota, siempre la misma, sin variar ni parar. Por fin le hicieron parar y le preguntaron: "¿Por qué tocas todo el rato una sola nota? ¿Es que tu violín no da para más? ¿Para qué quieres las cuatro cuerdas y todos tus dedos? Mira a esos otros músicos callejeros; todos ellos le sacan cantidad de notas al violín, y tocan muchas melodías y tonadas diferentes, lo cual es mucho más divertido." Nasruddín contestó: "¡Pobres desgraciados! Todavía andan todos ellos buscando la nota perfecta...; ¡yo ya la encontré!" ¿Disfrutaríais con ese concierto? No es extraño que la gente no disfrute de la vida.

Esta insistencia en el desprendimiento puede aclarar algo el concepto que Tony tenía del amor, como he anunciado a su tiempo. Según él, y una vez más en plena paradoja, como era su estilo, nadie puede amar a otra persona mientras sienta apego por ella. Llegó a definir al amor como el desprenderse de todo apego a la persona. Sólo cuando dejo de necesitarte, de poseerte, de acapararte... Puedo comenzar a amarte. Mientras estaba aferrado a ti, no hacía más que manifestar en mí y fomentar en ti la mutua dependencia, exigencia, indigencia. Eso es lo opuesto al amor. El amor se basa en la libertad, y la libertad se

pierde en el apego mutuo. Tony, con una naturalidad característica en él que nunca hería a los oyentes, aun cuando hablase de cosas personales suyas, explicó la situación con su propio ejemplo, contando su propia experiencia con su mejor amistad femenina, que estaba presente en el grupo, y de quien dijo mirándola a ella y refiriéndose a ella: "Antes, cuando nos veíamos, yo me preocupaba de que cada reunión fuera un éxito ininterrumpido, y al despedimos sentía la necesidad de dejar fijado bien claro cuándo y dónde nos volveríamos a ver. Ahora la cosa ha cambiado. Disfruto de su compañía plenamente cuando nos vemos; pero, al separamos, ni ella ni yo decimos una palabra sobre cuándo nos volveremos a ver. Contentos si nos vemos, y contentos si nos dejamos de ver. No dejamos de vernos y estar juntos cuando las circunstancias nos llevan a ello, pero sin la obligación y la compulsión de antes. Cuanto menos apego, más 'amor." También contó otra experiencia parecida y emocionante sobre la muerte de su padre. Tony se había preocupado mucho de él y de que pasara los últimos años de su vida de la mejor manera posible. Cuando al fin falleció, Tony aceptó su partida con una serenidad absoluta, que a algunos incluso les pareció frialdad: no permitió luto de alguna clase, y declaró definitiva y cariñosamente cerrado un capítulo de su vida, importante como pasado, pero inexistente ya como realidad. Sin cicatrices en la memoria.

"¿Es posible desprenderse de todos los asimientos?", le preguntó alguien durante el curso. "No lo sé", contestó Tony, "pero cuantos más se desprendan, mejor."

EL CEREBRO PROGRAMADO

"Todos llevamos dentro de la cabeza un modelo de la realidad que nos ha sido inoculado por la tradición, la formación, la costumbre y los prejuicios. Cuando los sucesos de la vida y la conducta de las personas a nuestro alrededor se conforman a ese modelo, permanecemos tranquilos y nos parece que todo marcha bien; pero cuando no se conforman al modelo, nos alborotamos por dentro. Así, lo que en realidad nos trastorna no son esas personas o esos sucesos, sino el modelo que llevamos dentro. El tal modelo, para colmo, es accidental y arbitrario. Cae en la cuenta de eso, y nada volverá trastornarte."

Con eso Tony había dicho algo importante que volvería a remachar día a día, hasta convertirlo en uno de los temas básicos de todo el cursillo. Mi trastorno personal no viene de la realidad objetiva fuera de mí, sino del precondicionamiento dentro de mí. Quita el condicionamiento, y el trastorno desaparece. Mi manera de ver y de pensar, mis juicios y mis principios, aun mis gustos y mis preferencias, son el resultado del largo proceso de vivir en el complejo familia-colegio-iglesia-sociedad que ha moldeado mi mente y ha decretado cómo debo reaccionar "espontáneamente" (¡con espontaneidad hereditaria!) ante hechos y situaciones. Eso puede ser muy necesario y muy útil, pero también puede imponer a veces modos de ver que no son necesarios y que yo sigo arrastrando en la vida y dejándome gobernar por ellos, siendo feliz cuando ellos me dictan que lo sea, y desgraciado cuando, según ellos, debo sentirme desgraciado. Esa sensación viene de dentro, no de fuera; y, por tanto, está en mi mano corregirla si así lo creo ahora conveniente para bien mío y de los demás. Reconocer que mis trastornos vienen de mí mismo es el primer paso para remediarlos.

Tony se puso a probar su tesis: "Hay algo que te trastorna a ti y, sin embargo, no trastorna a otra persona. Eso quiere decir que la causa del trastorno no está en la realidad objetiva, sino en tu manera de percibirla. Si la causa estuviera fuera de ti, habría afectado a la otra persona también; pero el hecho de que al otro nada le ha hecho, prueba que la causa estaba dentro de ti. El modelo que llevas dentro de tu cabeza es distinto del que el otro lleva en la suya, y así fue como el mismo incidente a ti te afectó y a él no. En la India, un hombre casado se molestaría seriamente si invitara a un huésped a su casa y el huésped se acostase con la mujer del amigo que lo había invitado. En cambio, a lo que parece, un esquimal no se alteraría si su huésped se portara de esa manera; y, de hecho, podría incluso invitarlo a que lo hiciera. Son dos hombres casados que tienen modelos distintos de lo que constituye una conducta aceptable y, por consiguiente, reaccionan

de manera distinta ante el mismo hecho. El hecho externo es el mismo, pero la manera de percibirlo en la mente es distinta. Y es la manera de percibirlo lo que causa la reacción correspondiente. Cambia la percepción y cambiarás la reacción. Este ejemplo va sólo a probar que no hay que echarle la culpa de nuestras molestias interiores a causas externas. Toda molestia viene de dentro, del cerebro condicionado y programado."

Un diamante es algo valiosísimo para nosotros... Y sin valor alguno para algunas tribus africanas. Nos da asco la suciedad, mientras que los niños disfrutan jugando con ella. Todo depende de la imagen que se ha creado en el cerebro. El modelo, el condicionamiento, la programación... La gran conclusión de todo esto es que ningún sufrimiento (aparte, como siempre, del dolor físico) viene de causas objetivas, sino de mi "programación" interna. Mi cerebro ha sido programado de manera que ciertas cosas le parezcan agradables y otras desagradables, y él sigue ciegamente el programa cibernético. Se alegra cuando tiene que alegrarse, cuando la cinta del ordenador le dice que se alegre, y se apena cuando le dice que tiene que apenarse. Obedece al programa como el robot más fiel. Por eso, cuando me encuentro irritado por una situación, molesto ante una persona, disgustado conmigo mismo... No tengo más que cambiar el programa del ordenador, y la molestia cesará.

Tony llegó a esta conclusión en dos etapas, por así decido: la primera en "Sádhana I ", y la segunda en "Sádhana II"; y las voy a explicar por separado. Ya en los tiempos de "Sádhana I ", Tony insistía con claridad y vehemencia: "Nadie te trastorna; te trastornas tú mismo." En eso no perdonaba. La gente se le quejaba: "fulano me está molestando, me está fastidiando, me está sacando de quicio", y él nunca jamás admitía tales quejas. "¿Desde cuándo le has dado tú permiso para que te moleste, te fastidie, te saque de quicio? ¿Con que le has dado poder sobre tu vida, eh? Le, has entregado la llave de tu libertad, y ahora te diviertes cuando él te divierte, y te fastidias cuando él te fastidia, ¿No es eso? Pues ¡valiente persona estás tú hecha! "Tony atacaba sin piedad a quien así se quejara. Echarle a otros la culpa del propio malestar de uno era un escape, un mecanismo de defensa psicológico, un tratar de quitarme la responsabilidad de los hombros y echársela encima a los demás, un hacerme la víctima inocente e indefensa que nada puede hacer más que sufrir pacientemente lo que otros despiadadamente le echan encima. Esa cobarde actitud quedaba denunciada, desenmascarada y rechazada enérgicamente.

Ejemplos de siempre: "Me ha insultado, me ha engañado, no me ha hecho caso, no me ha correspondido." Y respuesta de siempre: si has de tomar medidas para contrarrestar el daño que te ha hecho o puede hacerte, tómalas y arregla el asunto de hombre a hombre; pero lo que no vale es quedarte tú sentado sin hacer algo más que quejarte a los cuatro vientos de la injusticia de que eres objeto, y pretender que te tengamos lástima y te demos la razón. De ninguna manera. Si quieres sufrir, sufre, pero asume la responsabilidad de tu sufrimiento y reconoce que viene de ti mismo, de tu enfado contigo mismo por tu impotencia y tu cobardía, del rechazarte tú a ti mismo por tu derrota sin lucha, por tu frustración. Tú eres quien te estás haciendo sufrir a ti mismo, y nadie más.

Tony disfrutaba representando en monólogo la siguiente escena. Está de pie en una cola de gente esperando impacientemente su turno, cuando otro que llega más tarde viene por detrás, se cuela y se pone delante de él. Tony entonces se pone a lloriquear, coge un objeto blando (como una revista arrollada, para no hacerse daño) y comienza a pegarse con él en la cabeza mientras sigue gimiendo y lamentándose: "Mirad a ese hombre... Me está pegando... Me está haciendo daño... Me ha hecho una injusticia... Se ha colado delante de mí... Y no tiene derecho a hacerla...; ¡pobre de mí, cuánto tengo que sufrir! "Lección: si alguien se cuela y se pone injustamente delante de ti, házselo saber con buenos modales e invítale a que se ponga en el sitio que le corresponde; si atiende a razones y se vuelve a la cola, has ganado; y si se pone violento, tú razonas sencillamente que es preferible aguardar un turno más en la cola que exponerse a sufrir

un daño físico, y con esa consideración te quedas tranquilamente donde estás, y nada ha pasado.

Has hecho lo que estaba en tu mano, y aceptas lo que no lo está, Pero nada de lloriqueos y gemidos. Nunca te refugies en la fácil cantinela "mira cómo me está fastidiando", y te hagas sufrir a ti mismo bajo la excusa de que es otro quien te hace sufrir. Estratagema muy corriente y que causa mucho daño a casi todo el mundo.

Eso siempre lo había dicho y subrayado Tony. Pero ahora, en "Sádhana II", dio un paso más hacia adelante. En "Sádhana I" había dicho: "No es el otro quien te trastorna, eres tú mismo." Ahora, en "Sádhana II", afinaba algo más todavía: "No eres tú quien te trastornas a ti mismo, sino tu cerebro programado." Es decir, que no soy yo mismo conscientemente quien estoy buscando excusas y echándole la culpa a los demás de lo que yo sufro, sino que es el modelo que llevo en la mente, heredado y modelado y encajado por historia y tradición, el que me hace pensar así. Me han enseñado que si no consigo éxito, debo dolerme; que si no me aman, debo desesperarme; que si se muere un amigo mío, debo quedar hecho polvo; y yo me duelo y me desespero y me quedo hecho polvo debidamente, e inclino mi sufrida cabeza bajo la carga de penas sucesivas, como he aprendido a hacer y estoy convencido que es mi deber hacer.

No hay tal deber. Sólo hay una estructura prefabricada, sólidamente encajada en mi cerebro, que me fuerza a dolerme y desesperarme y quedar hecho polvo en ciertas ocasiones, así como a regocijarme y entusiasmarme en otras de manera totalmente arbitraria. Esa estructura es la que determina mi felicidad o mi desesperación. Soy esclavo de mi condicionamiento mental.

Tony: "Me han hecho creer que no puedo ser feliz sin dinero. Eso es una ilusión. Líbrate de la ilusión y podrás ser feliz sin dinero, como hay gente que de hecho lo es. Un ejemplo de mi propia vida. Yo ahora creo firmemente que no podría ser feliz sin libertad. Sin embargo, cuando yo estaba en el noviciado, apenas tenía libertad de ninguna clase y, a pesar de ello, era muy feliz. Sólo comencé a sentirme menos feliz cuando me dijeron que no podía ser feliz sin libertad, y entonces llegué a sentirme avergonzado por haber pasado un período de mi vida sin libertad. El caso es bien claro: lo que me hacía sentirme feliz o no, no era la libertad o la falta de ella, sino lo que yo llegué a creerme sobre ello. No fue la falta de libertad lo que me hizo sentirme desgraciado, sino el llegar a convencerme de que, si no tenía libertad, tenía que ser desgraciado. Otra vez es la cabeza la que lo hace todo, no la realidad en sí.

Y así en todo. Necesitamos compañía porque nos han hecho creer que la necesitamos; de hecho, podemos ser perfectamente felices sin ella. Me siento culpable si no llevo una vida seria y regular de oración, porque eso es lo que me han inculcado desde mi más tierna formación religiosa; y, sin embargo, Dios está muy por encima de mis prácticas de oración, y puedo tener una relación muy satisfactoria con él aunque mi vida de oración no sea un modelo. ¡Cuánto sentido de culpabilidad, resentimiento, odio a sí mismo, sufrimiento y frustración vienen de la imagen que ha sido esculpida en mi mente y del decreto tiránico que me fuerza a ajustarme a esa imagen! Si consigo librarme de esa imagen y de ese decreto, habré dado un paso de gigante hacia la verdadera felicidad, satisfacción y paz del alma, que es lo que en definitiva busco y deseo.".

La contraseña ahora, entre nosotros, era: "Deja caer las falsas ilusiones." Ilusión es que, para ser feliz, necesitas a esa persona, ese objeto, ese suceso, esa circunstancia, esa reacción, ese éxito, esa satisfacción, esa seguridad... Todo eso no son sino falsas ilusiones creadas en tu mente por el adoctrinamiento y la costumbre: el lavado de cerebro al que nos han sometido desde la infancia (con la mejor intención, sin duda, y para nuestro bien), pero que es el que ha causado nuestra ruina. Nos ha forzado a pensar de una manera, a disfrutar con ciertas cosas y sufrir con otras, y a no podernos pasar sin otras. Todo eso es pura ilusión. Podemos muy bien pasarnos sin todo eso y ser tan felices. Si logras liberarte

de la convicción de que todas esas cosas te son necesarias, tú mismo te quedarás sorprendido de ver lo fácil que es vivir sin ellas.

Estas "ilusiones" del cerebro no son más que otra manera de nombrar los "asimientos" de que hemos tratado hasta ahora. Ambos términos se refieren a aquello de que me han hecho creer que no puedo prescindir. Ambos son puro producto arbitrario de la mente. Y ambos pueden hacerse desaparecer con sólo caer íntimamente en la cuenta de lo que son: ilusiones, sueños, fantasías... Abre los ojos, míralo y entiéndelo. En cuanto ves que una ilusión es una ilusión, deja de serlo. Ese es el camino, y no hay otro. La lógica, la argumentación, los silogismos, la fuerza bruta, no sirven de algo aquí. Sigue escudriñando las maquinaciones de tu mente, y cae en la cuenta de que todo tu sufrimiento viene de la programación de tu cerebro. Desprenderse de la ilusión es caer en la cuenta de que lo es. La cinta magnética de tu ordenador personal se ha cambiado. La ficha perforada es nueva. Un sufrimiento menos en tu vida. Sigue cambiando las cintas. Sigue limpiando tu cerebro de toda la suciedad y oxidación que ha adquirido a lo largo de tantos años que lleva ya funcionando, y verás cómo la salud y la felicidad vuelven a tu vida.

Un dicho japonés: "No es el ruido el que te molesta a ti; tú le molestas al ruido." Quiere decir: estoy fastidiado, porque alguien está armando un verdadero estrépito cerca de donde yo estoy, y no puedo concentrarme en mi trabajo, no puedo estudiar, no puedo escribir, no puedo dormir. El ruido me molesta. Me impacienta y me pongo furioso, maldigo al ruido y a todos los que lo hacen, pero no puedo evitar que lo hagan, ya que son trabajadores que están reparando unas tuberías, lo cual tienen pleno derecho y obligación de hacer, aunque, por desgracia, eso les lleve a hacer un ruido insoportable. Esa consideración no aplaca mis nervios, y cada vez me pongo más furioso con ellos y conmigo mismo. Sí, conmigo mismo, porque sé muy bien que hay otras personas que viven y trabajan aquí mismo, donde yo lo hago, y a las que para nada les molesta el ruido. Pueden trabajar o dormir en medio de un terremoto. Y en cambio, a mí me basta el vuelo de un mosquito para sacarme de quicio. ¿Por qué ha de ser así? ¿Por qué estoy yo hecho de esa manera? ¿Por qué los otros se quedan tan tranquilos? ¿Cuándo diablos va a parar ese ruido? ¿Va a explotarme la cabeza, o me voy a marchar de aquí antes de reventar? Estoy hecho una lástima, y lo sé muy bien.

Muchas veces he padecido esa situación. Y ahora vamos a analizada un poco. Para empezar, no es el ruido en sí lo que me molesta, porque hay otras personas en esta misma casa que están oyendo el mismísimo ruido y se quedan tan tranquilas. Está bien claro que lo que me molesta a mí no es el taladro eléctrico, sino mis nervios de punta. Otro paso: ¿Qué quiero decir cuando hablo de "mis nervios de punta"? Ni más ni menos que la convicción, grabada en las células de mi cerebro desde mi más tierna infancia, de que yo soy una persona muy sensible, que necesito paz y tranquilidad para trabajar, que no puedo aguantar el ruido, que en una sociedad civilizada no debería haber ruidos, que la carta de los derechos humanos de las Naciones Unidas me da derecho a una existencia libre de ruidos y de decibelios y de taladros eléctricos en las cercanías de mis delicados oídos. Y todo eso, bien visto, no es más que una solemne estupidez. No es que yo esté constituido intrínsecamente de manera que no pueda tolerar el ruido, sino sencillamente que las circunstancias y ambientes que he vivido me han acostumbrado a rechazar el ruido, así como a otros les han acostumbrado a tolerado, y aun a otros a no poder vivir sin él, que también se dan casos... De modo que tampoco son mis nervios como tales los que no pueden tolerar el ruido. De acuerdo. Pero ahora viene la última y desesperada defensa de mi pobre y acorralada sensibilidad contra la ofensiva del ruido: "Sí, lo admito, me he acostumbrado mal, y eso es lo que me hace ahora que me parezca el ruido insoportable; yo mismo quisiera que no fuera así, y poder yo aguantar el ruido como todo el mundo, pero ¿Qué le voy a hacer?, el mal ya está hecho y no tiene remedio. Mis nervios se han puesto así, de punta, como decía, y es ya demasiado tarde para intentar cambiados. Lo único que me

queda ya es sufrir sin esperanza de alivio, ponerme algodones en los oídos, quedarme sin dormir, padecer la molestia perpetua de mi debilidad ante el más mínimo ruido y aceptar con resignación mi destino, por desagradable que sea. No queda otro remedio." Ese es mi último refugio, y he de destruirlo inmediatamente, sin dejar piedra sobre piedra, si es que quiero avanzar en la vida y que crezca mi espíritu. Es verdad que he estado sometido a un condicionamiento que me ha llevado a este triste estado; pero, una vez que lo sé y lo admito, todo lo que he de hacer para remediar la situación es cambiar el condicionamiento. Cambiar la cinta del magnetofón, la ficha perforada del ordenador. O, mejor todavía (aunque a esto no llegue la comparación), dejarme la cabeza libre de cintas y fichas, limpiarme la mente de todos los condicionamientos a que ha sido sometida. Nunca es demasiado tarde para caer en la cuenta, desprenderme de la visión artificial que se me había impuesto y volver a la sana naturaleza, a la realidad virgen tal y como es. Entonces caeré en la cuenta de que, lejos de ser el ruido el que me molesta a mí, "yo soy quien le molesto a él." Ese ruido, sea que venga del martilleo inevitable de trabajadores honrados o del tubo de escape de una motocicleta irresponsable sin silenciador, es parte de la realidad que me circunda y que no está bajo mi control. Esa realidad está ahí, para bien o para mal, y si yo la rechazo, porque no encaja con mis deseos y necesidades, soy yo quien mentalmente estoy atacando a esa realidad y al ruido que conlleva. Resistirse a la realidad es, una vez más, "dar coces contra el aguijón", y el único que sale perdiendo soy yo mismo. Si aprendo a cambiar mi perspectiva, a reconciliarme con los hechos que no puedo cambiar, a aceptar el ruido, llegaré a poder concentrarme en mi trabajo y a conciliar el sueño. Sabiduría oriental, una vez más.

"Vuelvo a repetir", insistía Tony sin cansarse: "todo sufrimiento viene del cerebro programado. No echéis a alguien la culpa de él ni os echéis la culpa a vosotros mismos. Es sólo la maquinaria que lleváis dentro la que está mal ajustada, y hay que volver a ajustarla suavemente. Observadla sin cesar. Desenmascarad vuestras falsas ilusiones. Poned todo en tela de juicio. Haced vuestro trabajo. Nadie lo hará por vosotros, y nadie quiere hacerla por sí mismo. Por eso la humanidad continúa sufriendo. Es trabajo duro que requiere introspección, reflexión, honestidad, tiempo y valor. Y, más que todo, perseverancia. No es trabajo de un día. Las falsas ilusiones han de caer una a una, y tenemos la bodega tan llena de ellas que llevará tiempo el llegar a deshacerse de todas. Cuantas más y cuanto antes las despachéis, mejor. ¡Manos a la obra!"

Una cosa he de decir de Tony, y éste es el lugar de decirla: Tony "se trabajaba" mucho a sí mismo. No me refiero precisamente al cuidado que ponía en preparar sus charlas, coleccionar cuentos, escribir libros (soy escritor yo mismo, y sé muy bien lo duro que es el escribir), sino a lo que trabajaba en mejorarse a sí mismo, en experimentar él primero en su persona lo que luego había de recomendar a los demás, su autoexamen constante, su práctica de métodos de oración y de ejercicios psicológicos, su interés en recoger opiniones, en experimentar nuevos enfoques, siempre pensando, verificando, explorando. Lo veía yo a veces sentado horas enteras, solo, en la terraza del edificio nuevo de Lonaula, y sabía muy bien que no estaba soñando despierto. Dedicaba esos ratos de solicitud a planear, reflexionar, meditar. Un día nos dijo: "Ayer expresé como opinión mía que toda pena de familia era autocompasión. Luego, uno de vosotros me vino a decir que quizá no fuera así siempre. Anoche estuve un largo rato pensando sobre ello, y creo que tiene razón. Puede haber casos en lo que no sea así. Corrijo lo que dije."

A lo largo de los muchos años que conocí y traté a Tony, recogí ciertos indicios de lo que hacía él cuando le llegaban crisis personales, como nos llegan a todos nosotros. Aquí están. "Cuando me encuentro perdido y no sé lo que hacer, dejo la mente en blanco y rezo a la Virgen." -"El otro día me sentí como un niño asustado y comencé a vagar solo y sin rumbo por los jardines. Lo que me salvó entonces de ese estado fue la 'oración de Jesús', la repetición rítmica de su nombre a tono con la respiración consciente." - "Cuando me encuentro deprimido, me voy a pasear solo varias horas, sin decírselo a

alguien." -"La mejor manera que he encontrado para salir de mis crisis es ayudar a otros a que salgan de las suyas." En uno de sus libros ha contado la historia del gurú que consiguió la iluminación suprema, y sus discípulos le preguntaron que cómo había cambiado eso su vida. El gurú respondió: "Antes de la iluminación solía tener depresiones; ahora, después de la iluminación... También las tengo." Tony, sabía que todos habíamos leído sus libros y conocíamos todas sus historias; y, sin embargo, nos repitió ese cuento dos veces en Lonaula. Yo no pude evitar la impresión de que tenía algo que ver con él mismo.

SUFRIR PARA DEJAR DE SUFRIR

"Nadie quiere curarse." Tony repetía una y otra vez la acusación tajante, pese a las protestas de todos los presentes: "Venimos aquí dejando otras ocupaciones; nos pasamos nueve meses enteros; volvemos, año tras año, para renovaciones sucesivas; no ahorramos sudores; entramos de lleno en todo el trabajo, entrenamiento, ejercicios, proyectos en que tienes a bien meternos... ¡Y todavía dices que nadie quiere curarse!" Tony defendía su posición: "Preguntadle a cualquier psicólogo, cualquier psicoterapeuta, cualquier director o consejero de los problemas de la mente, y confirmará lo que yo digo. Es un hecho bien conocido en su profesión que los clientes que a ellos acuden no lo hacen para ser curados. Sólo quieren aliviar los síntomas, demostrar que han hecho un esfuerzo al ir a consultar a un especialista, aprender algún truco para usarlo ellos mismos después con otros o, con mucha frecuencia, dejar sentado que ya no tienen remedio y no hay alguien que pueda curarlos. La excepción es la persona que realmente quiere curarse a toda costa, quiere la liberación total, el desprendimiento total, la libertad total de todo condicionamiento, y está dispuesta a pasar por todo y pagar el precio necesario para llegar a ese estado. También de esta situación es verdad que 'muchos son los llamados y pocos los escogidos'. ¡Esforzaos en entrar por la puerta estrecha!"

Tony no hacía más que expresar en términos modernos una consideración fundamental de san Ignacio, que en un texto clásico había dividido a la humanidad religiosa en tres clases, representadas por tres parejas de hombres de negocios que habían adquirido una buena suma de dinero "no pura o debidamente por amor de Dios" (¡a Ignacio tampoco le faltaba ironía!), y querían acallar su conciencia y "hallar en paz a Dios nuestro Señor". La primera pareja dice que desde luego que quieren arreglado todo, y decididamente lo harán... A la hora de la muerte. Otra ironía ignaciana, aunque no sin su toque de realismo. Aplazar la solución. Sí, claro que queremos, pero no en este momento, no nos viene bien ahora, ya veremos mañana, más adelante, no es fijo cuándo, pero sin falta lo haremos. Es decir, sí..., pero no. El paciente quiere curarse, pero no está dispuesto a la operación. Es decir, que no quiere curarse. La segunda pareja va un poco más lejos, al menos en apariencia. Están decididos a acabar, no con el dinero, sino con el apego que le tienen, de modo que se quedan con el capital, pero prometen usarlo sabia y prudentemente. Ninguno de éstos "hallará en paz a Dios nuestro Señor". Nadie quiere curarse. Sólo la tercera pareja está dispuesta a todo, incluso a dejar todo el dinero ahora mismo, con tal de satisfacer a sus conciencias y enderezar su relación con Dios. Estos son los menos. Pocos son los que de veras quieren curarse, y eso era todo lo que Tony estaba diciendo a su manera.

Había hablado de apegos, de falsas ilusiones, de condicionamientos previos; y ahora repetía que nadie en realidad quiere deshacerse de ellos. Estamos apegados a nuestros apegos, ilusionados por nuestras ilusiones y condicionados por nuestros condicionamientos. No es fácil salir de ese círculo encantado. Cuesta mucho dejar actitudes, costumbres, puntos de vista que casi formaban parte de nuestra naturaleza y que tememos nos van a doler al desprenderse. Aun cuando nos entregamos oficialmente a la tarea de acabar con todas esas dobleces, como cuando nos apuntamos a un curso de Sádhana, nos resistimos por dentro, sin acabar de entregamos a la libertad completa. Contemporizamos, disimulamos, hacemos las cosas a medias, nos damos por satisfechos con resultados parciales, cuando la única manera de

conseguir la verdadera libertad del corazón es entregarse a ello sin reservas de alguna clase y sin pararse en algo. Tony no dejaba pasar alguna oportunidad de urgirnos a la generosidad total en nuestra aventura del espíritu. Sabía muy bien que una persona íntimamente liberada es la mayor bendición para la sociedad, esté donde esté y haga lo que haga; y por ello se esforzaba con toda su alma en formar personas así, es decir, nos animaba a que nos formásemos a nosotros mismos como personas profundamente espirituales y psicológicamente sanas. Ese era su empeño.

Para ello trazó claramente las líneas de ataque. Sin atajos, sin trucos fáciles o fórmulas prefabricadas, definió con trazos firmes el camino hacia la salud de la mente y la profundidad del espíritu. Incluso le dio un nombre: "sufrir para acabar de sufrir." Es decir, usar el mismo sufrimiento para combatirlo y reducido en cuanto sea posible. La idea es paradójica una vez más, pero en sí misma es bien sencilla. El placer nos gusta y nos hace pasarlo bien, pero el placer nada nos enseña. El sufrimiento sí. El sufrimiento siempre trae una lección consigo, y si sabemos ir aprovechándonos de esas lecciones según las vamos recibiendo en la vida, estamos en camino de madurez y desarrollo. Los obstáculos de ese desarrollo, lo tenemos ya bien dicho, son nuestros apegos, falsas ilusiones y condicionamientos adquiridos. Lo que ahora hace el sufrimiento es descubrirnos esos obstáculos ocultos a nosotros mismos.

Cuando encuentro que algo súbitamente me molesta, quiere decir que algún apego, ilusión o condicionamiento ha sido tocado, y por eso duele. Eso me da la oportunidad de descubrir ese obstáculo, sacarlo a la superficie y desentenderme de él. El sufrimiento moral actúa como el dolor físico. Cuando un diente me duele, me avisa de que se está formando una caries y tengo que ir al dentista. Si las caries no dolieran, pronto nos quedaríamos sin dentadura. Cuando algo duele, en el cuerpo o en el alma, nos avisa de la presencia allí de un agente maligno. El dolor lleva a la salud.

"La tragedia de nuestras vidas (son palabras de Tony) no es lo que sufrimos, sino lo que nos perdemos al sufrir. Nos perdemos la oportunidad de avanzar en la vida por el sufrimiento mismo. Avanzamos más cuando nos rechazan que cuando nos aceptan, porque el ser aceptados nos hace creer que todo va bien, mientras que el ser rechazados nos hace caer en la cuenta de que aún hay cosas en nosotros que hay que corregir.

Mi único gurú es la persona que me fastidia, porque es quien me revela a mí mis propias flaquezas. Alégrate, pues, cuando sientes que se levanta en ti un sentimiento doloroso, porque, si le sigues la pista, te llevará más cerca de la liberación. Todo progreso espiritual tiene lugar a través del sufrimiento, con sólo que aprendamos a usar el sufrimiento para acabar con el sufrimiento. No os distraigáis cuando sufrís, no os pongáis a racionalizar el sufrimiento, a justificarlo, y menos intentéis olvidarlo o pasarlo por alto. La única manera de tratar con el sufrimiento es hacerle frente, mirarle fijamente a la cara, observarlo, entenderlo. ¿Qué falsa ilusión mía estaba escondida detrás de ese sufrimiento? ¿Qué asimiento de los de mi colección se ha visto amenazado al aparecer este sufrimiento en el horizonte? ¿Cuál de mis condicionamientos ha sido violado? Ahí está mi oportunidad dorada de conocerme a mí mismo, de corregir mis debilidades, de mejorar mi vida. Y en vez de hacer eso y aprovecharnos de la ocasión bendita, hacemos todo lo contrario; empezamos a echarles la culpa de nuestros sufrimientos a todo el mundo, nos quejamos de nuestros rivales, de la sociedad, del gobierno, de Dios mismo; nos acogemos al fácil recurso de la autocompasión, la amargura o la depresión, o tratamos de ahogar nuestra desesperación en el trabajo o en el cinismo. El escape nos daña doblemente, en vez de curamos. Si aprendemos a sacar provecho de nuestros sufrimientos, avanzaremos a grandes pasos en la vida espiritual."

Otro enfoque de la misma cuestión: cada vez que sufro me estoy oponiendo a la realidad. Sufrir es sencillamente resistirse a la realidad. Mis asimientos, falsas ilusiones y condicionamientos me habían oscurecido la realidad de tal modo que yo había perdido contacto con ella, y ahora, cuando se me presenta tal como es y como yo me había olvidado que era, me sorprende, me

sacude, me duele. Para volver a recobrar la realidad, lo que he de preguntar cuando llega el sufrimiento es: ¿Qué es a lo que me estoy resistiendo? No he de preguntar cuando sufro: ¿Qué es lo que no marcha ahí fuera?, sino ¿Qué es lo que no marcha aquí dentro? Cada vez que sufro, que me agito, que me apuro, hay algo que no marcha en mí. Y ésa es la ocasión de descubrirlo. No estaba yo preparado para lo que ha venido, no estaba a tono con la realidad, no estaba en contacto con la vida. El sufrimiento me ha sacudido. Me he resistido a algo. Averigua a qué te has resistido y por qué. Eso dará luz y abrirá el camino del avance espiritual.

Tony me dedicó tiempo en el grupo: "Vamos a ver, Carlos, tú tienes problemas con el sueño. No duermes bien. Le echas la culpa a tus nervios, al trabajo que llevas, a los ruidos y al calor. En vez de todo eso, piensa ahora un momento: ¿A qué te resistes?; ¿A qué aspecto de la realidad te estás oponiendo? Lo puedo decir yo mismo, porque te conozco bien: te resistes a no llevar tú el control de ti mismo. A ti te han enseñado a gobernar tu propia vida, a imponer una disciplina estricta a tu cuerpo y a tu mente, a mandar en ti mismo. Y en este asunto importante de tu sueño diario no lo puedes hacer. Ahí no mandas tú. Quieres dormir y no puedes. No funciona tu gobierno. Y eso te resulta intolerable. Te duele haber perdido el control, y te resistes con toda tu alma. El resultado es una noche en blanco. También te opones con toda tu alma al hecho de que, mientras estás tumbado en la cama sin dormir, estás "perdiendo el tiempo". Eso, para ti, es una abominación, y no toleras que te suceda a ti. Tú eres un trabajador empedernido, y la mera idea de estar tumbado sin hacer algo te repugna. Entonces tratas de convertir el "tiempo perdido" en "tiempo útil" poniéndote a rezar en la cama o a planear tus trabajos mientras sigues desvelado. Rezar y planear está muy bien; pero, como tú lo haces para luchar contra la pérdida de tiempo y protestar contra ella, no haces más que empeorar la situación. Para colmo, empiezas a compararte con compañeros tuyos a los que conoces y que se duermen profundamente en cuanto les llega la cabeza a la almohada, sientes envidia rabiosa y te rebelas contra la injusticia palpable.

¿Por qué han de dormir ellos bien y tú no? Encima, te entra miedo de que la falta de sueño te puede estropear la salud y disminuir tu capacidad de trabajo, sin la cual no sabrías qué hacer, y te da vergüenza pensar que mañana te pasarás todo el día bostezando, por falta de sueño, delante de todo el mundo, y eso te va a hacer sentirte muy violento. Todo un catálogo de calamidades. No es extraño que, para evitar todo ese sufrimiento, te acojas al tranquilizante y al somnífero. Ese gesto desesperado es la expresión final de tu rechazo de la situación, y no hace más que aumentar el problema. El somnífero te puede hacer descansar una noche, pero al mismo tiempo ejerce otro efecto sobre tu mente mucho más importante y destructivo. La aparentemente inocente pastilla refuerza tu condicionamiento y repugnancia interior contra la situación de insomnio, y cierra la posibilidad de que tú llegues a aceptarla. Has aumentado el problema por ponerte a luchar contra él de frente. Has aumentado la ansiedad: ¿Volveré a necesitar pastilla mañana por la noche?; ¿Me creará costumbre?; ¿Servidumbre?; ¿Cuánto va a durar esto?; ¿Adónde me va a llevar? El problema se ha complicado enormemente, y toda la complicación viene de tu adverso condicionamiento interno. Tu cerebro programado te prohíbe pensar que puedas ser feliz mientras sufres de insomnio, y te obliga a suprimirlo. Tú, obediente, te opones al insomnio y, al hacerlo así, lo aumentas. Prueba ahora el sistema contrario. No te resistas al insomnio. No te escapes de las molestias que te acarrea. Fíate de tu cuerpo, que sabe perfectamente bien cuánto sueño necesita y cuándo, si es que tú le dejas actuar según su propia sabiduría. Te advierto que esto es bien difícil de hacer. El somnífero es mucho más fácil. Pero no es remedio. En cambio, éste lo es. Siente tu propia resistencia al insomnio. Obsérvala. Acéptala. Deja que tus noches sean lo que sean, y que tus días sean lo que sean. Y ni siquiera tengas avidez por resolver el problema. Puedes ser feliz aunque no duermas bien. ¿Alguna otra pregunta?"

Esto puede dar una idea de lo que Tony quería decir con la frase "usar el sufrimiento para acabar con el sufrimiento". Es decir,

dar la bienvenida al sufrimiento, porque nos revela nuestras debilidades, saca a la superficie nuestras necesidades internas, nos urge a ponerles remedio y nos ofrece el medio de hacerlo: ver la realidad tal como es, aceptarla y quererla. Esa valiente actitud extirpa la raíz misma del sufrimiento, en vez de contentarse con aliviar los síntomas. Otra expresión era: "entender el sufrimiento es acabar con él." Ver, conocer, saber. Caer en la cuenta. La mirada de la fe sobre la realidad de la vida.

De nuevo Tony: "Experiencias felices traen alegría a la vida; experiencias penosas le dan profundidad y solidez. Tampoco quiere esto decir que haya que buscar el sufrimiento o provocar el dolor; ya trae la vida bastantes penas para que le añadamos más por nuestra cuenta. Lo que sí quiere decir es que, siempre que el sufrimiento se presenta, debemos usarlo para esta noble tarea. No dejéis pasar las ocasiones. Nunca se os ocurra decir: 'Cuando pase esta tribulación, volveré a ser feliz.' No. Si no eres feliz con las cosas tal como están ahora, no lo serás nunca. Si esperas a salir de la cárcel para ser libre, nunca serás libre. Aprende a ser y sentirte libre dentro de la cárcel, y entonces podrás ser libre siempre y en todas partes."

INOCENTE E INTACHABLE

"Nunca consideréis a la gente como buena o mala, sino pensad siempre que toda persona es plenamente egoísta, ambiciosa, malvada, estúpida, inocente e intachable." Tony nos dijo estas palabras no una, sino al menos diez veces aquellos días en Lonaula. Siempre las mismas, siempre en el mismo orden, siempre con un tonillo que subrayaba la paradoja que él mismo veía entrañaban, y la convicción cada vez creciente con que las decía, porque las creía. De hecho, ésa era una de sus ideas favoritas, relacionada muy de cerca con el "condicionamiento" de que acabo de hablar. Se trata de que las personas actúan siempre de la mejor manera que saben y pueden, dentro de las circunstancias en que se encuentran; y que, por consiguiente, son en todo caso inocentes o intachables; sólo que su "condicionamiento" de toda la vida y las circunstancias en que se encuentran las llevan a considerar como "lo mejor" lo que a nosotros, con nuestro propio condicionamiento, nos puede parecer estúpido o depravado. No se trata de negar la existencia del libre albedrío en el hombre, sino sólo (y ¡sabiamente!) subrayar el papel que los condicionamientos previos juegan en la conducta humana. Eso ayuda a entenderse y aceptarse mejor a uno mismo y, desde luego, a entender y aceptar con mayor facilidad a los demás y su manera de portarse, por desagradable que a nosotros nos resulte.

Todos hemos heredado del mundo del cine (que nosotros mismos hemos creado) la imagen del "bueno" y el "malo", y la aplicamos, desgraciadamente, a toda persona que se pone a tiro de juicio en nuestra vida, dividiendo a la humanidad entre buenos y malos (con imágenes bíblicas, para recargar más las tintas), sin caer en la cuenta de que al hacer eso estamos usurpando el papel de Dios, con funestas consecuencias para nuestra vida social y nuestro desarrollo personal. En uno de sus libros cuenta Tony la anécdota aquella de que si los buenos fueran blancos y los malos negros, la pequeña María Luisa sería... ¡a rayas! De eso se trata.

En la tradición cristiana, los santos se han visto a sí mismos siempre como los peores pecadores. Y no era eso humildad exagerada ni, menos aún, hipocresía afectada, sino el reconocimiento sincero de todo lo que llevaban dentro, y que precisamente la luz de la gracia iluminaba con mayor intensidad; y en eso que llevaban dentro se parecían y se identificaban con lo peor que en otros había salido a la superficie y que en ellos, por la gracia de Dios y hasta la fecha, permanecía doblegado. Un dicho "sufí" enfoca la misma idea desde otro ángulo: "Un santo es santo hasta el momento en que se entera de que lo es."

Todos nos hemos dicho más de una vez en la vida, ante caídas (que ya estamos juzgando) de compañeros o noticias oficialmente tristes de gente cercana a nosotros: si Dios no me tiene de su mano... ¡por ahí voy yo también! San Agustín, que supo por experiencia en la primera parte de su vida lo que era ceder a la tentación y que, tras su conversión y consagración, se

sabía el mismo de siempre, capaz otra vez de infidelidad, como lo era ahora de generosidad, tuvo aquel grito sincero al relatar la integridad de su segunda vida como había relatado la infidelidad de la primera: "¡Domine, ut occasio deesset tu fecisti!" (¡Tú, Señor, fuiste quien quitaste la ocasión!) Si la ocasión hubiera vuelto, habría vuelto la caída, porque la persona habría sido la misma. Al cambiar las circunstancias, cambió la conducta. Las "personas decentes" somos distintas de los "criminales públicos" (éstas son ya palabras de Tony) no en lo que somos, sino en lo que hacemos. En el fondo, todos somos lo mismo, todos llevamos al santo y al pecador dentro de nosotros, dispuestos a saltar a escena en cuanto se lo permitan; y luego son las circunstancias de la vida y las tendencias de la mente las que nos llevan a actuar a unos de una manera y a otros de otra. No hay lugar ni para la vanagloria por un lado ni para la condenación por otro. Aun aquellos que a nosotros nos parecen perversos y malvados no actúan en realidad por malicia, sino por ignorancia. Aquí contaba Tony con el apoyo firme de la Sagrada Escritura. "Os matarán creyendo que le hacen un favor a Dios"; "¡Padre, perdónalos porque no saben lo que hacen!"; "Yo soy el peor de los pecadores..., pero lo que hice lo hice por ignorancia" (Pablo); y los "pecados ocultos" del salmo 18, que no son los que yo he cometido sin que alguien se entere, sino sin enterarme yo mismo. "Mi conciencia nada me reprocha, pero eso no quiere decir que yo esté sin pecado", vuelve a decir Pablo; y en esa humildad bíblica está la base dogmática y psicológica del poder aceptar a todos los hombres como, en esperanza y humildad, nos aceptamos a nosotros mismos.

Tony nos contó un pequeño experimento que llevó a cabo con un grupo de religiosos y religiosas. Les dijo que tomaran papel y lápiz y pusiera cada uno brevemente por escrito, sin firma ni nombre, cinco ocasiones de su vida en las que tuvieran conciencia de haber actuado por malicia. El resultado fue un montón de papeles en blanco. Nadie escribió algo. Ni uno solo de los presentes, frente a frente con su conciencia, sin miedo a ser rechazado, y sin necesidad de encubrir algo por falsa humildad o deseo de seguridad ante los demás; ni uno solo pudo decir de una sola vez siquiera en su vida que había actuado por pura maldad. Es verdad que eran religiosos, pero si el mismo experimento se hiciera con gente a quien la sociedad considera como malhechores, el resultado sería el mismo. El montón de papeles en blanco.

Nadie actúa por maldad. Aun el terrorista, al poner la bomba que va a matar a gente inocente ante el horror del mundo entero, cree con toda su alma que al hacer eso está cumpliendo con su deber, a veces con riesgo de su propia vida, que está obrando en servicio de su grupo o de su país, o incluso que le está "haciendo un favor a Dios". La acción más execrable ante la conciencia de toda la humanidad no es tal ante la conciencia del que la ejecuta; incluso puede parecerle a él sinceramente meritoria. "No juzguéis", mandó Jesús con firme claridad... Y nadie le hizo caso.

La diferencia entre el terrorista y el asistente social es que el asistente social hace algo que agrada y ayuda a la sociedad, mientras que el terrorista hace algo que desagrada y hiere a la sociedad; y, en consecuencia, la sociedad alaba a uno y condena al otro. No es que la persona sea "buena" o "mala" en sí misma, sino que sus actividades resultan beneficiosas o perjudiciales a la sociedad, y ella, es decir, nosotros, reaccionamos espontáneamente, por puro sentido de conservación. Bien está la defensa propia, pero no el juicio moral. La sociedad hace bien en recompensar a los que la ayudan y reprimir a los que la dañan. Donde la sociedad se equivoca, y nosotros con ella es en pasar del juicio de la acción (beneficiosa, perjudicial) al de la persona (buena, mala) y en juzgar intenciones y motivos a partir del beneficio o el daño que las consecuencias de esa acción le reportan a ella. El antiguo principio, "Condenar el pecado, no al pecador", tiene plena vigencia y urgencia hoy como siempre.

Otro ángulo desde el que Tony enfocaba la misma cuestión era el siguiente: dañar a los demás es, en último término, dañarse a sí mismo, y todos sabemos eso muy bien en el fondo. Puede que la pasión nos ciegue en el momento de actuar y lleguemos a herir a otros con loca violencia; pero sabemos que

esos golpes se volverán contra nosotros mismos, y que el hacer sufrir a otros lleva siempre a hacerse sufrir a uno mismo.

Quien a hierro mata, a hierro muere. Hacer mal al prójimo es, más pronto o más tarde, de una manera o de otra, hacerme daño a mí. Y como nadie quiere hacerse daño a sí mismo, nadie va tampoco directamente a hacerle daño a alguien. Es decir, que no obra por hacer el mal, aunque el resultado externo de su acción así lo haga parecer. El motivo íntimo (oculto quizá al observador externo, pero evidente para quien obra) es el hacer lo que en último término sea más ventajoso para él, lo cual incluye (quizá también "en último término", y pasando primero por la explosión de la bomba del terrorista) lo que en su entender haya de ser más ventajoso para todos. Nadie hiere por herir, a no ser que sea un loco. Todo miembro de un grupo (aunque ese grupo sea la raza humana) sabe que en el bienestar del grupo está, en definitiva, su propio bienestar, y a eso tienden a la larga sus esfuerzos. Los resultados pueden ser dispares y extraños, porque el entendimiento humano hace cosas extrañas; pero el motivo de origen es la autopreservación y, con él, la preservación necesaria de los demás. La maldad por la maldad queda descartada.

En el curso de la vida hay que enjuiciar inevitablemente acciones y actitudes que nos afectan; pero aun ahí hay que separar cuidadosamente, por una parte, el juicio práctico de lo que esa persona representa para mí y, por otra, el juicio moral de lo que ella es en sí. Puedo enjuiciar a las personas como enjuicio la utilidad de una secretaria o la eficiencia de un agente de viajes (son ejemplos de Tony), con desprendimiento y objetividad: este agente hace un buen trabajo, es puntual, exacto, de fiar; o, al contrario, es un inútil que no hace más que complicar las cosas sin ayudar en algo. Juicio práctico y directo que regirá después mi conducta y mi relación con ese agente y con esa persona; pero sin juzgar en caso alguno a la persona como tal. Jesús no condenó ni siquiera a la mujer adúltera.

Una importante consecuencia se desprende de todo esto. Cuando personas con quienes vivimos y trabajamos se portan con nosotros de manera que nos disgusta o nos hiere, no tenemos derecho alguno a protestar o a quejamos de los que así actúan. Haremos bien, sin duda alguna, en protegemos y defendemos del daño que sus acciones nos pudieran causar, pero no tenemos algo contra las personas como tales. Podría yo protestar si es que se tratara de un "enemigo" mío que actuara contra mí con mala intención y deseo de hacerme daño; pero no es eso, en manera alguna, lo que está haciendo; ese supuesto "enemigo" mío, lo que está haciendo es sencillamente proteger sus propios intereses como mejor sabe, tratar de avanzar su propia causa, hacer lo que él cree es lo mejor para él mismo o incluso, tal vez, para la sociedad; en otras palabras, está siendo "plenamente egoísta, ambicioso, malvado, estúpido, inocente e intachable". Si lo entiendo así, lo único que puedo hacer es dejado en paz. No tengo derecho a decir: "No debería hacerme eso"; al contrario, la realidad es que sí debería hacerte eso, porque, dada la manera como él ve y entiende la situación, eso es lo único que él puede hacer en conciencia, por difícil que para ti sea el verlo y admitirlo. Aprendamos a nunca culpar a alguien.

Otra consecuencia: nada hay que perdonar. Todos los perdones, excusas y explicaciones del mundo no tienen sentido alguno. Nadie me ha ofendido, para empezar; ¿Cómo, pues, puedo pedir explicaciones a alguien? Me haya hecho lo que me haya hecho, lo ha hecho convencido de que eso era lo que él debía hacer; ¿Cómo puedo ahora exigirle que retire lo dicho, que me presente sus excusas, que se retracte en público? Pedir perdón, y aun concederlo, es reconocer que había culpa, falta moral, malicia; y una vez que reconocemos que no hay tal, no hay lugar tampoco para el perdón. Perdonar es sólo acentuar la discordia. (¡Qué razón tienes, Tony! pensé yo al oírle decir estas palabras. Sólo una vez me mandaron en la vida que le pidiera perdón a un profesor por no haber asistido a su clase. Lo hice así cumplidamente, él me perdonó generosamente... Y desde entonces nos odiamos cordialmente, hasta el día de hoy.) El perdón no existe, porque la ofensa no existe; y la ofensa no existe, porque no

existe la intención. El único perdón verdadero es el caer en la cuenta de que nada hay que perdonar.

Aquí se presenta una pequeña cuestión que Tony aclaró con firmeza cuando alguien, inevitablemente, la propuso. Hemos dicho que cuando alguien actúa de manera desagradable o perjudicial para otros, lo hace así por razón del condicionamiento, el conjunto de hábitos, prejuicios y creencias que le llevan a ver las cosas de una manera concreta y a reaccionar también de manera específica en consecuencia. ¿Podemos, pues, decir ahora que hay un "mal condicionamiento" que lleva a la gente a actuar mal, y un "buen condicionamiento" que le lleva a obrar bien? No. Todo condicionamiento es malo en sí mismo. El resultado de un condicionamiento que lleva al sujeto a hacer cosas que nos gustan, nos agrada; así como el que le lleva a hacer cosas que no nos gustan, nos desagrada; pero el condicionamiento como tal, el doblegar la mente, el forzar la naturaleza, el fijar el prejuicio, el filtro, la censura, el lavado de cerebro (sea cual sea la intención con que se haga) nunca puede aceptarse. Va contra la dignidad de la persona humana, contra la libertad de la mente y, en último término, contra la salud fundamental del individuo y de la sociedad. En el liberarse de todos los condicionamientos (o, al menos, de tantos cuantos podamos) está el camino hacia la verdadera paz interior y la concordia universal.

Es importante caer en la cuenta de que tras esa manera de pensar y de expresarse está el sólido apoyo de una fiel confianza en la naturaleza humana y en Dios" que la ha creado. Ese optimismo creacional nos permite confiar en el hombre, aceptar sus instintos y defender su integridad ante cualquier intento de subyugación mental de cualquier signo que sea. El hombre es mejor de lo que le enseñan a ser. Es verdad que existen el pecado original y la concupiscencia del mal en el corazón del hombre; pero también existen, y con mayor abundancia y generosidad, la gracia de Dios y la filiación divina de todos sus hijos. Tener fe en el hombre es tener fe en Dios.

Una ligera reflexión basta para descubrir cómo esta manera de pensar encaja exactamente en el concepto general que Tony tenía del hombre, de la vida y de Dios. No juzgar, no culpar, no quejarse, no sentir necesidad de perdonar ni de ser perdonado... Son consecuencias lógicas de esa actitud general ante la naturaleza y las cosas y las personas que nos lleva a aceptar todo tal como es; a abrir las puertas a la realidad; a caer en la cuenta de que nadie, de hecho, me hace daño; que nadie necesita cambiar; que yo mismo puedo pasar tal como estoy; y que no son la protesta y la rebelión, sino la fe y la esperanza, las que constituyen la base de una vida feliz. La paz y la felicidad están en aceptar, no en rebelarse. Evitando malentendidos, y hablando de la persona en su actitud consigo misma, no de la revolución social que la historia puede justificar y exigir, la integración personal de todo lo que ella es y la rodea, incluso los aspectos dolorosos del ser, es la dirección clara y eficaz del desarrollo y la plenitud de la persona humana.

Ese es el sentido profundo del mandamiento incondicional de Jesús: "No resistáis al mal." Con conciencia humilde de nuestra limitación para entender todo el sentido que Jesús dio a esas palabras, y de la lucha en nuestros corazones cuando llega el momento de poner en práctica el mandato eterno y reconciliado con el deber urgente de oponerse a la injusticia y suprimir la opresión, el mandamiento de Jesús apunta a una paz del alma y un equilibrio de ánimo que son nuestra herencia evangélica y nos han de acompañar, estemos donde estemos y hagamos lo que hagamos, para que nuestra acción sea fecunda y nuestra presencia benéfica. "No juzguéis", "no resistáis", "tampoco yo te condeno", "puedes ir en paz". Bendición divina sobre el corazón del hombre.

¿BUENA SUERTE? ¿MALA SUERTE?

Con declarar a todo el mundo inocente e intachable, Tony no se libraba de la tarea de tener que responder a preguntas sin cuento sobre situaciones morales y

problemas de la conducta humana. Y a ello se entregaba con gozo, ya que se daba perfecta cuenta de que para formar a la persona tenía que formar su conciencia, conciencia que con harta frecuencia, si no con triste seguridad, llegaba a sus manos deformada por rigores, escrúpulos, miedos y prejuicios que había que limpiar para que la paz moral del alma fuera fundamento de la paz psicológica. Misión importante que él desempeñaba con gran firmeza por un lado y gran delicadeza por otro, atento siempre a la necesidad y capacidad de la persona concreta en el momento dado, y consciente de su propia responsabilidad al verse erigido en árbitro de conciencias con una autoridad cuyo peso él conocía bien y sentía fuertemente, aun en medio de las bromas que acompañaban sus actuaciones.

Su primera condición era tratar con el momento presente y con la persona que tenía delante. Nada de hipótesis, de conjeturas, de situaciones artificiales o de posibilidades abstractas. El aquí y ahora. La persona y su caso. Preguntas como "¿Qué harías tú si...?" o "¿Qué le aconsejarías a una persona que...?" eran rechazadas al instante. Si se trata de un problema tuyo, y tienes el valor y la confianza de hacerlo así, habla en primera persona en medio mismo del grupo; y si, por cualquier razón, no quieres hacerlo así, representa el papel, es decir, habla aquí y ahora como si tú fueras la persona que tiene el problema y desea la respuesta, y reacciona y contesta como te imaginas que ella lo haría. El encuentro ha de ser siempre de persona a persona y en el tiempo presente. Esto no es una cátedra de teología, sino una escuela de vida, y vivos han de ser los problemas y el modo de presentarlos, es decir, precisamente de "vivirlos". El mejor enfoque para entender y resolver un problema es vivirlo.

La segunda condición que Tony imponía con rigor absoluto en cada consulta es que la responsabilidad de decidirse por una solución final (o por ninguna, que de todo había) recaía de lleno sobre el "cliente". Nadie te dirá lo que has de hacer, nadie tomará en tu nombre las decisiones que sólo a ti te corresponde tomar. Puede haber consejos, reacciones, incluso teoría y doctrina; pero la decisión final nunca se puede delegar. Aquí entraba de lleno la terapia "personalizada" o "centrada en el cliente" que le devuelve sus preguntas y hace de eco y espejo en el que se mire para aclararse a sí mismo su situación y encontrar el camino por sí mismo; lo cual no quiere decir que Tony se contentase en absoluto con desempeñar un papel pasivo al dirigir a otros (es imposible imaginarse a Tony en un papel pasivo en cualquier cosa); sabía atacar, acosar, incluso insultar, si hacía falta, para sacudir a un indolente; pero siempre con respeto total a la persona en el momento en que precisamente la persona es más persona, que es el momento de considerar las opciones y elegir una. Esa es la esencia del acto moral, y en él el hombre ha de aceptar su soledad responsable. En último término, él es quien dirige su vida.

Tras esas dos condiciones venía el principio general que Tony adoptaba al considerar las opciones morales y las decisiones de conciencia, y que era sencillamente la regla clara y práctica: no hagas daño a alguien, y ayuda a quien puedas. En el complejo mundo de las reglas de la conducta, el firme y breve resumen "a nadie hagas daño" trae consigo una gran tranquilidad, luz y firmeza que simplifica y racionaliza la conducta con garantía de sentido común y resonancia social aun en la vida privada. Este resumen bastaba para enfocar casi todas las decisiones, y satisfacía en la práctica a casi toda la gente en casi todos los casos. Como regla práctica, es, desde luego, una gran ayuda para abrirse camino en la selva de la vida moral; sin embargo, como principio teórico presenta ciertas dificultades, y Tony lo sabía muy bien. Hemos quedado en que se trata sencillamente de evitar el daño y promover la ayuda, pero la dificultad teórica es: ¿Quién decide ahora qué es "daño" y qué es "ayuda" para mi prójimo en estas circunstancias? Y si no puedo decidir esto, ¿Cómo voy a definir mi conducta para con él? Si soy yo quien decide lo que le conviene a mi prójimo o le deja de convenir, me erijo en juez de su vida, que es precisamente lo que queremos evitar. Si se lo quiero preguntar a él, en primer lugar en muchas ocasiones no tendré oportunidad de hacerlo, y aunque me lo diga no puedo guiarme por ello, ya que nadie es buen juez en su propia causa, ni mi prójimo en la

suya. Y si he de preguntárselo a Dios, vuelvo a perderme entre los libros de texto y las cátedras y las opiniones, que tienen su importancia y validez para quien haya de estudiarlas, pero que quedan lejos del hombre de la calle al momento de dar el próximo paso en su constante caminar. Una mirada a este problema descubrirá nuevos fondos en el pensar y el actuar de Tony.

Quizá el más conocido de los cuentos de Tony es el que puso como final de su primer libro, "Sádhana, un camino de oración", y cuyo estribillo repetía con frecuencia para recordar su contenido y su lección. Es el cuento más conocido y el menos entendido. Comienzo por citarlo por entero. "Una historia china habla de un anciano labrador que tenía un viejo caballo para cultivar sus campos. Un día, el caballo escapó a las montañas. Cuando los vecinos del anciano labrador se acercaban para condolerse con él y lamentar su desgracia, el labrador les replicó: '¿Mala suerte? ¿Buena suerte? ¿Quién sabe?' Una semana después, el caballo volvió de las montañas trayendo consigo una manada de caballos salvajes. Entonces los vecinos felicitaron al labrador por su buena suerte. Este les respondió: '¿Buena suerte? ¿Mala suerte? ¿Quién sabe?'

Cuando el hijo del labrador intentó domar uno de aquellos caballos salvajes, cayó y se rompió una pierna. Todo el mundo consideró esto como una desgracia. No así el labrador, quien se limitó a decir: '¿Mala suerte? ¿Buena suerte? ¿Quién sabe?' Unas semanas más tarde, el ejército entró en el poblado y fueron reclutados todos los jóvenes que se encontraban en buenas condiciones. Cuando vieron al hijo del labrador con la pierna rota, lo dejaron tranquilo. ¿Había sido buena suerte? ¿Mala suerte? ¿Quién sabe? Todo lo que a primera vista parece un contratiempo puede ser un disfraz del bien. Y lo que parece bueno a primera vista puede ser realmente dañoso. Así pues, será postura sabia que dejemos a Dios decidir lo que es buena suerte y mala, y le agradezcamos que todas las cosas se conviertan en bien para los que le aman."

Yo siempre sospeché que la moraleja de esa historia iba mucho más lejos de lo que parecía a primera vista. A Tony le gustaba mucho, y la repetía una y otra vez, aun sabiendo que sus oyentes ya la conocían, como si quisiera que ahondasen en ella; y él mismo había abierto su perspectiva final citando significativamente las palabras esperanzadoras de Jesús crucificado a la gran mística inglesa Juliana de Norwich, "Al final... Todo, todo saldrá bien". Bella expresión del optimismo cristiano que espera confiadamente que Dios se las arregle para que al final todo salga bien, a pesar de todas las dificultades innegables por las que va pasando el mundo, y nosotros con él. Aparte de ese acto de fe, yo había creído ver en esa historia la clave del pensamiento moral de Tony y su manera de entender y dirigir la conducta humana, y quise verificar con él mismo mi impresión. Lo hice así durante un largo paseo que nos dimos él y yo solos una tarde en Lonaula. Apenas mencioné mi sospecha cuando él se sonrió y me dijo: "Pues claro que sí. ¿No es evidente? Lo raro es que todo el mundo lee la historia y nadie saca la consecuencia. Sólo ven la lección, muy verdadera y muy consoladora, de que Dios puede sacar bienes de los males, y esto les aumenta la confianza en la Divina Providencia y la fe en la vida. Eso es mucha verdad, y se desprende bellamente de esa historia; pero no es ésa su enseñanza principal. Su enseñanza principal se refiere a la moralidad y a la conducta. Habíamos conseguido reducir los tomos de nuestra teología moral a una sola regla práctica: no hagas daño a alguien. Eso era ya un paso de gigante que, a decir verdad, es el que había dado Jesús al reducir toda la Ley y los Profetas al doble mandamiento de amor a Dios y amor al prójimo. En la práctica, nuestro amor a Dios se manifiesta en nuestro amor al prójimo, y nuestro amor al prójimo en la regla práctica a que hemos llegado: no le hagas daño alguno y, si puedes, ayúdale. Eso ya nos libera de las trabas de la casuística, los escrúpulos de la conciencia y los detalles sin cuento de una legislación que sólo los expertos pueden llegar a dominar. Pues ahora viene una mayor liberación todavía. Si la regla práctica de mi conducta es el hacer el bien a mi prójimo y no el mal, y luego descubro que, de hecho, yo nunca sé ni puedo saber con certeza qué es lo que va a resultar beneficioso o dañoso para él, la conclusión

es que quedo en plena libertad al momento de escoger una conducta u otra, ¿No es verdad? Para mí es evidente. Lo que creo es que la gente tiene precisamente miedo de esa libertad, y por eso no saben leer esta historia. Claro que no se trata de justificar el libertinaje en manera alguna; aún tenemos sentido común, y la vida social seguirá su curso normal; pero dentro de nosotros llevamos un principio de libertad que, bien entendido, puede traer la paz y la alegría a nuestra vida. Hemos de reconocer, si somos honrados, que a fin de cuentas no sabemos qué es bueno o malo para alguien; y eso, aun con todas las limitaciones que tenemos y seguiremos teniendo, bastaría para devolvemos la paz interior en el difícil trance de tomar decisiones. Ya no pesa sobre nosotros la imposible responsabilidad de hacer siempre bien a todo el mundo y garantizar el bienestar de la humanidad. A nosotros sólo nos toca, en la seriedad de nuestra conciencia y dentro de los límites de nuestra esfera de acción, aproximamos en lo posible a lo que mejor nos parezca en cada opción, dejándole a Dios que cambie la mala suerte en buena con su sabiduría y providencia. Si sólo entendiéramos esto, se aligeraría considerablemente la carga moral que llevamos a cuestas y se nos abriría alegremente la conciencia. Esa es la moraleja de esa historia aparentemente inofensiva. ¿Buena suerte? ¿Mala suerte? ¡Quién sabe! y si no sabemos, ¿A qué preocupamos? Aunque un mensaje tan liberador sí que es buena suerte, ¿No te parece?"

Aún seguimos discutiendo la historia china mientras manteníamos un buen paso a lo largo de los bellos caminos de Lonaula. Yo había llegado a la conclusión de que esa historia era una de esas historias universales que se encuentran en todas las literaturas con regularidad sorprendente. Sin hacer alguna clase de estudio especial, yo me había encontrado con historias equivalentes, donde las peripecias eran distintas pero la lección la misma, en un cuento sufí, en otro de derviches y, como no podía ser menos, en otro indio. Le conté a Tony el cuento indio, que aparece en uno de los diálogos clásicos entre el emperador Akbar (a quien un sentido democrático popular le hace siempre salir mal de la aventura) y su vis ir Bírbal (quien con un toque de su humor y su inteligencia, explica todo y hace que todo acabe bien). Este es el cuento indio:

Un día, Akbar y Bírbal fueron a la selva a cazar. Al disparar la escopeta, Akbar se hirió el pulgar y gritó de dolor. Bírbal le vendó el dedo y le endilgó el consuelo de sus reflexiones filosóficas: "Majestad, nunca sabemos qué es bueno o malo para nosotros." Al emperador no le sentó bien el consejo, se puso hecho una furia y arrojó al visir al fondo de un pozo abandonado. Continuó después caminando solo por el bosque, y en esto un grupo de salvajes le salió al encuentro en plena selva, lo rodearon, lo hicieron cautivo y lo llevaron a su jefe. La tribu se preparaba a ofrecer un sacrificio humano, y Akbar era la víctima que Dios les había enviado. El hechicero oficial de la tribu le examinó en detalle y, al ver que tenía el pulgar roto, lo rechazó, ya que la víctima no había de tener defecto físico alguno. Akbar cayó entonces en la cuenta de que Bírbal había tenido toda la razón, le entró remordimiento, volvió corriendo al pozo en el que lo había echado, lo sacó y le pidió perdón por el daño que tan injustamente le había causado. Bírbal contestó: "Majestad, no tiene por qué pedirme perdón, ya que no me ha causado daño alguno. Al contrario, su majestad me ha hecho un gran favor, me ha salvado la vida. Si no me hubiera arrojado a este pozo, hubiera continuado yo a su lado, y esos salvajes me habrían cogido a mí para su sacrificio y habrían acabado conmigo. Como ve su majestad, nunca sabemos si algo ha de ser bueno o malo para nosotros."

Tony comentó: "Cuando todas las culturas coinciden en algo, es que tienen algo especial que enseñamos y la enseñanza de esta historia universal parece ser que no tenemos que tomar en serio nuestra vida, nuestras decisiones, nuestros fracasos o éxitos, ni siquiera nuestras caídas morales o nuestros piadosos méritos. Sigamos haciendo lo que vamos haciendo, siempre con alegría y despreocupación, y todo saldrá bien al final."

¿Buena suerte? ¿Mala suerte? ¿Quién lo sabe?"

Ahí le guardaba yo una pequeña sorpresa a Tony. Poco antes de ir a Lonaula, había tropezado yo con un texto de san Agustín que estaba seguro le gustaría, y éste era el momento de citarlo. El pasaje en cuestión se encuentra en el comentario de san Agustín a la primera epístola de san Juan, y dice así: "¿Deseas la vida para tu amigo? Haces bien. ¿Deseas la muerte para tu enemigo? Haces mal. Aunque es posible que la vida que deseas para tu amigo le sea inútil, mientras que la muerte que deseas para tu enemigo le sea beneficiosa. Nunca sabemos si el seguir viviendo es bueno o malo para alguien." Agustín parece aplicar nuestra historia a la vida misma. ¿Vivir? ¿Morir? ¿Bueno? ¿Malo? ¿Quién lo sabe? El comentario de Tony al oír el texto fue: "Mala lógica y buena teología." Mala lógica, porque, si yo no sé que una acción mía ha de beneficiar a la persona de que se trata, ¿Por qué he de estar obligado a hacerla? Pero buena teología y buen sentido común, porque el pensar que la muerte puede ser beneficiosa para mi enemigo no me permite matarlo. Y ésa es precisamente nuestra situación. Nunca sabemos a ciencia cierta qué va a ser bueno o malo para nosotros mismos o para cualquier otro, pero seguimos haciendo alegremente lo que nos parece más oportuno en cada caso, sin peso alguno en la mente ni preocupaciones en el corazón. Ese es el sentido pleno de la historia del anciano labrador chino. Y ése era el resumen práctico de la teología moral de Tony.

EL DIOS DE LA NEGACIÓN

El primer día del cursillo de Lonaula, Tony anunció que uno de los temas de que iba a tratar expresamente sería el de nuestra vida de fe y oración, nuestro concepto de Dios y nuestra relación con él. El tema, sin embargo, se perdió en la mezcla deliciosa y confusa que fueron aquellos días, y en mis notas no encuentro más que referencias aisladas a la materia. El hecho de que Tony mencionara por su nombre el tema el primer día quiere decir que tenía interés especial en tratarlo; y el hecho de que se perdiera en las encrucijadas que siguieron no asombrará a alguien que sepa qué eran y cómo funcionaban aquellas reuniones al margen de toda estructura o reglamentación. Algunos días Tony llegaba a la sala después de haber preparado cuidadosamente el tema del día; pero, antes de que abriera la boca, alguien en el grupo levantaba la mano con una pregunta urgente... Y el tema del día quedaba generosa e irremediablemente olvidado desde aquel momento en aras del momento presente, que hacía cambiar de rumbo a toda la sesión. Eso a veces les molestaba a algunos, pero Tony, de ordinario, aunque no siempre, tenía tal interés por el "aquí y ahora" que sacrificaba con facilidad su propia preparación inmediata a una petición espontánea y sincera. En todo caso, la falta de sistema y de estructura era absoluta y explica en este caso, como en bastantes otros, que un tema fuera solemnemente anunciado... E inocentemente olvidado.

Ya en sus primeros años de Sádhana, Tony había multicopiado y repartido siete hojas con el título "Notas sobre la oración", que fueron la semilla de donde brotó más adelante su primer libro, "Sádhana, un camino de oración". En esas notas, como luego en el libro, distingue claramente entre la "oración de la devoción" y la "oración de la consciencia", que es el término usado en la traducción castellana de su libro, y que se refiere al "caer en la cuenta", "estar en contacto", "estar alerta", "tomar conciencia", sentidos todos ellos de la importante voz inglesa awareness y la sánscrita jagruti. Esa distinción la aplicaba también a Dios, es decir, a nuestro concepto de Dios; y así, hablaba también del Dios de la devoción y, ya con terminología más radical y más mística, del Dios de la negación. En la India, cuna de misticismo y encrucijada de religiones, existen todos estos conceptos de la divinidad en la teoría y en la práctica, y ayudan a entender y recorrer los distintos caminos que el alma tiene para llegar a Dios, sin comparar o preferir uno a otro, sino explorando las posibilidades que el hombre tiene, con la gracia de Dios, para aprovecharse de ellas generosamente según su propia inclinación y deseo y según la necesidad que experimente en cada etapa concreta de su vida. Los términos técnicos con que el hinduismo se refiere a estos dos conceptos complementarios y fundamentales pueden traducirse por "el Dios concreto" y "el Dios abstracto". Ambos

títulos se refieren, desde luego, al mismo y único Ser Supremo, y cada uno enfoca un aspecto distinto de su realidad infinita tal como la percibe con fe y reverencia el limitado entender del hombre.

El Dios de la devoción es el Dios de casi todos nosotros, el objeto de nuestro amor y adoración, de nuestras oraciones y de nuestro culto; un Dios a quien podemos hablar en lenguaje de fe y que nos habla a nosotros en lo profundo del corazón y en el secreto de nuestra conciencia; un Dios cuyas imágenes podemos esculpir (el Dios "concreto"), imágenes que, aun sabiendo que son sólo imágenes, nos ayudan a fijar en él nuestra mirada, concentrar nuestros pensamientos, avivar nuestra fe y enriquecer nuestra liturgia. Es el Dios de quien nos enamoramos, a quien sentimos constantemente a nuestro lado, a quien llamamos nuestro Padre y Creador y a quien tratamos, en medio del más íntimo respeto y reverencia, como a un amigo, un hermano, un amante. El Dios de la devoción es el Dios de toda nuestra tradición y nuestra experiencia, de nuestra poesía y pintura, de nuestras capillas y nuestras catedrales, de toda una civilización de amor y de fe que ha sentido y expresado lo mejor que el hombre es y tiene, levantando hasta el cielo toda la riqueza y humildad de la tierra. En esa concepción se basa nuestra vida.

El vínculo principal que nos une al Dios de la devoción es la oración hecha con fe, y Tony era maestro eminente en ese arte. Fue precisamente esta habilidad suya de saber enseñar a orar la que atrajo a muchos hacia él en un principio. De las muchas cosas que era Tony, una de las principales era, sin duda, el ser un gran maestro de oración. Tony era consciente de ello, y él mismo expresó esa idea en la introducción de su primer libro: "He pasado los quince últimos años de mi vida dando retiros y dirigiendo espiritualmente a las personas para que avanzaran en la práctica de la oración. Cientos de veces he tenido que escuchar las quejas de quienes afirmaban no saber cómo hacer oración. Me repetían que, a pesar de todos sus esfuerzos, parecían no progresar en la oración; que les resultaba tediosa y desalentadora. Oigo a muchos directores espirituales afirmar que se sienten totalmente desarmados cuando tienen que enseñar a orar o, para decido con mayor exactitud, cuando se trata de conseguir satisfacción y plenitud en la oración. Todas estas manifestaciones me producen sorpresa, ya que para mí ha sido siempre relativamente fácil ayudar a la gente a hacer oración." Un amigo suyo y mío lo expresó con más fuerza: "Tony podía enseñar a orar a una piedra." El conocía su carisma, lo ejerció con generosidad, y creía tanto en el poder de la oración y de la fe que durante una temporada de su vida pensó seriamente, y así nos lo dijo en público, en dedicarse al ministerio de sanación carismática bajo la gracia de Dios y el poder de su Espíritu.

Se pueden distinguir tres etapas en el ministerio de Tony (que reflejan tres períodos en el desarrollo de su personalidad), y éste es el momento de señaladas. Tony como director espiritual (el movimiento de Ejercicios Espirituales); Tony como terapeuta ("Sádhana I"); y Tony como gurú ("Sádhana II"). Las etiquetas, desde luego, son estrechas, y las etapas se cruzan; pero en líneas generales responden a la realidad y a la dirección que llevó el pensamiento y el trabajo de Tony a lo largo de su vida. El siguió avanzando siempre con una mentalidad abierta y un corazón generoso, combinando a cada paso lo mejor de cuanto había aprendido en el pasado con las nuevas ideas que brotaban en el presente y que él podía libremente aceptar, precisamente porque estaba sólidamente fundado en el pasado.

Su propia sinceridad y libertad le llevaron a caer en la cuenta de las dificultades que el concepto del "Dios de la devoción" hace surgir, por muy legítimo y fecundo que el concepto sea en sí mismo. El lo expresaba así a veces, usando el lenguaje del "análisis transaccional": "El inconveniente de llamar a Dios 'Padre' es que, más tarde o más temprano, ese 'Padre' se ha de convertir en 'Progenitor Crítico', y eso nos hace daño." El "progenitor crítico" es ese censor negativo y ese controlador estricto que todos llevamos dentro y que nos impone sus mandatos "paternos" -que en realidad son tiránicos-, nos amenaza, nos obliga, nos castiga, nos hace sentirnos

culpables y nos fuerza a someternos a sus caprichos por puro miedo. No es que Dios haga eso, pero ésa es la imagen que muchos creyentes llegan a formarse, y eso es altamente perjudicial para la vida del espíritu. Es una caricatura de Dios dolorosa, pero, por desgracia, no infrecuente entre aquellos que "temen a Dios", como los judíos llamaban a los prosélitos. "Una religión basada en el miedo", decía Tony, "no puede llamarse la Buena Nueva".

Uno de sus temas predilectos era el de "el amor incondicional de Dios", por oposición al amor de los hombres, que siempre está sujeto a alguna condición explícita o implícita. Dios me ama. Punto. Nada de "si me porto bien, Dios me amará", sino que me ama tal como soy, pecador de siempre, sin condicionar nunca su amor a mi conducta. En este contexto, Tony gustaba de citar a J. B. Phillips, estudioso y traductor eximio de la Biblia, que ha dejado dicha esta frase responsable y valiente: "La diferencia entre el Antiguo y el Nuevo Testamento es que, en el Antiguo, Dios ama al justo y castiga al pecador, mientras que en el Nuevo ama a los dos." Para reforzar esta idea contó aquí Tony una anécdota emocionante de su propia vida. "Una vez", dijo, "le dije yo a mi madre, para hacerla rabiar un poco y ver cómo reaccionaba: '¿Qué sentirías tú si yo dejara el sacerdocio y me casase?' Ella se entristeció visiblemente y contestó con voz grave, pero firme: 'Me llevaría un disgusto grandísimo y lo sentiría con toda mi alma...; pero tu mujer sería mi hija.' Así es como yo creo que Dios también me ama. Nada de condiciones." Doctrina esta muy bella y consoladora y que todos sentimos en el fondo del. Alma que ha de ser y es eternamente verdadera. Pero doctrina, al mismo tiempo, difícil de reconciliar a nivel de lógica con las sombras del juicio final y del infierno eterno que siguen siendo dogma de fe, y en general con el problema eterno, que subyace a toda filosofía, de la existencia del dolor humano y del mal moral en el mundo. Si Dios ama al hombre y lo puede todo, incluso, según los teólogos, restablecer la paz y el orden en el mundo respetando la libertad humana, ¿Por qué no lo hace? La respuesta de Tony, como la de todos los sabios contemplativos en todas las religiones, no estaba en construir silogismos, sino en ver de entender mejor a Dios, en purificar el concepto existente de Dios, en ahondar en la oscuridad de la fe, de la mano de los místicos de todos los tiempos, y en sentirle con el corazón lo que ya desbordaba a la razón. Tony era, a su manera, una autoridad en teología mística, y citaba con familiaridad a nuestra santa Teresa y san Juan de la Cruz, a santa Catalina de Siena, a Meister Eckhart, a Juliana de Norwich y al clásico autor anónimo de "La nube del no-conocer". Este último tratado era lectura obligatoria para todos nosotros, que al mismo tiempo instruía y deleitaba. Cito aquí una muestra de ese clásico de la mística inglesa, poco conocido en España. "En verdad, si he de decido así con toda reverencia, cuando nos entregamos a esta tarea santa de encontrar a Dios, de poco sirve o de nada el pensar aunque sea en la misericordia y dignidad de Dios, o de Nuestra Señora, o de los santos o ángeles, o de las alegrías del cielo, si es que piensas que tales meditaciones han de ayudarte en tu cometido. En esta empresa concreta no te servirán de algo. Porque, aunque es bueno pensar en la misericordia de Dios y amado y alabado por ella, es mucho mejor pensar de él tal como es y amado y alabado por sí mismo. Por eso dejaré a un lado todo aquello que puedo pensar, y escogeré como objeto de mi amor aquello en que no puedo pensar. ¿Por qué? Porque Dios puede ser amado, pero no pensado. Puede ser aprehendido por el amor, pero nunca por el pensamiento.

Por eso, aunque a veces puede ser bueno el pensar en la misericordia y dignidad de Dios, y puede incluso darnos alguna luz y formar parte de nuestra contemplación, sin embargo, en la empresa final que nos ocupa, todo esto ha de ser abandonado y cubierto por la nube del olvido. Has de hollar todo eso resueltamente bajo tus pies, con devoto y ferviente amor, y así intentar penetrar en la oscuridad que se cierne sobre ti. Hiere esa espesa nube del no conocer con los dardos agudos del amor ardiente, y por nada del mundo desistas de tu empresa. Pisotea tus propios pensamientos por causa del amor de Dios, sí, aunque esos pensamientos parezcan ser muy santos y capaces de acercarte a Dios..., aunque sean pensamientos de la sagrada Pasión de

Cristo. El alma avezada en los caminos del espíritu ha de abandonar todo pensamiento y rechazado al fondo de la nube del olvido, si es que quiere llegar a penetrar la nube del no-conocer que se extiende entre Dios y el hombre."

Con este silencio del pensamiento ante la Divina Majestad, estamos ya en "el Dios abstracto", "el Dios de la negación", "el Dios del no-conocer", que todo son palabras para expresar lo inexpresable. El silencio de la mente es el acto supremo de adoración del hombre ante Dios, y el encontrado en el contacto personal y profundo con el mundo que él ha creado a nuestro alrededor y en nuestras entrañas es la oración anónima y la liturgia secreta del universo, que nos une a la fuente del ser con cada aliento que exhalamos y cada palabra que pronunciamos en nuestro compromiso diario con la vida. Esta era, para Tony, la espiritualidad más profunda a que podíamos llegar, y hacia ella se dirigían todos los esfuerzos de desprendernos de todo asimiento, toda falsa ilusión y todo condicionamiento paralizador y aun, ahora, de todo pensamiento para llegar en pura pobreza creacional al centro de la vida que es Dios mismo.

En mi opinión, éste es uno de los mayores servicios que Tony prestó a las almas que trataba y a la Iglesia que amaba, y fue el de abrir la mente y la experiencia de sus oyentes y dirigidos a nuevas maneras de entender y vivir a Dios, saliendo así al paso a la crisis de fe y obediencia que acosa a conciencias y preocupa a la Iglesia, y que tiene su mejor solución en este buscar en nuestra mejor tradición nuevas maneras de sentir a Dios y, así, no sólo salvar, sino acrecentar nuestra fe y nuestra religiosidad. Yo he escrito todo un libro ("Dejar a Dios ser Dios") basado en esta idea que le debo a Tony y que me ha ayudado a mí radicalmente en mi vida y en mi trato con gente que busca a Dios; así es que sé muy bien su importancia, y anoto con alegría la deuda. La primera vez que alguien en dirección espiritual me preguntó: "Cuando hago ejercicios de contacto conmigo mismo, mi respiración, mis sentidos, la naturaleza, el entorno, el espacio... ¿hago oración?", mi respuesta espontánea (tras años largos de una experiencia que aquí apenas he descrito) fue: "Sí, por que, si estás en contacto contigo mismo, estás en contacto con Dios." Siempre me ha dado alegría pensar en aquella respuesta, que no iba preparada ni estudiada, y nació virgen en mi mente como fruto de ese entrenamiento que queda aquí brevemente aludido. La clave de Sádhana era estar "en contacto", y una vez que la fe nos hace ver y sentir a Dios en todas las cosas (que piensen mis hermanos jesuitas en la "Contemplación para alcanzar amor" de san Ignacio), estos ejercicios de contenido aparentemente neutro se hacen oración y adoración ante la presencia sagrada y total, dentro y fuera de nuestro ser, de aquel "en quien vivimos, nos movemos y somos". Son palabras de Tony: "Sádhana no os servirá de algo si no la aprovecháis para profundizar en vuestro sentido del infinito."

EL YO Y EL NO-YO

Esta era la gran bomba que Tony nos tenía guardada. Desde el principio hizo alusión a ella repetidas veces, anunció a cada paso que la respuesta final a cada una de las cuestiones propuestas tendría que esperar hasta que quedara establecida esta tesis esencial, se pasó un día entero explicándola a placer, y volvió a referirse a ella en los días siguientes para recoger y atar todo lo que había dicho en este nudo único de suprema importancia. Lo llamó "la meta de Sádhana", el recurso definitivo para eliminar todos los apegos, falsas ilusiones y condicionamientos, la búsqueda tradicional de todos los místicos y la última conquista de todos los santos. Se trataba, en una palabra, del todo-o-nada, del ahora-o-nunca de nuestro esfuerzo espiritual y de nuestra existencia sobre la tierra. Aquí estaba Tony, el gurú, revelando su sagrado mantra (fórmula de salvación) a sus discípulos consagrados. Lo único que faltó (me permití observar yo en broma, dada la solemnidad que revistió la ocasión) fue haber consultado al astrólogo, como se hace siempre en la India, para fijar el momento sideral en que la iniciación debería tener lugar para alcanzar su efecto pleno. No creo que Tony llegara a esos extremos, pero, a parte de eso, no perdonó esfuerzo alguno para convencemos de la importancia de lo que iba a decimos.

Lo que nos iba a decir era, de hecho, bien sencillo de decir: el Yo no existe. El "Yo", el "ego", la "persona" o como quiera que se llame aquello que yo soy y represento, es pura ilusión sin realidad alguna. No que mi cuerpo y mi alma no existan; sí que existen clara y solemnemente, fuera de toda duda; pero el "sujeto" que se presume existe dentro o por detrás o por encima de ese alma-cuerpo es pura imaginación, es una ficción de la mente que es del todo gratuita, inútil y dañosa. Ese imaginario Yo es la causa de todos nuestros problemas, y el deshacerse de él es la liberación final. Así de sencillo. Antes de que nos armáramos más lío o nos pusiéramos a la defensiva, Tony citó las palabras del Señor a santa Catalina de Siena: "Yo soy el que es; tú eres la que no eres." Esa es la verdad que hemos de alcanzar. Nosotros no existimos. Nosotros, en tanto que nosotros, no somos. Yo, como yo, no soy. Estoy tan acostumbrado a verme a mí mismo como a mí mismo que esto no me resulta muy fácil para empezar. El primer paso será entender con la mente el sentido exacto de esa proposición, y luego vendrá el paso mucho más importante y mucho más difícil de aceptarlo, asimílalo, identificarse con esa verdad íntima y llevarla a la vida cotidiana. Vamos paso a paso.

Tony se levantó y se puso de pie en medio del grupo, que seguía sentado en círculo en las célebres "sillas de Sádhana", verdaderas tumbonas de respaldo de ángulo adaptable, cariñosas compañeras y refugio de nuestros cansados huesos en las largas horas de las sesiones interminables, en las que resultaba duro a los miembros entumecidos acompañar al interés siempre vivo de la mente. Cogió una de las sillas, la enseñó a todos como un prestidigitador que va a comenzar la sesión, la plantó en medio y dijo: "Si yo digo 'Esta silla' y luego 'Mi silla', ¿ha cambiado algo? En la silla, desde luego que no. El que yo la llame 'mía' no causa algún cambio en ella. Es decir que, por lo que concierne a la naturaleza de las cosas, el 'mío' o 'mía' no tiene sentido. Si yo desaparezco, esta silla se queda tal como está. El decir 'mía' no le añade algo a la silla; es una pura invención de mi mente, una etiqueta en mi cabeza. Y lo mismo hay que decir de mi comunidad, mi grupo, mi país, mi familia, mis amigos. Buda dijo estas sabias palabras: 'Estos son mis hijos, mi casa, mi tierra...: ésas son las palabras de un necio que no entiende que ni él mismo es suyo.' Si el 'mi' no añade algo cuando se usa con cualquier otra cosa, tampoco añade algo cuando se usa con uno mismo. 'Mi' persona nada quiere decir. 'Yo mismo', sencillamente, no existo."

Tony dejó la silla en su sitio, cogió un libro y volvió al centro del grupo. "Mirad este libro. ¿De qué está hecho? Lo puedo expresar claramente como si fuera una ecuación matemática: páginas + letras + cubierta + ilustraciones = libro. ¿Está claro? Pero imaginad que ahora digo: páginas + letras + cubierta + ilustraciones + libro = libro. Ahí hay algo que no funciona, ¿No es así? He metido de contrabando la palabra 'libro' en la definición de 'libro'. Eso, desde luego, no vale. Cualquier profesor (o alumno) de lógica descubrirá el sofisma e indicará que no se puede usar el concepto de libro para definir qué es un libro. Círculo vicioso. Bueno, pues ahora, atención. Aquí está Kurien (uno de los del grupo, a quien Tony cogió de la mano y lo llevó al medio.) ¿De qué está hecho Kurien? Claro, habrá que decirlo de manera distinta según cada teoría; según una, estará hecho de tierra, agua, aire y fuego; según otra, de moléculas, átomos, electrones o lo que sea; según otra, de mente, alma y cuerpo, o sencillamente de alma y cuerpo como nosotros preferimos decir. De modo que ahí tenemos nuestra ecuación: alma + cuerpo = Kurien. Pero no es eso lo que nosotros decimos en la práctica. Lo que nosotros pensamos y decimos es: alma + cuerpo + Kurien = Kurien. Es decir, metemos también de contrabando la persona de Kurien en la definición de Kurien. Ponemos un 'Yo' por encima de su cuerpo y su alma y distinto de ambos, es decir, metemos a 'Kurien' en 'Kurien' y hacemos que Kurien posea y controle a Kurien, con lo cual le creamos un lío de identidad que Kurien ya no sabe quién es Kurien, si el que controla o el que es controlado, y ya no sale de ahí en toda su vida."

Después de decir que ese ejemplo del libro y la persona era la manera más fácil que había encontrado hasta la fecha para

introducir esta materia, Tony continuó: "Fijaos bien. Yo estoy hecho nada más que del conjunto de alma y cuerpo; y, sin embargo, les pego luego un 'Yo' encima y hablo de 'mi' alma y 'mi' cuerpo. ¿Quién es ese 'Yo' al que pertenecen mi alma y mi cuerpo? Como le preguntó el irlandés a su párroco: 'Cuando yo me muera, mi cuerpo se quedará en la tumba, y mi alma se irá al cielo; pero... ¿Dónde estaré yo?' De hecho, no existe el tal 'Yo', pero nosotros nos imaginamos de algún modo que hay una personilla, asentada allá por la base del cráneo, que es dueña de nuestra alma y cuerpo, se siente responsable de ellos, los maneja y controla, y así se erige en el 'yo' que me controla a 'mí', que es una confrontación imposible.

Pensad por un instante en la frase 'Yo he de salvar mi alma'. ¿Quién es ese 'yo' que ha de salvar 'su' alma? Alguien distinto del alma, ¿No es así? Si no, ¿Cómo podría 'él' salvarla a 'ella'? De modo que hemos puesto un Yo que se encargue del alma. El Yo salvará a su alma. Parece que está claro. Pero ¿Quién, si se puede saber, salvará ahora al 'Yo'? Es evidente que tenemos que poner a otro Yo que se encargue del primer Yo. Este segundo Yo se cuidará del primer Yo y, al fin, lo 'salvará'. Todo va bien. Pero ¿Quién se encargará ahora de este segundo Yo? Nos hemos metido en un lío infinito. Un laberinto sin salida. El salón de los mil espejos. La cueva de las ilusiones. No hay manera de escapar de la trampa si no es eliminar de entrada el primer Yo."

"Os lo propongo ahora de otra manera. La mente se ha inventado el primer Yo. Eso ya crea un dualismo que separa al Yo del alma. Ese dualismo es lo que llamamos la oposición entre mi Yo verdadero y mi Yo sometido a las pasiones, mi Yo redimido y mi Yo pecador, el hombre viejo y el nuevo, la Bestia y el Ángel, el Yo libre y el Yo acomplejado... Según la terminología tanto en espiritualidad como en psicología. Pero, una vez que hemos establecido ese dualismo, es decir, esa separación y división, hay que poner a alguien por encima de ella para que juzgue, gobierne y controle. Hay que poner otro Yo. Y luego otro y otro, en cadena sin fin. Jerarquía interminable de 'yos' dentro del cerebro. Locura sin remedio. El vigilante que es vigilado por el vigilante que a su vez es vigilado por... La espiral que se pierde en las nubes. No hay manera de escapar al abrazo asfixiante de la espiral si no es cortar por lo sano y evitar ya su primer lazo, es decir, denunciar decididamente el sofisma del primer Yo."

"¿Habéis oído en vuestra vida una expresión más disparatada que 'el dominio de sí mismo'? La usamos con frecuencia y con respeto como figura de la personalidad equilibrada y del carácter ideal, sin pararnos nunca a examinarla de cerca. ¿Qué es lo que quiere decir el dominio de sí mismo? ¿Qué yo me domino a mí mismo? Es decir, ¿Qué el Yo domina al Yo? ¿Qué el Yo domina alguna otra cosa? ¿O que alguna otra cosa domina al Yo? Todo es absurdo. El campeón de ajedrez que se derrota a sí mismo. ¿Tiene eso sentido? ¿Quién ha vencido y quién ha perdido? En psicología, eso es esquizofrenia, y es enfermedad mental. Camino del manicomio. Otra frasecita de muestra. 'Me echo la culpa a mí mismo.' ¿Quién le echa la culpa a quién? ¿Es que me han dividido en dos mitades para que una de mis mitades le eche la culpa a la otra mitad? O como aquel que dijo: 'Tengo que echarme una mano a mí mismo.' Es decir, echarse una mano a su mano. Asunto tan difícil, en comparación de Alan Watts, como el morderse los dientes con los dientes, ver el ojo con el mismo ojo (sin espejo) o tocar la punta del dedo índice de la mano derecha con la punta del dedo índice de la mano derecha. Que lo pruebe quien quiera. Y, sin embargo, eso es lo que estamos haciendo todo el día como si fuera nuestro objetivo supremo. Dominarse a sí mismo, negarse a sí mismo (¿No es eso alta traición?), autodeterminación, autodisciplina. Pero ¿Quién disciplina a quién, quién niega a quién, quién rige a quién? Eterno tiovivo de vueltas y vueltas que hace imposible todo progreso espiritual mientras no nos apeemos de él."

Todos los recursos histriónicos de Tony, que eran muchos y variados, hubieron de ponerse en juego para mantener viva nuestra atención mientras él hablaba, actuaba, gesticulaba, cambiaba de voz, hacía el payaso y el mimo con dejo profesional y se dirigía, ya a uno, ya a otro, ya al grupo entero, que le seguía perplejo,

interesado, divertido. Todos le escuchábamos con intensa determinación, aunque la intensidad del escuchar no estuviese en relación con la claridad del entender. A mi alrededor podía ver yo lápices vacilantes cerniéndose sobre cuadernos en blanco, imagen de las mentes en blanco, a las que no resultaba fácil pensar rápidamente a lo largo de rutas nuevas. Tony corrigió el objetivo y bajó de la lógica a la descripción.

"El Yo es sólo una etiqueta pegada a este binomio alma-cuerpo. Yo soy un organismo que se llama Tony. Eso es todo. El problema es que la etiqueta tapa a la realidad y nosotros, como siempre hacemos, tomamos la etiqueta por lo que significa, el mapa por el territorio, el nombre por el objeto. Le concedemos una existencia independiente a la etiqueta, y creemos que la 'persona' de Tony es algo que existe por sí mismo, independientemente de su alma y de su cuerpo, y que es quien rige a ambos. Vamos a neutralizar un poco la situación y a pensar y hablar de nosotros mismos como 'organismos' a los que, sencillamente, se ha dado un nombre para facilitar el trato mutuo. Nos divertiremos un poco." Entonces Tony se dirigió a Joe Puli, Provincial de los jesuitas de Kérala, y le dijo: "Suponte que yo ahora te señalo a ti con el dedo y te digo: 'He oído decir que este organismo lo está haciendo muy bien de Provincial'. ¿Qué es lo que sientes? Te gusta, desde luego; pero, si yo lo digo de ese modo, no te produce demasiada emoción, ¿No es verdad? En cambio si te digo: 'He oído que tú lo estás haciendo muy bien de Provincial', eso te da mucha más satisfacción, ¿A que sí? Del mismo modo, si te digo: 'Tú eres un verdadero desastre como Provincial', seguro que lo sientes de veras; mientras que si digo: 'Este organismo es un desastre de Provincial', no te molesta tanto. Ya veis por dónde va la cosa. El 'yo' o el 'tú' directos son una amenaza, porque se toman muy en serio a sí mismos como responsables en última instancia de lo que 'este organismo' hace o deja de hacer, y les afecta seriamente tanto el éxito como e fracaso. En cambio, en cuanto descartamos la etiqueta amenazadora del 'yo' o el 'tú', la intensidad del sentimiento, en un sentido o en otro, se rebaja al instante. He averiguado que puedo decirle a cualquiera impunemente: 'Tu subconsciente es un canalla', a lo cual él asiente enseguida con una sonrisa complacida; mientras que, si le digo: 'Tú eres un canalla', se siente ofendido y puede reaccionar violentamente, con consecuencias desagradables para mí. La devaluación del 'yo', aunque sólo sea verbal, rebaja al punto la tensión y facilita el trato mutuo en cualquier situación. Imaginaos qué descanso será cuando la de valuación sea no sólo verbal, sino real; cuando yo caiga en la cuenta de que no hay Yo y, en consecuencia, tampoco hay algo de qué gloriarse ni de qué preocuparse. Esa es, ni más ni menos, la experiencia de los místicos. Santa Teresa de Ávila recibió la gracia de verse a sí misma como si fuera otra persona, como si fuese una extraña a sí misma; es decir, que dejó de identificarse con su Yo, y eso la llevó a conseguir aquella paz suprema por la que ya nada, bueno o malo, le afectaba, pues le resultaba como si le estuviese pasando a otro. Ese es el camino a recorrer, y ésa la dirección."

Yo pensé entonces (aunque sin interrumpir a Tony, que estaba demasiado absorto en su disertación como para admitir interrupciones) en Swami Ramdas, ese encantador místico hindú que siempre hablaba de sí mismo en tercera persona como si fuese la cosa más natural del mundo, ya que tomaba lo que le pasaba a él, fuera agradable o desagradable, como si le pasara a otro. Si cualquier otra persona hablara así, resultaría artificial y ridículo; pero en él resultaba perfectamente normal, ya que encajaba con todo su pensar y vivir. No tenía sentido del Yo en su vida, y por eso no tenía primera persona gramatical en su lenguaje. San Pablo había dicho en el momento más sublime de todos sus escritos: "Vivo..., bueno, no soy yo el que vive, es Cristo quien vive en mí." La experiencia religiosa más profunda en todos los climas y en todas las edades parece estar ligada a esta liberación del Yo a un nivel más elevado de autopercepción, sea cual sea la manera con que éste pueda describirse o dejar de describirse.

Tony seguía adelante: "Si alguien se cree en serio que es Napoleón, decimos que es un loco y lo encerramos en el manicomio. Si yo me creo que soy un Yo independiente,

estoy tan loco como él, sólo que, como todo el mundo piensa lo mismo, el manicomio en este caso es el mundo entero. Os tengo bien dicho que tenemos que deshacemos de todas las falsas ilusiones, y ésta es la principal y de la que dependen todas las demás. El Yo es una ilusión, y hay que deshacerse de ella cuanto antes. También os tengo dicho que hemos de liberamos de todos los apegos que tenemos, y ahora comprenderéis que, una vez que nos liberemos del Yo, todos esos "asimientos" se caerán por sí mismos. Una vez que no hay Yo, no tienen a dónde agarrarse. Y, por último, aquí veis también la última etapa de nuestro viaje hacia el amor a través de las relaciones interpersonales. El obstáculo definitivo y último para el verdadero amor es el egoísmo, el Yo. Desentiéndete del Yo, y ese día entenderás lo que es el amor. El resumen de todo lo que he dicho en estos días es: desentiéndete del Yo y serás libre."

Tony hizo una pausa, y yo aproveché para formular una objeción, no con ánimo de oponerme, sino de aclarar conceptos y profundizar en la idea fundamental, clara y oscura al mismo tiempo: "De acuerdo en eso de considerarme a mí mismo como 'este organismo'; lo entiendo, y me ayuda la idea; pero, Tony, si este organismo llamado Carlos tiene dolor de muelas, 'yo' siento algo que no siento cuando el dolor de muelas lo tiene el organismo llamado Tony; de modo que parece que hay algo allí además del organismo. ¿Me explico?" Tony tenía prevista la pregunta y contestó con claridad: "Lo que he dicho sobre el desentenderse mentalmente del propio Yo se aplica a todo, menos al dolor físico. El dolor físico pertenece al organismo, y tiene derecho a hacer sentirse en él. Es el caso de cualquier animal irracional, que no tiene conciencia psicológica de ser 'persona'. Siente el dolor físico y reacciona ante él, y en eso nosotros somos, exactamente lo mismo. El dolor físico deja sentirse en el organismo, y eso provoca la reacción correspondiente. Hasta ahí todo va bien. La equivocación comienza cuando ese mismo tipo de reacción personal se aplica a cualquier otro tipo de dolor o sensación. Suponte, por ejemplo, que te insulta alguien. Entonces es cuando tu organismo ha de sentirse y mostrarse totalmente indiferente, como si fuera el organismo de Tony el que ha sido insultado. Mientras sientas el insulto, queda algo del Yo en ti."

Me satisfizo la respuesta, pero volví a insistir en la misma línea para aclarar un punto definitivo: "¿Y qué sucede cuando yo muero, es decir, cuando este organismo se muere?" Tony contestó como un relámpago, con un tono de certeza innegable: "No hay Yo, Carlos. Nadie se muere. La muerte no existe."

Un súbito silencio reverencial se apoderó de la sala. Todos sentimos la trascendencia del momento. Habíamos llegado a la cumbre.

Tony iba a por todas. Estaba convencido hasta el fondo de lo que decía, hablaba con celo y entusiasmo, ponía énfasis en cada palabra, y era evidente que todo lo que nos estaba explicando ahora era el resultado de una larga reflexión y una decidida experiencia personal. Me acordé de que ya en los días de "Sádhana I", en Poona, Tony se había referido al misterio del Yo y había llegado a formular la pregunta expresa: "A fin de cuentas, ¿Qué es el Yo?" Eso quiere decir que ya pensaba en ello desde aquellos primeros años, aunque entonces no desarrolló la idea. Y, por fin, ahora, diez años más tarde, con todo el estudio y la práctica de su perseverante sinceridad por medio, la semilla había dado fruto, y aquella breve pregunta se había convertido en el núcleo de su doctrina.

En "El canto del pájaro" hay ya varias sugerencias que apuntan a este tema. Cito uno de los cuentos, que se llama precisamente "Renunciar al Yo". "El discípulo: 'Vengo a ofrecerte mis servicios.' El maestro: 'Si renuncias a tu Yo, el servicio brotará automáticamente.' (Comentario:) Puedes entregar todos tus bienes para ayudar a los pobres, entregar tu cuerpo a la hoguera, y no tener amor en absoluto. Guarda tus bienes y renuncia a tu Yo. No quemes tu cuerpo; quema tu 'ego'. Y el amor brotará automáticamente."

Tony sabía perfectamente que, al adoptar esta espiritualidad, se ponía a tono con lo mejor que hay en toda tradición

religiosa, comenzando por el misticismo cristiano y siguiendo por el sufismo mahometano, el advaita hindú, el atomismo del Zen y el vacío del Tao. De hecho, no se trata de un pensamiento original ni de un descubrimiento nuevo, pero sí de una asimilación personal que daba a las palabras de Tony un filo y un empuje de actualidad ineludible y de seriedad inquietante. En poco tiempo llegó a comunicarnos algo de su entusiasmo y su dedicación a lo que para él era claramente el destino supremo del hombre sobre la tierra. Y entonces surgió la pregunta inevitable de sus fervorosos oyentes: ¿Y qué hacemos ahora, en la práctica, para conseguir eso?

Aquí Tony se volvió seco, frío, casi desentendido de lo que hiciéramos nosotros, con técnica evidente que quería decir: allá vosotros; yo he señalado el camino, y a cada cual le toca recorrerlo como mejor sepa; ya me conocéis bastante a mí y a Sádhana para saber que ni yo ni alguien puede hacer por vosotros lo que es exclusivamente asunto vuestro: vivir vuestra vida. Habló en términos negativos, como lo hacen todos los que tratan de este estado del alma; pero esa misma negación tiene sentido, porque, al cerrar puertas fáciles, nos orienta con feliz necesidad hacia las difíciles. Esto es lo que decía Tony cuando llegó a la práctica de lo que había explicado: "No hay esfuerzo, por valiente que sea, que pueda llevarnos a desentendernos del Yo. Al contrario, todo esfuerzo es contraproducente, porque refuerza al Yo en vez de rebajarlo. Cualquier método basado en la fuerza de voluntad no hace más que confirmar y robustecer al Yo, que es lo contrario de lo que debería hacer; así es que hay que descartarlo de raíz. ¿Con qué nos quedamos, entonces? Con la eterna paradoja que ya hemos enunciado más de una vez: sin esfuerzo nada podemos hacer, y el esfuerzo no hace más que estropearlo todo. (¿Os acordáis de Buda? El deseo de la iluminación es, a un tiempo, condición esencial... Y obstáculo insuperable para conseguirla.) El único método, si método puede llamarse, es abrir los ojos y ver.

Sencillamente ver, caer en la cuenta, dejar que caigan las escamas de los ojos. Es tan fácil que por eso mismo es difícil. Es espontáneo, y por eso hay que trabajarlo. Hasta ahí llegamos juntos, y por lo demás... ¡buena suerte! Os aviso también que esta espiritualidad no es para todos. Es decir, para todos vosotros sí, pero para todo el mundo no. La mayor parte de la gente seguirá necesitando muletas para andar, y tienen pleno derecho a usarlas si así lo desean. Quien sea valiente, que se despoje de todo y se lance a la búsqueda desnuda de Dios despojándose de sí mismo. Aun de los que lo intentan, no todos lo consiguen. Quizá uno de cada millón llegue a la iluminación final. Aunque, por otro lado, no dudo en decir que cada uno de vosotros aquí presentes puede perfectamente alcanzarla. Ahora sí, otra advertencia: esta iluminación final es o todo o nada; no va por partes ni se obtiene a trozos; o la alcanzas o no; no puedes estar 'bastante encinta'; o lo estás o no lo estás. No nos engañemos con medias tintas. Este no es camino para cobardes o pusilánimes. Precisamente el fracaso en esta empresa viene de la falta de determinación. Ya os lo dije antes, y lo vuelvo a repetir ahora: nadie quiere curarse. Nadie quiere deshacerse de su propio Yo, por mucho que lo diga. La aventura en ese reino desconocido es demasiado extraña y aterradora, y nadie quiere adentrarse en él. Nos gusta llevar el timón, dirigir nuestra vida, llevar la contabilidad, controlarlo todo... Y la idea de quedarnos sin nuestro 'Yo' nos deja sin dónde agarrarnos, cosa que no nos gusta. En el fondo, es batalla de fe. Si supiéramos confiar en Dios, olvidarnos de nosotros mismos y dejarnos llevar por él en cada momento, entraríamos en este camino real que lleva a la liberación de la mente en medio mismo de la vida que vivimos. Hay que aflojar esas manos tensas con que nos agarramos al volante de nuestras vidas, con que nos agarramos al propio Yo, y... Dejarnos llevar. Hay que soltar el carné de identidad..., cosa que nadie quiere hacer, porque se encuentra perdido sin él. Id aflojando, id soltando. Y siempre queda una consolación. Aun sin llegar a la meta final, el mero vivir en esta atmósfera y practicar esta espiritualidad trae a la vida una gran paz y serenidad. Os aseguro que merece la pena. Y eso es todo lo que os puedo decir. ¡Animo!"

No son sólo los vectores principales de las grandes religiones del mundo los que convergen en el noble empeño de la eliminación del Yo, sino que también la psicología y la psicoterapia modernas (cosa que, por una parte, nos sorprende, y por otra nos confirma en este modo de pensar) han descubierto que la raíz de todos los problemas del hombre está precisamente en ese tozudo e ilusorio Yo, y que, por consiguiente, la vuelta a la salud mental pasa por la misma condición esencial de desentenderse del Yo. Un libro que circuló de mano en mano aquellos días en Lonaula fue el breve y encantador tratado de Gerald May, "Simply Sane" "("Nada más que cuerdo"), algunas de cuyas ideas han aparecido ya aquí en palabras de Tony, y otras cito ahora directamente: "La creencia en el Yo es mucho más que una elemental falta de lógica o un cómodo atajo lingüístico. Es algo que hace verdadero daño. Una vez que establecemos un Yo que de alguna manera posee y manipula el cuerpo, la mente y el alma, éstos se convierten en objetos. Se hacen cosas y pierden su misterio. Aun esto podría tolerarse si nos quedáramos allí, pero no nos quedamos. Creyendo, como ya creemos, que el Yo es en último término el responsable de controlar a la persona, ¿Qué sucede cuando algo se escapa a su control? ¿Cuándo se comete una falta? ¿Cuándo uno no consigue lo que quiere? Cuando eso sucede, nos produce la impresión de que nuestro Yo es defectuoso, porque no lo ha hecho bien. Y entonces viene una verdadera avalancha de sofismas. Si el Yo no funciona como Dios manda, hay que controlarlo y mejorarlo. Un nuevo Yo, que no se sabe de dónde sale, se pone a controlar a lo que, en el fondo, es el mismo Yo. Parece increíble, pero aún hay más. Cuando uno tiene éxito, cuando uno consigue hacer lo que quiere, cuando todo está controlado... ¿Quién se atribuye el mérito? ¿Quién se engríe con vana soberbia? El mismo escurridizo Yo. 'Yo he hecho un gran trabajo.' ¿Quién lo ha hecho? 'Yo me domino a mí mismo.' ¿Quién domina a quién? Atribuirse el mérito lleva a la soberbia, y echarse la culpa conduce a la responsabilidad, y de ambas maneras se fomenta el sofisma. Esto es pura locura, pero no hay quien se escape de ella. La humanidad está ya en un trance en que no puede desentenderse del Yo. Es imposible eliminar al Yo, porque es imposible encontrarlo.

Hay que aceptarlo como parte de la condición humana. Hay incluso que llegar a amarlo. Si se le acepta y se le quiere, se le toma más a la ligera, y uno puede descansar un rato. Y al descansar y relajarse, uno puede empezar a sentir confianza. Confianza en que la conducta humana puede seguir siendo una conducta responsable aun cuando uno afloje las manos del escurridizo volante. Confianza en que el vivir limpio y profundo tiene lugar cuando uno desiste de intentar vivir. (...) No es que siempre fuera así. No es que los seres humanos hayan creído siempre que sus personas eran objetos poseídos por otro Yo. Hubo otra época en que la gente no se preocupaba del Yo. Era la época del puro y simple vivir. Era el tiempo en que la vida cayó en la cuenta de que vivía, pero antes de que la voluntad del hombre se emborrachara de poder. En aquellos tiempos, a los seres humanos no les parecía algo especial eso de ser humanos. Los recién nacidos entraban en el mundo sin más ceremonia que el abrirse el huevo de un pájaro o el amanecer de un capullo. Y cuando alguien moría, era como una hoja cayendo de un árbol. (...) Nada hay que objetar al Yo como concepto. El problema comienza cuando nos creemos que la idea del Yo es una realidad. Y a eso le sigue la auténtica locura de que es nuestra obligación formar, arreglar, mejorar y, en último término, controlar esa 'cosa'. Si pudiéramos pasar por.la vida convencidos de que el Yo no es más que el nombre que se le ha dado a una combinación concreta de cuerpo, mente y alma, no andaríamos tan chiflados; pero metemos ese 'algo' que se esconde detrás del cuerpo, mente y alma, los controla y se responsabiliza de sus acciones... Y ¡se arma el lío!". Es notable el paralelo entre la psicología moderna y la espiritualidad tradicional. Todos parecen coincidir en que el Yo es el que tiene la culpa de todo. "Dios te pide sólo una cosa, y es que te salgas de tu Yo, en cuanto eres un ser creado, y le dejes a Dios ser Dios en ti" (Meister Eckhart).

El Yo ha echado raíces. A la mayoría de los mortales no nos será fácil desentendernos de él. Pero sí podemos, al menos, aligerar la carga tomándolo menos en serio, disminuyendo su importancia y sonriendo con alegría, en vez de agobiarnos con apuro. Si no podemos destronar al tirano, por lo menos quitémosle poderes. El antiguo y sabio consejo de que no hay que tomarse a sí mismo en serio adquiere súbitamente nueva dignidad e importancia al ser refrendado por la psicología y la mística. El mismo Tony, a pesar de su actitud de todo o nada en esta materia, llegó a admitir que también se podían conseguir victorias parciales, y que cualquier avance en esta dirección suponía tal aumento de paz de alma y profundidad de vida que merecía la pena el poner en marcha todos nuestros recursos para comenzar de alguna manera a entender, aceptar y practicar la doctrina de la no-existencia del Yo. Quedaba bien claro que ése debería ser pala todos nosotros el sentido y la meta última de Sádhana.

Esta concesión alentadora, sin embargo, no debe oscurecer en modo alguno la seriedad decidida y constante con que Tony insistió, en pleno uso de sus inmensos poderes de persuasión, sobre la importancia y gravedad de esta empresa definitiva. Citó a san Juan de la Cruz, y dijo que éste era el sentido de su célebre "nada, nada, nada", que es lo único que puede llevamos al "todo, todo, todo". La dimisión del Yo es el arranque fundamental que, en fe y esperanza, nos ha de llevar a la plenitud del "todo".

Fue durante uno de esos elocuentes ataques contra el propio Yo, mientras parecía que nada en absoluto podíamos ya hacer o dejar de hacer en aquella verdadera noche oscura del alma, con Tony metiéndonos a martillazos sin piedad esa idea fundamental en la cabeza, cortando todas las escapadas y deshaciendo todas las excusas, urgiéndonos a la generosidad total frente a las ingentes dificultades de la aventura que parecía dejamos colgados entre el cielo y la tierra sin algún apoyo, cuando le oí a Tony la que fue quizá la frase más bella y más profunda que jamás oí de sus labios. Nos dijo: "Cuando la gente me oye hablar de esta manera, me dicen: 'Tony, al oírte hablar así, uno se queda sin algo donde agarrarse...'; Y entonces yo completo la frase añadiendo en el mismo tono: '... Así dijo el pájaro cuando empezó a volar.' Ya lo sabéis."

GARABATOS

Si alguno de mis lectores o lectoras va sacando la impresión de que me está resultando fácil escribir este libro, estará profundamente equivocado o equivocada. Para empezar, me acompaña, al escribir este libro, la preocupación constante de ser fiel al pensamiento de Tony y a mi manera de entenderlo. Soy consciente de que quienes lean este libro serán, en su mayoría, personas que conocieron a Tony, que le oyeron hablar o han leído sus libros y, en consecuencia, se han formado en su mente su propia imagen de Tony, esperarán verla reflejada en este libro y quedarán desilusionados si no la encuentran o, peor todavía, si la encuentran deformada o esencialmente distinta de la que ellos defienden como verdadera. Este libro tendrá tantos críticos como lectores, y esa consideración me ha frenado muchas veces la mano y me ha hecho volver a escribir más de una página.

Y luego, para complicar más la cosa, Tony fue el charlista más desordenado de todos a los que he tenido el honor de escuchar a lo largo de toda mi vida. Si he conseguido poner algún orden en los capítulos de este libro y alinear cada tema bajo un título, ha sido sólo a base de un esfuerzo consciente y constante por lograr cierta claridad en la exposición y gradación ascendente en el desarrollo de las ideas. Tony no hizo algo por el estilo. El tocaba todos los temas en todas las sesiones, los mezclaba alegremente según salían, saltaba de uno a otro sin previo aviso, cambiaba de dirección casi a cada instante, respondiendo siempre al aquí-y-ahora con despreocupación absoluta de seguir un orden sistemático o de acabar o dejar de acabar lo comenzado. Nombró a uno de los miembros del grupo (mi encantador amigo Tony Matta) para que tomara nota cada vez que dijera: "recordadme que vuelva a tratar este punto más adelante", y para que se ocupara de recordárselo en

sesiones sucesivas, para ir atando todos los cabos sueltos. Pero le salió todo al revés, porque precisamente el saber que había alguien encargado de recordarle los temas dejados a medias le hizo despreocuparse en absoluto de llevar cuenta de lo dicho y lo que quedaba por decir, y por mucho que se lo recordasen y se lo volvieran a recordar, no había manera de controlar sus digresiones de digresiones dentro de otras digresiones. Las mismas notas que yo tomé dan testimonio, línea por línea, del espontáneo desorden de su imaginación creadora.

Ante esa situación, lo que yo he hecho ha sido escoger los temas principales de que él trató en esos días, revisar mis notas cada vez para entresacar todas las alusiones que hizo al tema, y ordenarlas luego de alguna manera, título por título. Eso he venido haciendo en todos estos capítulos; y al acabarse los temas principales, me queda todavía una serie de citas y pensamientos aislados, como garabatos entre las líneas de una página impresa, y me propongo ahora recoger algunos de ellos sin algún orden concreto o relación especial entre los mismos. No lo hago por deseo de agotar el pensamiento de Tony, sino, sencillamente, porque sentiría dejarme algunas cosas que me agradó oírle decir.

***

"¿Estás nervioso porque no sabes dónde te has dejado las llaves? Solución barata: Levántate y encuéntralas. Solución verdadera: Ponte en contacto con tus propios sentimientos, enfréntate con tu nerviosismo, admítelo, acéptalo, abrázalo hasta que se calme y vuelvas a sentir paz. Luego sí, levántate y busca y recobra las llaves. A fin de cuentas, también las vas a necesitar. "

***

"Aplicaos a vosotros mismos lo que yo digo, y no penséis en otros mientras tanto. No seáis 'trinchadores', como decía el Padre Rodríguez, que sólo piensan en lo bien que le vendría esto a fulano o a mengano, y no se les ocurre pensar en lo bien que les vendría a ellos mismos; toman notas a la desesperada para endilgarles a otros todo lo que yo digo, y ellos se quedan tan frescos. Una vez, un párroco les estaba predicando un sermón de infierno a sus feligreses con rayos y centellas: 'Todos vosotros moriréis, y cada uno de los miembros de esta parroquia habrá de presentarse un día ante el Juez Eterno a dar cuenta de todo lo que ha hecho en su vida con todos sus pecados, y someterse al castigo que el Justo Juez le imponga. ¡Atemorizaos y temblad!' Mientras los fieles temblaban al unísono, alguien se echó a reír a carcajadas desde el centro mismo de la iglesia. El párroco le increpó desde el púlpito: '¿Estás loco, que te ríes y eres el único que no te das cuenta de lo serio de la situación?' A lo cual el buen hombre contestó: '¡Es que yo no soy de esta parroquia!' Pues ya lo sabéis. Aquí todos somos de la misma parroquia."

***

Una historia con segundas intenciones... Muy a lo Tony. "Un señor iba todos los días a comprar el periódico a un puesto cercano a su casa, pero cuyo dueño era tan arisco que, al venderle el periódico, le insultaba y se reía de él a diario. Un amigo de aquel señor lo notó y le dijo: '¿Por qué te empeñas en comprarle todos los días el periódico a ese vendedor que te trata tan mal? A la misma distancia tienes otro puesto cuyo dueño es muy amable y tendrá sumo gusto en proporcionarte todos los días el periódico sin que tengas que someterte a los insultos de ese loco.' A lo que la víctima de los insultos contestó: 'Y ¿Por qué ha de ser ese señor, que, según tú, me insulta, quien decida dónde he de comprar yo el periódico?' ¿Entendéis?"

***

"A veces la mejor manera de decir la verdad es con una mentira. Una vez, un hombre estaba a punto de morir, y en sus últimos momentos expresó el deseo de ver a su hijo único antes de fallecer. Buscaron al hijo, lo encontraron y lo llevaron al lado del moribundo, que había perdido ya la facultad de ver y hablar, pero aún podía oír y sentir. El hijo entró y llegó a su lado, pero, al verle la cara de cerca, cayó en la

cuenta de que el moribundo no era su padre. Alguien se había equivocado, y no había ya tiempo para emprender otra búsqueda. ¿Qué hacer en esas circunstancias? El supuesto hijo reaccionó rápidamente, tomó la mano del moribundo entre las suyas, se inclinó con cariño y le dijo al oído: 'Padre, he llegado. Soy tu hijo. Aquí me tienes a tu lado.' Una sonrisa de felicidad iluminó el rostro del moribundo, y en paz murió con su mano aún cogida en las de su supuesto hijo. ¿Fue eso una verdad o una mentira?" A continuación, Tony contó otra historia, aún más realista, para probar la misma tesis, pero esa historia no se puede contar por escrito.

***

No puedo ponerme aquí a contar todas las historias que nuestro incomparable "cuentista" nos contó en Lonaula, pero sí voy a referir ahora mi favorita entre todas ellas. Es de una inocencia literalmente pastoril a primera vista, pero encubre valientes consecuencias para quien sepa interpretada. También Jesús habló en parábolas. "Quien tenga oídos para oír, que oiga."

"Un pastor apacentaba su rebaño en el campo cuando un forastero se acercó y comenzó a hacerle preguntas sobre las ovejas. 'Dime', le preguntó, '¿Cuánto andan tus ovejas en un día aproximadamente?' El pastor contestó: '¿Se refiere Usted a las blancas o a las negras?' -'Digamos, a las blancas.' -'Unos cuatro kilómetros.' -'¿Y las negras?' -'Unos cuatro kilómetros.' El forastero volvió a preguntar: 'Y ¿Cómo cuánto comen?' -'¿Se refiere usted a las blancas o a las negras?' -'Las blancas.' -'Como tres kilos de hierba.' -'¿Y las negras?' -'Como tres kilos.' El forastero comenzaba a escamarse, pero siguió preguntando: Y ¿Cuánta lana dan tus ovejas?' Al pastor no se le olvidó precisar una vez más: '¿Las blancas o las negras?' -'Veamos las blancas primero.' -'Cinco medidas de lana al año, señor.' -'¿Y las negras?' -'Cinco medidas.' Con eso se acabó la paciencia del forastero, que exclamó con justificada indignación y sorpresa: '¿Es que me estás tomando el pelo, o qué? Yo te hago preguntas bien claras y directas sobre tus ovejas, y tú cada vez me haces decir que a ver si es de las blancas o de las negras; y cuando te lo pregunto por separado, me das siempre exactamente la misma respuesta para las unas que para las otras. Dime de una vez: ¿hay alguna diferencia entre las blancas y las negras o no?' -'Claro que sí, señor', contestó el pastor con la serena sonrisa de la sabiduría campesina en los labios, ¡las ovejas blancas son mías!' -'¿Y las negras?, preguntó el forastero para satisfacer una última curiosidad. El pastor, sin perder la sonrisa, contestó: 'Las negras también son mías, señor'."

Esa historia me hizo un buen servicio a mí el mismo día en que dejé Lonaula, y por eso la recuerdo con especial cariño. En mi viaje de vuelta a Ahmedabad, paré un día en Bombay, que me pillaba de paso, y di allí una conferencia como me habían pedido y anunciado de antemano. De hecho, yo había pensado preparar esa conferencia en Lonaula, donde esperaba tener tiempo de sobra aquellos quince días. No sucedió así, pues me entregué en cuerpo y alma a nuestro cursillo y no quise distraerme con otros asuntos, con lo cual mi charla de Bombay se quedó sin preparar. Ya en Bombay, me enfrenté a mis oyentes con sólo una somerísima preparación de última hora; pero venía yo tan lleno de la alegría engendrada en Lonaula que mi bullicio interior me salía por todos lados, contagió desde el primer momento a mis oyentes, y las dos horas de charla fueron un festejo de buen entendimiento y buen humor que a mí mismo me dejó asombrado. Lo pasamos en grande.

Al final de la charla tenían derecho a hacerme preguntas y, como había mucha gente, se les había rogado al principio que me hiciesen las preguntas por escrito en papeletas que se les distribuyó allí mismo. Me llegó al estrado la primera papeleta. La leí, y un temblor de alegría me sacudió todo el cuerpo y se me asomó a los labios en éxtasis perplejo. La pregunta era: "Padre, al hablar usted se le notan una felicidad y alegría irreprimibles. ¿Puede decirnos cuál es su secreto?" Me guardé cuidadosamente aquella papeleta con la intención de enseñársela a Tony la primera vez que nos viéramos. Su muerte no me lo permitió.

Y veamos ahora cómo me valí de la historia de las ovejas. Entre los oyentes, que eran en su mayoría jainistas (seguidores de Mahávir, contemporáneo de Buda y semejante a él en muchos aspectos), había tres monjes jainistas que se unieron a la hora de las preguntas para imponer a su manera su propia filosofía y concepción del universo, que conozco bien. Es uno de los sistemas filosóficos más minuciosos, detallados, ordenados y clasificados que existen.

Todo tiene su nombre, su definición, sus divisiones y subdivisiones, con tal perfección conceptual y gramatical que engendra en ellos un verdadero orgullo escolástico no del todo injustificado. Demostraron aquellos tres monjes sus conocimientos ante mí y ante todos los oyentes, y arremetieron con sus listas de los cinco "elementos", las cuatro "funciones", las siete "sustancias" con sus catorce "semisustancias" y toda la interminable letanía de sus categorías escolásticas. Yo estaba en plan de buen humor y, con cara seria para ocultar mis intenciones, le pregunté al monje que llevaba la voz cantante: "Eminencia, ¿Qué tal resultaría si, en vez de poner siete sustancias, pusiéramos... Ocho y media"? El no vio la broma, pero todos los demás la captaron al vuelo. Cuando los buenos monjes cayeron en la cuenta de que yo me estaba tomando su sagrado sistema con cierta ligereza, se pusieron a defenderlo apasionadamente sin ceder ni un ápice de sus siete sustancias y catorce semisustancias, con todo el resto de su disciplinada terminología.

Entonces, para apaciguarlos y abrir con el humor la puerta a la amplitud de miras, les conté la historia de las ovejas blancas y las ovejas negras. Todas las distinciones que inventa nuestra mente vienen a ser, a fin de cuentas, como las distinciones del pastor. A todos les hizo gracia el cuento. A los monjes no.

***

"Nunca os olvidéis del consejo que U Ba Kin dio a su discípulo, el maestro Goenka (bajo cuya dirección habíamos hecho todos nosotros unos Ejercicios Espirituales budistas en Igatpuri): 'El mejor amigo del hombre es... Su nariz.' La respiración consciente, el fijarse al inhalar y exhalar el aire, el ponerse a tono con los ritmos del cuerpo. Gran secreto de paz interior."

***

"San Ignacio dice: Al comer, pensad en Jesús. El Zen dice: Al comer, pensad en el comer. ¿Son estos dos enfoques tan distintos? ¿No es Jesús nuestro alimento? ¿No es toda comida símbolo de la Eucaristía? ¿No está Dios presente en todo lo que comemos? ¿No es cada acto nuestro un acto de fe? Haz lo que haces, y come cuando comes. Jesús está contigo.".

***

"¿Sabéis la historia de la boda de los italianos? La pareja andaba en busca de un lugar para la fiesta después de la ceremonia religiosa, y, al no conseguir algún salón y temer un festejo a aire libre, porque podía llover, le pidieron al párroco que les dejara tener la fiesta en la iglesia misma después de la celebración de la Santa Misa y el sacramento del matrimonio. El párroco accedió al final, después de muchos ruegos, pues tenía sus dudas y miedos, y puso como condición indispensable que ni se bebiera ni se bailara en la iglesia.

Los novios se comprometieron a ello alegremente... Y alegremente se olvidaron de ello. ¿Cómo puede concebirse una boda en Italia sin música y sin baile? El párroco oyó el barullo y fue a pararlo inmediatamente, pero antes llamó a su vicario para que le ayudase a echar de la iglesia a los del festejo. El vicario le hizo reflexionar: 'Piense usted en Caná de Galilea. ¿No era eso una boda con buen vino y, sin duda, buen baile, en presencia de Jesús y María?' -'Sí', contestó el reacio párroco, 'pero ahí no tenían el Santísimo Sacramento.' Hay que tener ojos para ver a Jesús."

***

"Sed siempre fieles a la Iglesia; es nuestra Madre. Y digo fieles no sólo a la Iglesia del presente, sino también a la Iglesia del futuro,"

***

"Sé muy bien que hay gente que me odia. Un sacerdote no me ha perdonado el que le dijera que él trataba al Espíritu Santo como si fuera un juguete. Otros dicen que tengo complejo de 'prima donna'. Sí es verdad que me gusta estar en el centro del grupo en el que me encuentro y llevar yo la voz cantante. Por otro lado, yo mismo estoy sorprendido y casi no puedo creerlo, aunque es un hecho, que lo que otros dicen de mí, sean insultos o alabanzas, me tiene sencillamente sin cuidado. No me afecta en absoluto de una manera ni de otra, y también sé que antes no era así."

***

"La religión es el dedo que señala a la luna. ¡No te pongas a chupar el dedo!"

***

Tony contó una vez más la célebre historia de los Upánishads, aunque cambió el tigre en león, cosa que a mí no me gustó, y así se lo dije. Es verdad que aún quedan unos pocos leones en la India en la selva del Gir, precisamente en el estado en que yo vivo, que es el Gujarat; pero el símbolo de la vida animal salvaje en la India es el tigre, que ocupaba en un tiempo toda su geografía, y él es protagonista de la historia original que tiende a esclarecer la doctrina básica del verdadero Yo. Un cachorro de tigre se perdió en la selva, se encontró con un rebaño de cabras, se unió a ellas y vivió y creció como una cabra más, comiendo hierba, balando como ellas y creyendo él mismo que era una cabra. Un día, un tigre adulto se encontró con el rebaño y vio el extraño espectáculo de un tigre como él portándose en todo como una cabra. Se acercó a él, lo llevó a un lado y trató de convencerle de que no era una cabra, sino un tigre. Pero sus argumentos no le valieron de algo. Entonces se fueron los dos tigres a un charco, donde vieron sus caras reflejadas en la superficie del agua, y eran iguales. Y por fin la prueba decisiva. El tigre de verdad mató a una cabra y le hizo probar su sangre al tigre-cabra. Con eso se despertó en sus entrañas su instinto y su naturaleza de tigre y, dando un gran rugido, se unió por fin a los suyos. Tony me explicó que había cambiado al tigre por el león, porque había usado esa historia en América, y allí el león y su rugido y su título de rey de la selva encajaban mejor que el tigre. Sea como fuere, el cambio era puramente circunstancial, y el sentido profundo y el reto moral de esa antigua historia continúan intactos. Tony, con frecuencia, acababa sus charlas públicas o incluso sus cursillos con esta historia.

***

Presencié esta breve escena entre Tony y uno del grupo. -"¡Qué bonito es ese pequeño toca-casetes que tienes, Tony!" -"¿Te serviría a ti de algo?" -"Sí. Precisamente andaba buscando uno como ése." -"Pues quédatelo. Yo siempre puedo conseguirme otro cuando lo necesite. Es la ventaja de viajar con frecuencia al extranjero." Y allí mismo el toca-casetes cambió de dueño.

***

Una de las Hermanas del grupo, mujer de belleza singular, vino un día a una de las sesiones con el pelo suelto cayéndole ampliamente sobre los hombros y la espalda a la bella y típica manera de las mujeres de Kérala en el sur de la India. Yo lo noté y, al acabar la sesión, crucé el salón, me dirigí adonde ella estaba, sentada todavía en su silla, me incliné hasta mirarla cara a cara y le dije directamente a los ojos: "Gracias por haber venido con el pelo suelto. ¡Estás bellísima!" Ella no supo más que sonreír en agradecida sorpresa, y yo me enderecé, seguí adelante y salí. Tony, que había observado el breve encuentro desde la otra esquina del salón, me preguntó al salir: "Carlos, ¿Qué le has dicho que le ha sacado esa sonrisa tan espontánea?" Se lo dije, y él comentó: "Te apuesto lo que quieras a que mañana viene otra vez con el pelo suelto. Y ¡esperemos que no sepa el sentido que la frase tiene en inglés! "En inglés, "soltarse el pelo" quiere decir... Bueno, ¡Soltarse!

***

"Creer no es coleccionar certezas, sino ser capaz de dudar."

***

"El patriotismo es una enfermedad tan perniciosa como el racismo."

***

El himno de Sádhana que se cantaba en las despedidas con la música de "Ein Schneider hat'ne Maus": "Sentimos que os marchéis - Sentimos que os marchéis - Pero ¿Qué diablos estáis haciendo aquí? Sentimos que os marchéis."

***

Le comente a Tony que me sorprendía ver de qué manera tan distinta e inesperada reaccionaba él ante casos que a primera vista parecían ser enteramente semejantes. Me contestó: "Mi éxito depende de eso."

Durante el segundo cursillo de renovación que hice con Tony, me hizo la siguiente confidencia: "Leo bastante para estar al tanto de lo nuevo que sale y repasar lo antiguo, y también, desde luego, para coleccionar historias y cuentos con vistas a mis charlas y a mis libros. Pero para mi provecho personal sólo leo (su expresión exacta fue 'sólo aguanto') a tres autores: Krishnamurti, Alan Watts y Bertrand Russell." Por lo que se refiere a Krishnamurti, eso representaba un cambio de opinión en Tony. Durante mi "Sádhana I", yo le había preguntado una vez qué opinaba de Krishnamurti, y su respuesta había sido: "No ha llegado a interesarme." Cuando ahora le recordé aquel juicio, me dijo: "Sería que tropecé con alguno de sus libros menos interesantes, o que no presté atención. Ahora me encanta, y lo encuentro de lo más sano, profundo y sincero." Yo me había encontrado dos veces en la vida con KrishnamUftí, y las dos fueron largas entrevistas privadas, y Tony me hizo contarle esas entrevistas en detalle y la impresión que Krishnamurti me había causado en su trato personal. A Tony no le impresionaba mucho su biografía, pero sí sus escritos, o más bien su charlas.

Hasta tal punto que, en Lonaula, algunos días venía a la sesión con un libro de Krishnamurti y comenzaba a leerlo en voz alta y a comentarlo frase por frase, convirtiendo así el texto en la base de toda una charla. Eso no era algo que Tony hiciera con algún otro autor, y demuestra el grado de aprecio a que había llegado con respecto al pensamiento de Krishnamurti. También nos dijo que, si alguien quería hacer ahora Ejercicios Espirituales de ocho días bajo su dirección, le daba el primer día al ejercitante un libro de Krishnamurti (casi siempre "Think of these Things", que, al estar compuesto de charlas a estudiantes, es más asequible) y le decía que leyese un capítulo al día y viniera a comentarlo con él. Reconocía que a veces requiere bastante esfuerzo y concentración el entenderlo, pero insistía en que merecía la pena. Pasé algunos ratos deliciosos con Tony canjeando citas favoritas de Krishnamurti. Un botón de muestra: "Todo esfuerzo distrae del puro ser," Por ahí iba el juego.

***

"Cada vez que te quejas de alguien estás diciendo que tú eres mejor que él."

***

"Os solía yo decir, como os acordaréis bien, que siempre que alguien a vuestro alrededor hiciera algo bien hecho le dierais 'palmaditas en la espalda' psicológicas, es decir, que le alabaseis para hacerle sentirse a gusto y así reforzar su buena conducta. Ahora os digo que no hagáis tal cosa, a no ser por las expresiones oficiales de buena educación en tales casos. 'Palmaditas en la espalda' son sólo una manifestación sutil para hacer que esa persona dependa de vuestras alabanzas y ceda ante vuestros deseos."

***

"Cuando hace mucho calor en Lonaula, como está pasando estos días, yo me siento culpable y pido perdón por ello a los participantes del curso como si se tratase de 'mi' clima. Fijaos a qué extremos llegamos cuando nos identificamos equivocadamente

con cosas que nada tienen que ver con nosotros y sobre las que no tenemos control alguno. Eso es exactamente lo que nos pasa con el Yo."

***

"Sabido es que en la investigación médica se administran a veces medicamentos aparentes, como agua destilada o píldoras inocuas que el sujeto de la investigación cree ser verdaderas medicinas. Pues bien, médicos serios en los Estados Unidos me han dicho que tales supuestas medicinas causan el mismo efecto que las verdaderas... ¡hasta en sus efectos secundarios que el paciente ignora! Es un ejemplo impresionante, y para mí espeluznante, del poder que la mente tiene sobre el cuerpo."

***

"El día en que digas, ¿Estoy loco yo... O están locos todos los demás?, ese día ha comenzado tu salvación."

***

"¡Bienvenido al género humano!" era la exclamación espontánea de Tony cuando alguien del grupo mencionaba con miedo y timidez alguna debilidad personal que todos sabíamos era debilidad universal.

***

Tony tenía un gran sentido del humor y gran capacidad para explotar el ridículo, como saben muy bien todos aquellos que hayan pasado un rato en un grupo con él. En particular, él usaba esas dotes de humor cuando asomaba el tema del sexo, y así descargaba el ambiente al tratar materias delicadas. Le oí decir: "El lado cómico del sexo me ha divertido siempre. Chistes como el del músico tímido que se casó, o el de la pareja de jóvenes en un campamento nudista, que todos vosotros me habéis oído contar, sacan siempre a relucir al niño travieso que llevo dentro, y así disfruto con esos chistes y veo que los demás también disfrutan. La risa y el desahogo que engendran en el grupo sirven para aliviar la tensión que inevitablemente se va acumulando cuando unos cuantos hombres y mujeres pasan varios meses juntos. Yo me encargo de proporcionar ese desahogo. Y un buen chiste verde no deja de ser un buen chiste."

Me sobran ganas de contar aquí esos chistes, que recuerdo perfectamente, pero me abstengo de hacerla para que no se frunzan ceños sin necesidad. Por otro lado, no puede haber retrato completo de Tony sin el rasgo travieso de su atrevido humor, y así me propongo contar, en el mismo tono sano y alegre en que sucedió, un incidente que tuvo lugar en Lonaula al final de una de las sesiones y que nos hizo reír a todos de buena gana. Tony tenía una pícara mente que le permitía cambiar el sentido de la palabra más inocente en algo sonrojante con sólo un ligero cambio de voz, y aquel día una cándida Hermana resultó víctima del humor escabroso de Tony cuando menos se lo esperaba. Tony había estado enredando con el papel y el lápiz los últimos minutos, y la buena Hermana le pidió con sencilla curiosidad femenina: "Tony, enséñame tus garabatos." Desde aquel momento estaba sentenciada. Tony vio al instante las posibilidades cómicas de la situación y se metió en ella de cabeza. "¿Garabatos? ¿Mis garabatos? ¿Sabes lo que estás diciendo? ¿Sabes lo que quiere decir 'garabatos'?" La Hermana claro que lo sabía, y había usado la palabra en su directo y único sentido; pero para entonces ya se había dado cuenta del sentido que Tony le había dado a la palabra, y había comenzado a sonrojarse. Todos escuchábamos sabiendo que nos íbamos a divertir un poquillo. Tony miró alrededor, se aseguró de que todo el mundo le escuchaba y se dirigió al grupo con fingida indignación, como si estuviera gravemente escandalizado: "¿Habéis oído? Quiere que le enseñe mis garabatos. Y aquí, en público, delante de todo el mundo. ¿Habéis visto alguna vez conducta tan desvergonzada?" Todo el grupo se reía ya, mientras la pobre Hermana no sabía dónde esconderse. Tony prosiguió: "Te propongo un trato. Si tú me enseñas tus garabatos, yo te enseño los míos." Con eso el salón se vino abajo en una ola de carcajadas, y Tony mismo se rió gozosa y aparatosamente, como lo hacía en los momentos en que se estaba divirtiendo

de veras. Luego clausuró el incidente diciendo: "Desde ahora la palabra 'garabatos' pasa a formar parte del vocabulario de Sádhana. Ya sabéis todos lo que significa." Nadie volvió a pronunciar la palabra.

Confío en que alguien publique algún día una colección de todos los cuentos y chistes que Tony contó en su vida... Sin dejarse los chistes verdes.

EL ESPÍRITU DE "SADHANA"

Hacia el final de los nueve meses de Sádhana en Poona, yo hice una sugerencia al grupo que a nadie le gustó. Dije: "Hemos estado aquí casi un año viviendo juntos una intensa e íntima experiencia espiritual que ha cambiado nuestras vidas, y a lo largo de esa experiencia hemos ido expresando nuevos principios, ideas, enfoques, y hemos ido usando palabras y frases que encierran ahora un gran sentido para nosotros y que, en conjunto, resumen el espíritu de lo que hemos aprendido y queremos ahora llevar a la práctica en nuestra vida diaria. Podría ser una buena idea el recopilar todas esas frases clave, haciendo cada uno su lista, comparándolas y elaborando así un pequeño muestrario de ideas que refleje nuestro modo de pensar, nos recuerde nuestro compromiso y nos ayude a comportarnos de acuerdo con él. ¿Qué os parece la idea?"

Les pareció mal, y no se quedaron cortos en decirlo. Dijeron que una vivencia no puede reducirse a unas páginas impresas, que la letra mata y el espíritu vivifica, que una serie de frases parecería un formulario esotérico que podía caer en manos de cualquiera y ser mal entendido y peor citado. Incluso a Tony no le gustó la idea, pero, deseoso siempre de dar curso a cualquier iniciativa, dijo al fin: "Nada se pierde por probar. Vamos a intentarlo." Así lo hicimos. Cada uno escribió allí mismo una lista de las frases que más le decían a él, y luego las fuimos leyendo en voz alta. Aquello sonaba bien. Las listas convergían en ciertas expresiones vitales, y cada uno completó su lista a su manera. Hubo satisfacción general, y Tony dijo: "Después de todo, era una buena idea. Vamos a llamarlo 'El espíritu de Sádhana." No hubo algún comunicado oficial y ninguna lista se imprimió, pero yo he conservado aquella página, y quiero citar aquí sus dichos principales con breves comentarios, ya que es telón de fondo para todo lo que Tony pensó y dijo después, y ayudará conocerlo, en vez de darlo por sabido. Todos estos aforismos fueron, en mayor o menor grado, en un tiempo o en otro, centro de la atención y la experiencia de Tony, y marcan la dirección de su desarrollo espiritual.

***

"Deja en paz a la mente y recobra los sentidos." Por ahí empezaba Tony. Hemos dado demasiada importancia al intelecto en nuestra vida, y demasiado poca a nuestros sentidos. El pensamiento se nos muestra como la suprema actividad del ser humano, exclusiva y específicamente suya, mientras que los sentidos los comparte con el resto de los animales, y así son objeto de menosprecio, abandono y falta de confianza. Los "placeres de los sentidos" se oponen a "la dignidad del pensamiento", y con eso llegamos a ser en la práctica espíritus sin cuerpo o, peor, espíritus que se consideran oprimidos por el cuerpo. Hemos dividido en dos a nuestro ser, y hemos perdido la mitad. Hemos perdido la "sabiduría animal", el instinto de los sentidos, el equilibrio del cuerpo; hemos perdido el contacto con la naturaleza, que es base y guía de todo desarrollo humano. Al quedamos sin sentidos, nos encontramos "sin sentido" en medio de la vida, somos ciegos y sordos habiendo perdido la capacidad de ver y oír y oler y sentir, la capacidad de admirar y gozar que debería caracterizar a los hijos de la naturaleza, y que hemos trocado por una vil rutina a la que llamamos "existencia", y luego nos quejamos de que la vida no merece la pena vivirse. Es hora de volver a descubrir las riquezas de nuestros sentidos, y a través de ellos la belleza caleidoscópica de la vida.

***

"La gloria de Dios es el hombre en plena vida." Esa es una cita de San Ireneo en traducción libre, muy de moda en movimientos modernos de renovación

espiritual y expresión bella y profunda de una verdad muy consoladora de nuestra fe. Dios me ha creado para su gloria y, por consiguiente, la única manera que tengo de darle gloria es conseguir que esta creación suya que soy yo sea, dentro de los inevitables límites, lo mejor posible, es decir, que yo viva una vida llena, que yo sea plena y generosamente yo. Los psicólogos nos dicen que todos vivimos muy por debajo de nuestras posibilidades, y que usamos sólo un porcentaje mínimo de nuestras energías. Es decir que nuestra "vida" no es, ni mucho menos, "plena". Por consiguiente, nuestra meta ha de ser levantar el nivel de nuestra existencia a perspectivas más altas de naturaleza y de gracia; vivir una vida llena para darle así a Dios una gloria llena. Aquí quiero añadir una anécdota personal mía. Con este mismo espíritu escribí en uno de mis libros la frase: "Dios me ha creado para que le ame, le sirva, le alabe... Y así yo sea plenamente yo." Esa frase despertó sospechas. Me llegaron cartas de protesta de lectores serios que me acusaban de defender con esa frase el egoísmo, el "psicologismo" y el materialismo, traicionando los valores espirituales tradicionales. Esa experiencia me hizo sentir en mi propia carne lo que Tony había sentido mucho más en la suya: que Sádhana también tenía enemigos.

***

"Sabed bien lo que queréis, decidlo, y dejad a la persona a quien se lo pedís en plena libertad para decir, sí o no." Frase breve que es todo un tratado. Tony afirmó que así era como él mismo había avanzado en psicología y espíritu a lo largo de muchos años. Primero tengo que saber lo que quiero, es decir, permitirme a mí mismo ver qué es lo que yo en el fondo quiero de veras; sentirlo claramente, admitírmelo a mí mismo y aceptarlo plenamente, sin reservas. Después manifestarle ingenuamente mi deseo a la persona de quien depende su cumplimiento, sin rodeos, sin rebajarme a suplicar y sin retraerme por timidez. Y al hacerlo así, dejar enteramente libre a esa persona para que haga lo que yo le pido o no; es decir, le hago saber claramente, y yo de veras así lo siento, que me agradará mucho que haga lo que le pido, pero que no habrá resentimiento alguno por mi parte ni represalia de algún género si se niega a darme gusto. Ejercicio complejo y sano de conocimiento propio, libertad, humildad, sinceridad y valor. Todo eso se practica al emplearse una y otra vez en este delicado análisis. Y lo curioso es, insistía Tony, que la mayor parte de las veces que le pedimos algo concreto a una persona concreta, lo conseguimos. Y si no lo conseguimos, nada hemos perdido. Mientras que sí que ganamos en todo caso en claridad de visión y firmeza de expresión. Tony adaptaba este principio al mismo discernimiento espiritual, diciendo en paralelo: "Si de veras quieres saber lo que Dios quiere de ti, antes entérate de qué es lo que tú quieres de él."

***

"Sé consciente de tus sentimientos." Ese era el primer mandamiento de Sádhana. Descubre tus propios sentimientos, conócelos, acéptalos, acláralos, tenlos siempre presentes, no pierdas el contacto con ellos, permanece a su lado, vive con ellos. Decirle a alguien en el grupo: "No sabes lo que sientes" era un agravio intolerable. Perder el contacto con los propios sentimientos era andar a la deriva. Por muchas razones y argumentos que uno pudiera dar, si no se apoyaba en sus sentimientos, sus razonamientos para nada valían. Tony iba aún más lejos. En este contexto de hacer revivir a los sentimientos no había que hacer distinción alguna entre "buenos" y "malos" sentimientos, con la intención de fomentar unos y rechazar otros. Nada de eso. Los sentimientos, en sí mismos, no son ni buenos ni malos. En el "sentir" no hay ni virtud ni pecado; otra cosa es el obrar o no según esos sentimientos: eso habrá que verlo en cada caso. Pero los sentimientos como tales son sencillamente sentimientos, y la mejor manera de domarlos para que no hagan daño, o de aprovecharlos para que nos sean útiles, es comenzar por permitirles que se asomen a la conciencia cuando y como gusten, sin censura o represión de ninguna clase. Estoy enfadado, estoy nervioso, siento rabia, tengo miedo. Muy bien. Observo tranquilamente mi enfado, mi rabia, mi nerviosismo o mi entusiasmo, mi compasión o mi afecto o mi dolor... Y luego decido libremente qué medidas

quiero tomar en la práctica. Ahora se comprende cómo para hacer eso es esencial estar en contacto permanente con los propios sentimientos, y este contacto permanente es lo que realza mi vitalidad, lo que me hace vibrar, lo que me hace ser un ser humano en toda su plenitud. La razón, por sí sola, es tirana altanera que subyuga y ordena mi conducta, haciéndola rígida, monótona, aburrida. Los sentimientos son los que dan variedad a la vida, los que traen consigo el color y la armonía, la profundidad, el calor y la alegría. En Sádhana se valoraba más el "hígado" que el ' "cerebro".

***

"Acepta -entiende por dentro- sé transparente." La expresión viene de Carl Rogers, quien definía con ella la actitud práctica y positiva para fomentar relaciones personales de todo tipo. "Aceptar" es adoptar la "mirada incondicionalmente amiga" que nunca juzga, nunca domina, nunca tiende a poseer o manipular a la otra persona en manera alguna. "Entender por dentro" es la capacidad de ver las cosas "desde dentro" de la otra persona, tal como ella las ve y las siente, y de hacerle saber a ella que así lo hacemos. Y "transparencia" es aquí la conciencia permanente de los propios sentimientos hacia la otra persona y la valentía de manifestárselos si fuera conveniente. Tres palabras que encarnan todo un programa de formación personal y de responsabilidad social. (Rogers sostenía que este método daría resultados infalibles no sólo entre persona y persona, sino entre grupo y grupo y aun entre nación y nación.).

***

"Contacto - espontaneidad - intimidad." Otras tres palabras, esta vez de Eric Berne, que resume en ellas su programa de vida plena. El difícil arte de "estar en contacto", que todo mi ser esté siempre presente y disponible ante mí, junto con todo el mundo de circunstancias que me rodean minuto a minuto de cerca y de lejos... Para que así pueda yo reaccionar con auténtica "espontaneidad" que llena el alma de fragancia y color... En busca de la aventura de la "intimidad" en que florece la vida con todo su esplendor. Todas estas palabras adquieren un gran sentido y un halo afectivo cuando las usan día a día un grupo de hombres y mujeres empeñados en la misma empresa con el mismo entusiasmo. Para nosotros eran casi palabras sagradas.

***

"Rompe tu propia imagen." Todos somos esclavos de la imagen que nos hemos creado de nosotros mismos y que hemos proyectado fuera para que todos nos vean así. Si es una imagen "mala", como la de una persona perezosa, irresponsable, inútil, la gente nos considerará y seguirá considerándonos, hagamos lo que hagamos, perezosos, irresponsables e inútiles, y nosotros mismos seremos siempre, a la larga, lo que la gente espera que seamos, y nos portaremos como esperan que nos portemos. Y si es una imagen "buena", como la de una persona seria, puntual y trabajadora, seguiremos siendo serios, puntuales y trabajadores, si no por virtud, sí por la necesidad de responder a la expectación que hemos creado. En cualquier caso, la imagen cohíbe la espontaneidad, apaga la fantasía y ahoga la vida. Viene bien, aunque sólo sea por cambiar, romper el molde.

***

"Ese es tu problema." Esta frase, de moderna popularidad, se interpreta mal con frecuencia, como si fuera un despreocuparse de los demás con una indiferencia, despego y egoísmo que son lo opuesto al espíritu cristiano. Lejos de nosotros esa interpretación. Lo que para nosotros quería y quiere decir esa frase es que, hagamos lo que hagamos por los demás -que siempre lo seguiremos haciendo-, ellos son en último término los responsables de sus acciones, y no he yo de amargarme la vida porque alguien a quien quiero decida amargarse la suya. Esto trae paz y humildad al alma. Tony solía decir: "Hace tiempo que presenté la dimisión del cargo de director general del universo."

***

"Los árboles vuelven a ser árboles." Este es el final de un famoso dicho de Ch'ing Yuan que le oí repetir a Tony infinidad de veces a lo largo de todas las etapas de su ministerio espiritual. Dice así: "Antes de la conversión, las montañas son montañas para el hombre, y los árboles son árboles. Durante el período de conversión, las montañas ya no son montañas y los árboles no son árboles. Después de la conversión, las montañas vuelven a ser montañas y los árboles vuelven a ser árboles." Una vez purificada el alma y los sentidos, se nos devuelve la creación entera para que disfrutemos de ella en paz y alegría como heredad de los hijos de Dios.

***

"El Sábado se hizo para el hombre, y no el hombre para el Sábado." Respetad todas las leyes, pero recordad que, según la moral católica, el juez definitivo de la acción concreta es la conciencia personal en el momento de obrar. Hay que formar la conciencia, y. Obedecerla siempre.

***

"Intentar es mentir." La frase es de Fritz Perls. Si dices: "Lo intentaré", quieres decir que no tienes intención seria de hacerla. Si de veras piensas hacerla, di: "Lo haré"; y si no, di: "No lo haré"; Hay que hablar claro para pensar claro y obrar claro.

***

"Deja salir al 'niño juguetón' que llevas dentro." Todos llevamos dentro a ese niño pequeño encantador, cariñoso, simpático, alegre y travieso que nos hizo felices en los años inocentes de nuestra vida y al que la disciplina, la formación y la sociedad han reducido después al silencio y al olvido. Volver a descubrir a ese pequeño pícaro y dejarle asomarse a nuestro escenario es manera segura de traer la alegría a nuestra vida... Y a la de los que nos rodean.

***

"Debo hacer", "debería hacer", "tengo que hacer" son frases que hay que desterrar de nuestro lenguaje y de nuestra mentalidad. Nada de "tengo que hacer", sino "quiero hacer", "decido hacer", "elijo hacer"... Si es que realmente quiero, decido y elijo. La fuerza motriz de nuestra conducta ha de salir de dentro, no de fuera.

***

"Tu 'sí' no tiene valor alguno si no eres libre para decir 'no'." Esto tiene serias consecuencias.

***

"Uno de los derechos fundamentales del hombre es el derecho a equivocarse."

***

"No empujes el río." Otra frase de Fritz Perls, que Barry Stevens tomó prestada para título de su autobiografía. No empujes el río..., ya fluye por sí mismo. Y también lo hace la vida. No empujes. Y un dicho original de Barry Stevens: "El secreto de pasarlo bien es dejar que lo que pasa, pase."

***

"Motivar es manipular." Una bella palabra puede esconder un proceso destructivo. Imponer nuestros valores y principios a los demás (por importantes que esos valores sean para nosotros) es opresión mental.

***

"La regla del contacto." Estar siempre en contacto directo y completo consigo mismo, con la gente, con el mundo, con Dios.

***

"No abrigues esperanzas ilusorias; y si alguna vez esperas algo de alguien, idíselo!"

***

"Sensibilidad en el trato es caridad en la práctica."

***

"Aceptemos el caos en vez del orden, la inseguridad en vez de la seguridad, la ignorancia en vez de la certeza." La era de las certezas ha pasado. Aprendamos a vivir en medio del riesgo... Tanto físico como psicológico y mental. Sin arriesgarse no se avanza en la vida.

***

"Salud es plenitud." Vuelve a descubrir y a recobrar todos los trozos de tu personalidad que te has dejado a lo largo de los años en el camino de la vida.

***

"Yo doy mi viña a quien quiero." (Cantar de los cantares).

***

"Creed la Buena Nueva." Y la Buena Nueva es: "He venido para que tengan vida... ¡y la tengan en abundancia!"

***

"y Dios dijo: Todo está bien hecho... Muy bien hecho."

EL TERAPEUTA

Tony tenía el don de sanar. Sanar a las almas. Su compasión le hacía sentir al instante la presencia del dolor en el corazón del hombre; su infalible ojo clínico le llevaba a diagnosticar certeramente la raíz del mal; y su profesionalidad carismática le permitía aliviar con todos los medios a su alcance el sufrimiento de la persona que tenía ante sí. Sabía escuchar, sabía observar, sabía aguardar el momento oportuno para el gesto decidido que alejaba el dolor. Era un gran cirujano de almas. Yo le vi actuar innumerables veces como terapeuta, y quiero dar aquí al menos un destello de ese aspecto de su vida que no todos conocen y que brillaba a través de toda su personalidad, que a su vez se reflejaba íntegra en ese trabajo excepcional.

Conocía y apreciaba todos los métodos, y en especial el "dirigir-sin-dirigir" de Carl Rogers, aunque le resultaba un procedimiento demasiado lento para su temple activo. Describía su crítica del método de Rogers con la historia del paciente y el psicoterapeuta rogeriano. El paciente: "Tengo una depresión." El terapeuta: "De modo que tiene usted una depresión." -"De hecho estoy pensando en suicidarme." -"Creo oírle decir que está usted pensando en suicidarse." -"Sí, en efecto, estoy pensando en tirarme ahora mismo por esa ventana." -"Si le entiendo bien, dice usted que está pensando en tirarse desde esa ventana." El paciente va a la ventana y se tira. "¡Plaf!" El terapeuta se asoma a la ventana y repite, "¡Plaf!" Acaba la entrevista.

Tony empleaba en la práctica la terapia "Gestalt", aunque no hace falta decir que era su propia marca de "Gestalt". Derecho al asunto. ¿Qué problema tienes? Entendido. Ahora dime cómo te sientes. ¿A gusto? ¿A disgusto? ¿Confuso? Sigue con la confusión. No te apartes de ella. Déjame adivinar. Estás enfadado contigo mismo, porque has sido demasiado lento en reaccionar mientras los demás eran rápidos, y has quedado en ridículo. ¿Va por ahí? A ver. Repite eso tú mismo. Con más fuerza. ¿Encaja? Veo que sí. Ahora vamos al diálogo. Pon a tu Yo "lento" delante de ti como si estuviera sentado en esa silla, y que tu Yo "enfadado" le hable desde donde tú estás. Así. Dile todo lo que se te ocurra, y en el tono más fuerte que puedas. No te pares en barras. Bien. ¿Satisfecho? Ahora deja que tu Yo "lento" conteste, es decir, habla tú mismo desde el punto de vista y desde la silla donde está sentado el Yo "lento". También él tiene derecho a hablar, y también él eres tú. Ese es el diálogo. ¿Entendido? Escucha con cuidado lo que dices tú mismo. Ahora vuelve a ser tu Yo "enfadado" y vuelve a quejarte. Y vuelve a contestar. ¿Vale ya? ¿Nada más que reprochar o que contestar? Bien. ¿Cómo te sientes ahora? Has caído en la cuenta de que tu Yo "lento" tiene también una buena defensa, y tiene pleno derecho a ser lento cuando le da la gana de ser lento, ¿No es eso? Veo que estás ya más calmado y en paz. Sigue sintiéndote a gusto y ahonda en tu propio sentimiento. ¿Alguien más quiere salir con otro problema?

Me dices que te encuentras violento con fulano en el grupo. No me lo digas a mí,

díselo a él. Aquí no se murmura. No hablamos "de" los demás sino "a" los demás. Dile a él a la cara: lo que a mí me desagrada en ti es... Dale toda la lista, artículo por artículo. Y observa tus propios sentimientos según hablas. ¿Qué sientes? ¿Miedo? ¿Aprensión? ¿Timidez? ¿Satisfacción? ¿Sientes dificultad en decir lo que estás diciendo? ¿Caes en la cuenta de que, al expresar en voz alta alguna de tus quejas, suenan del todo vacías aun en tus propios oídos? Ahora déjale a esa otra persona que exprese también lo que ha sentido al oírte a ti hablarle así. Nada de discutir, nada de dar explicaciones, nada de defenderos y nada de atacar. Contentaos con expresar claramente el uno al otro lo que sentís.

Si dices: "Estás equivocado", te has metido en una discusión; mientras que si dices: "Me duele oírte hablar así", has abierto una puerta. Decid todo lo que queráis, pero siempre a nivel de "hígado". Es la manera de entenderse.

Si algún miembro del grupo quería resolver alguna situación semejante de tensión personal, pero la persona con quien sentía o había sentido la tensión no estaba en el grupo, o era algún personaje de su vida pasada, incluso muerto ya quizá para entonces, siempre quedaba el remedio de atacar el problema desde la perspectiva de la fantasía. Tony defendía que la fantasía es uno de los instrumentos más eficaces de la terapia, y lo usaba con un efecto impresionante. Una de las Hermanas del grupo arrastraba el dolor de haber sido poco considerada y cariñosa en su infancia con su propia madre, a quien había hecho sufrir mucho; la dejó después para hacerse religiosa, aunque sabía perfectamente que la necesitaban en casa, y pocos años después vino a la India de misionera; y cuando su madre murió en su país de origen, ella no pudo estar a su lado en el lecho de muerte. Todo ello le había dejado una herida interior que no había cicatrizado nunca, y parecía no tener remedio una vez que su madre ya no vivía. Tony se crecía al enfrentarse con el dolor íntimo, y trató a aquella santa y dolorida mujer con mano de enfermera.

Imagínate a tu madre aquí, ahora, enfrente de ti, viva y sana como tú la conociste, que está sentada en esa silla mirándote a ti. Háblale y dile lo mucho que sientes el haberle fallado, el no haber hecho caso de sus sentimientos, el haberte perdido su última bendición desde el lecho de muerte. Hazlo despacio, poco a poco, diciéndolo todo, sintiéndolo todo. Ella te mira y te escucha. Y ahora, cuando ya le has dicho todo lo que querías decirle, cambia con ella de papel, ponte en su lugar, siéntate en su silla, y contesta en nombre de tu madre lo que ella te contestaría después de haber oído todo lo que tú le acabas de decir. (Era emocionante ver cómo la misma mujer que se había culpado a sí misma por haber sido arisca y despreocupada con su madre, al hablar ahora de parte de su madre decía tiernamente: "No te preocupes, hija mía; sé y entiendo todo lo que me dices, y lo sabía y entendía ya entonces. Tú ibas en pos de tus ideales en el servicio del Señor, y yo también había ofrecido mi sacrificio desde entonces por él... Y por ti. Mi único deseo es y ha sido siempre que tú seas feliz. No llores más por mi causa, hija mía.")

Las lágrimas sí que corrían ahora por más de un rostro, una vieja herida se cerraba por fin. Momentos profundamente cicatrizantes, experiencias sacramentalmente curativas, no sólo para la persona que había vivido con la larga herida, sino para todos nosotros, que, en unidad de sentimientos, entrábamos de lleno en el proceso de dolor y reconciliación que es la vida misma. Así es como funcionaba Sádhana, a través de la terapia directa que recibía cada uno, a través de la identificación con la que recibían los demás, a través de la conversación y participación de experiencias y reacciones entre nosotros, y también a través de los descansos, interrupciones y vacaciones, tiempo en que las emociones recibidas se adentraban en nuestra conciencia para crear muy dentro de nosotros un nuevo pensar y un nuevo sentir sobre la vida.

Nueve meses son un largo período, oportunidad llena para crecer en silencio en la vivencia privilegiada de aquel campamento de entrenamiento para la vida.

Tony concedía una gran importancia a la fantasía para llegar al subconsciente, tocado y sanado con una eficacia que no poseen otros recursos psicológicos. Ya desde entonces comenzó a inventarse una serie de ejercicios de fantasía que nos proponía con regularidad en el grupo, y que siempre iban seguidos por nuestras reacciones concretas, expresión de sentimientos, intercambio de experiencias y aclaración de problemas que hubieran surgido durante el experimento. Esos ejercicios, claro que sin la continuación personalizada de la aplicación en vivo, se encuentran ahora en la parte titulada "Fantasía" del primer libro de Tony, "Sádhana un camino de oración". Transcribo aquí una muestra.

-"Se ha encargado a un escultor que haga una escultura tuya. La estatua está lista, y tú pasas por el taller del escultor para echarle un vistazo antes de que aparezca en público. El escultor te da la llave del lugar donde se encuentra la estatua. Puedes, de esta manera, contemplarla sin que alguien te moleste y examinada durante todo el tiempo que te apetezca. -Abres la puerta... El taller está oscuro... Allí, en medio, se levanta tu escultura, cubierta con una sábana... Te acercas hasta ella y retiras la sábana... -Te retiras unos pasos y la contemplas. ¿Cuál es tu primera impresión? ¿Te sientes satisfecho o descontento? Observa todos los detalles de tu estatua... Su tamaño... Los materiales de que ha sido hecha... Da vueltas alrededor de ella... Mírala desde diferentes ángulos... Obsérvala desde lejos, acércate y mira los detalles... Toca la estatua... Observa si es suave o tosca..., fría o caliente al tacto... ¿Cuál es la parte de la estatua que más te gusta? ¿Cuál te desagrada? -Di algo a la estatua... ¿Qué te responde? ¿Qué le dices tú a continuación?

Continúa hablando mientras la estatua o tú tengáis algo que decir... -Ahora conviértete en estatua... ¿Te apetece ser tu estatua? ¿Qué tipo de existencia llevas como estatua? -Imagina ahora que, mientras eres tu estatua, entra Jesús en el taller... ¿Qué ve en ti? ¿Qué sientes mientras él te mira? ¿Qué te dice? ¿Qué le respondes tú? Continúa el diálogo mientras Jesús o tú tengáis algo que decir... Después de un rato Jesús se marcha... Ahora, vuelve a tu ser y mira de nuevo a la estatua... ¿Se ha producido algún cambio en la estatua? ¿Ha cambiado algo en ti o en tus sentimientos? -Ahora despídete de la estatua..., un minuto, y después abre los ojos."

Por mucha importancia que Tony diera a la fantasía, daba mayor importancia todavía a los sueños como instrumento de acción terapéutica. No practicaba el psicoanálisis de Freud, sino el método "Gestalt" de volver a vivir el sueño y apropiarse su significado. El sueño es un mensaje que yo me envío a mí mismo, es decir, que el yo durmiente envía al yo despierto, y el mensaje es el de conocerse, descubrirse, recobrarse e integrarse en personalidad completa. A lo largo de mi vida he ido perdiendo partes de mi personalidad, debido a los condicionamientos que se me han impuesto o que yo mismo me he impuesto, restricciones, prohibiciones, presión, miedo. Jirones de mi ser han quedado perdidos por el camino de la vida, aspectos verdaderos y válidos de mi personalidad han sido rechazados por mí mismo, y yo mismo los he olvidado, pero ellos están ahí archivados todavía en mi subconsciente, y reviven en el reino de los sueños para recordarme su existencia y volver a pedir admisión en mi vida. En el sueño todos esos elementos de mi ser que yo he rechazado aparecen disfrazados de objetos y personas que no son otras que yo mismo, aunque yo a primera vista no lo reconozca. Cada imagen de mis sueños es una porción de mi ser perdida y enajenada, que he de volver a reconocer y admitir de lleno para volver a ser yo mismo en toda mi plenitud. La censura de la mente suprime durante el día emociones, reacciones, pensamientos, movimientos que así quedan condenados a no ver la luz del día; pero en la noche se vengan, y todo lo que ha sido suprimido durante el día aparece libremente en la libertad sin censura del reino de las sombras en la noche. Ese es el sueño. El yo que yo no dejo nacer. Al escuchar a mi sueño me escucho a mí mismo, y por eso he de aprender ahora a escuchar a mis propios sueños.

He de volver a vividos despierto, a identificarme con esas sombras, a ponerme en su puesto, a hablar por su boca en primera persona, a reconocer mi propia

imagen en esos lienzos rotos de mi retrato, y así llegar a reconciliar al Ángel y a la Bestia que llevo dentro de mí. Tony empezó por decirnos: "Al psiquiatra le dan lo que el psiquiatra quiere. Y yo ahora quiero sueños, así es que a vosotros os toca traerme sueños en abundancia cada día. Hacedlo así." Así lo hicimos. Al dormir, todos soñamos casi todo el rato, pero olvidamos los sueños que ocurren lejos del despertar. El método de cazar sueños -y muchos del grupo (aunque no yo!) hicieron uso de él con generosidad digna de toda alabanza- consiste en poner el despertador para que suene varias veces durante la noche, tener preparados papel y lápiz debajo de la almohada, y así anotar el sueño recién salido del taller nocturno. Así llegaban los sueños al grupo, donde se les aplicaba un procedimiento fijo. Cuenta el sueño. "Soñaba que iba yo solo por una calle, y había una casa vieja con la puerta abierta, y una mano salió por detrás y me empujó para que entrara, y dentro había una escalera que, cuanto más subía yo, más bajaba, y miré arriba y la casa no tenía techo, y encima había una cara grande que me miraba y se echó a reír al verme, y yo me desperté." Vuelve a contar el sueño en tiempo presente y como si fuera realidad. "Voy andando solo por una calle y veo una casa vieja..." Ahora tú eres la calle; habla en su nombre. "Yo soy la calle. Soy una calle larga y desierta. No me gusta que la gente transite por aquí. Cuando alguien pasa, resuenan las pisadas y me molesta. No quiero que me pisen."

Ahora eres la casa. "Soy una casa vieja, pero noble. La gente que entiende sabe que mi fachada tiene estilo. Y tengo cimientos muy fuertes. Me sé las historias de todos los que han vivido en mí, y entiendo mucho de la vida de los hombres." Ahora eres la puerta abierta, la mano que te empuja, la escalera, la cara grande que se ríe, y... Antes de eso y muy importante, tú eres también el techo que le falta a la casa; habla en su nombre. Ese hablar espontáneo y como al azar de boca de los personajes y objetos del sueño, va descubriendo los rincones ocultos y devolviendo a la memoria: vivencias olvidadas. Luego vienen las preguntas para que el sujeto mismo vaya sacando conclusiones que sólo él puede sacar. No se trata de "interpretar" el sueño, sino de "integrarlo" en la vida real y en el momento presente para enriquecer a la persona entera. ¿Qué te dice todo esto? ¿Qué has aprendido sobre ti mismo? ¿Se te ha hecho luz sobre algún aspecto olvidado de tu vida? ¿De qué tenías miedo? Pregunta importante (si el despertar había sido natural, no por despertador): ¿Qué significado tiene para ti el hecho de que te hayas despertado en ese momento y en esa escena precisa? Pregunta fundamental: ¿Qué es lo que estabas evitando? Esta última pregunta es la que abría la puerta a descubrimientos importantes de personalidad truncada, y llevaba a la integración y al desarrollo. Todos tuvimos ocasión de verificar en nosotros mismos y en nuestros compañeros la verdad del dicho de Freud: "Los sueños son el camino real para llegar al subconsciente."

Tony disfrutaba manejando sueños, pero el procedimiento era siempre el mismo, el interés fue decayendo poco a poco, y Tony, que era enemigo vital del aburrimiento, aportó nuevos recursos al programa, siempre rico en sorpresas, de las sesiones diarias.

El recurso que nunca fallaba, y era capaz de animar al grupo en cualquier día y cualquier circunstancia, eran los "ejercicios prácticos" que Tony sacaba de algún libro o se inventaba él mismo y nos hacía hacer con humor alegre que escondía una seriedad y profundidad con frecuencia insospechadas. "¡De pie todo el mundo, señoras y caballeros! Ahora, que cada uno de vosotros coloque, sin decir una palabra, su mano derecha sobre el hombro derecho de la persona del grupo que más le gusta. ¿Entendido? ¡Adelante! "¿Puede el lector comenzar a imaginarse el revuelo de sentimientos que esa orden armaba en el grupo? Nadie decía una palabra, pero se podían sentir latidos de sobresalto. Empezamos a movemos con cautela en el estrecho cuarto. ¿A quién escojo? ¿Sé yo mismo a quién quiero escoger? ¿Me atrevo a hacerlo? ¿Quién es? ¿Hombre o mujer? ¿Me tiro a algo seguro y fácil que no me comprometa? Lo fácil y seguro no resulta aquí. Aquí, lo que vale es comprometerse. Arriésgate. Mójate. Ya tengo la mano derecha sobre el hombro sobre el que

quería estar. ¿Hay alguna otra mano sobre el mismo hombro? ¿Ninguna? Menos mal, ya noto una. Gracias a Dios. Ahora me atrevo a echar un vistazo a este racimo de hombres y mujeres de pie, callados, intensos, crucigrama humano de sinceridad y valor. Se acabó la prueba. No, apenas ha comenzado. "Ahora sentaos todos. Serenaos un poco y pasad revista en silencio a vuestros sentimientos. ¿Qué es lo que habéis sentido mientras seguía el juego? ¿Aprensión? ¿Timidez? ¿Enfado contra mí por meteros en este lío? ¿Inseguridad? ¿Envidia? ¿Resentimiento contra alguno? ¿O habéis pasado un buen rato disfrutando la broma? Venga, ¿Quién quiere hablar primero?" Para entonces había ya media docena de manos levantadas, y los diálogos subsiguientes podían ocupar el resto del día.

¿Algo más recio? Sí. El mismo ejercicio, pero ahora, en vez de escoger a la persona que nos gustaba más, escoger... ¡a la que nos gustaba menos! Puede imaginarse el lector el torbellino de sentimientos que esto levantaba. Daban pie no a una, sino a varias sesiones después del jueguecito. Y todavía puedo contar uno peor. Aquel día las órdenes de Tony fueron: "Poneos todos de pie y, sin decir una palabra, formad una fila que empiece aquí, junto a la ventana, y acabe allí en la puerta. Que cada uno escoja el lugar que él o ella quiere ocupar en la fila, según el siguiente criterio:

¿Cuál es mi puesto, como persona, en el conjunto de este grupo? Es decir, si tú crees honradamente que vas en cabeza, ve y colócate delante; y si crees que tu puesto está más abajo, ponte hacia el final. Dejad que cada uno se mueva y se sitúe donde le parezca, y no digáis una palabra. No perdáis de vista vuestros sentimientos ni por un instante." No fue tarea fácil. Nos costó bastante llegar a una fila estable, después de cambiar y volver a cambiar de posición arriba y abajo, cada uno según su punto de vista, hasta que se llegó a una unanimidad aceptable. Pero Tony aún no había acabado. Siguió: "Ahora mirad bien toda la fila y, si veis a alguien, hombre o mujer, que ocupa en la fila una posición más alta de lo que, en vuestra opinión, le corresponde, hacedle bajar hasta el puesto que os parezca justo; o, al revés, haced subir en la fila a quien, en vuestra opinión, esté demasiado abajo. Repito: Poned al frente de la fila al hombre o mujer que, en vuestra opinión, deba ocupar el número uno como persona, y de allí para abajo según vuestro criterio. No ofrezcáis resistencia, y dejadle a cada uno que opere como mejor le parezca, hasta llegar a un orden fijo." ¡Aquello pasaba de broma! Se sentía aumentar la tensión en el aire del cuarto, mientras la fila cambiaba y volvía a cambiar, según las manos que la trabajan. ¿A quién bajo? ¿A quién, subo? ¿Qué pensará de mí después? ¿Cómo se lo explico? Y ¿Quién se atreve a bajarme a mí? ¿Ese sinvergüenza? ¡Y yo que creía que...! Habrá que arreglar esto. A ver cuándo diablos acaba. Por fin. La fila humana quedó lista. Tony volvía a hablar (no había dicho algo durante el juego, pero no había apartado sus ojos de lince del grupo para ir anotando en su mente todo lo que nos iba pasando a nosotros por dentro):

"Sentaos y estad un rato en silencio. Luego evaluaremos el estropicio. Sé muy bien que algunos de vosotros os habréis resentido con mayor o menor fuerza, y yo mismo no os hubiera propuesto este juego si no tuviera nueve meses por delante para curar las heridas que puede haber causado. Ahora contadme vuestros sentimientos y ¡manos a la obra! ¿Quién dispara?"

No todos los "ejercicios prácticos" eran de tanta envergadura como ésos, pero todos contribuían, de una manera o de otra, en serio o en broma, con lágrimas o con carcajadas, a sacar a flote nuestros sentimientos, a desarmar nuestras defensas, a dejar al descubierto la materia prima de nuestra personalidad, enterrada bajo tantas capas de disciplina, autocontrol, máscaras oficiales y conducta prefabricada. Hasta entonces habíamos aprendido a ser el tipo de personas que "debíamos" ser; ahora, sin romper con el pasado, más bien apoyándonos en él para trascenderlo, estábamos aprendiendo a ser el tipo de personas que "queríamos" ser. No es extraño que la aventura tuviera toda la alegría y el estremecimiento de un nuevo nacer... Con dolores de parto también.

Lo que hay que subrayar aquí es que estos ejercicios, sueños o fantasías tenían

poco valor en sí mismos. La importancia la adquirían al convertirse en instrumentos de trabajo en manos de Tony. El ejercicio en sí podía ser, y con frecuencia era, trivial; pero el uso que Tony hacía de él lo convertía en algo memorable. La pregunta certera, la confrontación desnuda, la terca insistencia, la luz súbita, la tranquilidad, la cumbre. Todo eso nacía espontáneamente, provocado por el ejercicio, el sueño o la fantasía, y ese trabajo intenso en la intimidad del grupo, con todo el interés de la persona que buscaba alivio a sus males y la cooperación cariñosa de todos, es lo que hacía resaltar las dotes incomparables de talento, carisma, intuición y profesionalidad que era lo mas Tony en Tony. Tales vivencias no 'pueden olvidarse nunca.

El poder casi misterioso que Tony poseía para adivinar lo que su interlocutor sentía por dentro, para expresar sus pensamientos ocultos, para intuir la situación interna de cualquier persona antes de que ella dijera una palabra, se manifestaba una y otra vez en su trato diario de persona a persona en medio del grupo, y esos incidentes crearon y dieron curso a la "leyenda de Tony" acerca de su capacidad milagrosa de leer el pensamiento de los demás. El mismo contribuyó a fomentar la leyenda. Un día nos dijo en el grupo: "Hace poco he descubierto un nuevo poder en mí mismo. Cuando me rodea un grupo de gente, no tengo más que mirarles a la cara para saber exactamente qué siente cada uno en aquel momento. Antes no podía hacer eso, pero ahora sí.

El otro día hice el experimento con un grupo de jóvenes, y acerté con todos. "No cabe duda de, que Tony tenía una mirada penetrante que calaba hasta dentro y parecía adivinar los pensamientos, sentimientos y motivos de la persona con sorprendente exactitud, y doy fe de ello no sólo con mi palabra, sino con mi conducta, pues yo seguí yendo al encuentro de Tony, año tras año, por el bien que me hacía al decirme con interés de amigo y precisión de experto cómo me veía en aquel momento. Me daba gran luz el verme reflejado en su cándida reacción, y me animaba su confianza en mí. Sin embargo, yo personalmente no creo que Tony tuviera poderes preternaturales en esta materia, y tengo motivos para pensar que esos aciertos, inexplicables a primera vista, eran a veces sólo la respuesta inconscientemente obediente de personas que, impresionadas por su prepotente personalidad y su reputación de saber leer el pensamiento, y no queriendo dejar a Tony en mal lugar ante el grupo, decían que Tony había acertado al adivinar lo que pensaban, aunque de hecho estaban pensando en algo completamente distinto. Y lo sé porque... ¡me pasó a mí mismo!

Me sé también una buena historia de Tony en este mismo sentido. El traductor de sus libros al castellano, Jesús García-Abril, me contó la sorprendente experiencia que había tenido con Tony. Había traducido ya varias de sus obras, y se habían escrito el uno al otro con tal motivo, pero nunca se habían visto. Aprovechó la oportunidad de uno de los viajes que Tony hizo a España, y fue a verlo a Villagarcía, donde iba a dar un curso. "Había cantidad de gente allí", continuó diciéndome, "venida de todas partes de España, y era el primer día antes de la apertura del curso. Tony no me había visto a mí en la vida, ni siquiera una foto mía; yo sí que lo reconocí a él, y me acerqué para presentarme. Imagínate mi asombro cuando, al llegar yo cerca de donde estaba él, me miró y me dijo, antes de que yo pronunciara una sola palabra: 'Tú eres García-Abril.' Me quedé de una pieza. No me explico cómo pudo adivinarlo. Cuantas más vueltas le doy, más extraño me parece. ¿Puedes explicármelo tú?".

Aquel día, la verdad es que no pude; pero pocos meses después vi a Tony en Lonaula y le conté el incidente. "Estás adquiriendo toda una reputación de taumaturgo", le dije tomándole el pelo. El se rió con ganas y me dijo: "Me acuerdo perfectamente del incidente, y te voy a dar ahora mi versión de lo ocurrido. Sí, había mucha gente aquel día en Villagarcía, pero yo sabía que de Santander iban a venir dos, y uno de ellos era Garda-Abril. Yo estaba solo en aquel momento, y sabía que aquellos dos. Que se acercaban eran los de Santander. Uno de los dos tenía que ser García-Abril. Se trataba, pues, de acertar a cara o cruz. Yo también sabía, por mi

correspondencia con él, que García-Abril era más bien carácter artístico, y de los dos él tenía decididamente más tipo de artista. Con eso me lancé a la conjetura... Y salió bien. Ahí tienes todos mis poderes milagrosos." Volvió a reírse y añadió con un deje travieso: "Quizá eso fue también lo que le pasó a Jesús con Natanael, y así es como se escribió la historia", y subrayó con un guiño malicioso su aventurada exégesis.

Por otro lado, y para ser justo, también tengo un recuerdo personal en esta materia, y esta vez fui yo el sorprendido, aunque el asunto fuera de menos importancia. Un día, en Sádhana, estábamos contando chistes. Esta vez, para variar, eran chistes teológicos. Contar chistes no es mi especialidad, pero me acordé de uno que había leído en algún sitio y lo conté. El grabado muestra a Moisés, tablas y cincel en mano, esculpiendo el decálogo que le dicta Yahvé, y cuando Yahvé ha terminado con los diez mandamientos, Moisés le mira ansioso y le dice: "Señor, ¡aún queda sitio para uno más!" Gustó el sutil humor bíblico. Cuando llegó la segunda vuelta, me aventuré a contar un chiste que se me había ocurrido a mí sin leerlo u oírlo en alguna parte, y que yo nunca le había contado a alguien. Todos los del grupo sabían que el término técnico para describir la relación trinitaria del Espíritu Santo con respecto al Padre y al Hijo es que "procede" de ambos, con lo cual todos captaron el chiste en seguida y se rieron como era su deber. El cuento era que una vez el Padre y el Hijo no estaban de acuerdo en algo, empezaron a discutir y, para zanjar la cuestión, decidieron llamar al Espíritu Santo para que les ayudara con su "don de consejo" (que en inglés suena a "psiquiatra"). El Espíritu Santo escuchó sus argumentos y luego declaró: "Si vosotros dos reñís de esa manera... ¿Cómo voy a proceder yo?" Antes de que el siguiente pudiera contar otro chiste, Tony me miró y me dijo: "Carlos, ese chiste te lo has inventado tú, ¿No es eso?" No tuve más remedio que bajar la cabeza y decir: "Sí". Pero me dejó confundido. Es verdad que el chiste era bien malo; pero... ¿Cómo diablos averiguó que era original? Sea como fuere, Tony no necesitaba leyendas. Tenía grandeza suficiente sin ellas.

EL DIRECTOR ESPIRITUAL

Sigo echando marcha atrás. Comencé por describir la experiencia de Lonaula "(Sádhana II": Tony el gurú), luego he esbozado el período que le precedió "(Sádhana I": Tony el terapeuta), y ahora voy a completar el cuadro con la primera y básica etapa del ministerio y la personalidad de Tony: Tony como director espiritual. Yo estuve también muy cerca de él en aquellos años, y me pilló de lleno el impacto de la renovación espiritual que él organizó. Ha pasado tiempo desde entonces, y mis recuerdos son más escuetos, pero el revuelo que armó en mi vida sigue siendo parte de mi ser tanto como las últimas "bombas" de Lonaula, y puedo hablar de aquellos sucesos también con plena convicción, ya que no con detalle. Ahí va un destello.

La ofensiva espiritual de Tony (y "ofensiva" es el único término que hace justicia a la campaña sistemática que lanzó Tony desde su cuartel general de Vinayálaya en Bombay) fue un ataque a tres frentes contra la cómoda rutina a que casi todos nos habíamos acostumbrado en una vida religiosa ciertamente activa y afanosa, pero de poco fondo espiritual. (Tony decía entonces que bastaba con decir de un jesuita que era "muy trabajador" para que se le perdonaran todos sus defectos. ¡Y ahora parece que nos hemos quedado hasta sin lo del trabajo!) Los tres flancos por los que atacó eran: pobreza absoluta, oración intensa y experiencia directa de Dios.

Lo que comenzó por llamar más la atención fue su cruzada por la pobreza. Dejó el amplio cuarto que ocupaba como Rector de Vinayálaya y se fue a vivir en un cuchitril bajo la escalera, sobrellevando alegremente las molestias evidentes que eso le proporcionaba. Aquello fue el toque de clarín que anunció la revolución. Los "juniores" que él dirigía (jóvenes jesuitas en formación entre el "noviciado" y la "filosofía") se contagiaron rápidamente de su entusiasmo, y se estableció una santa rivalidad entre ellos a ver quién dejaba más cosas, quién podía pasar con menos, quién podía vivir más pobremente. Sus conquistas ascéticas se pregonaron de casa en casa, y pronto comenzó la admiración... Y la crítica.

Profesamos pobreza para imitar a Jesús, para aprender desprendimiento, para renunciar al poder del mundo y así hacer sitio al poder de Dios en nuestras almas y en nuestro trabajo por los demás ("cuando soy débil es cuando soy fuerte"), para identificamos con los pobres, para luchar contra el consumismo, para estar siempre disponibles y dispuestos a servir a todos. Ignacio legisló que sus seguidores habían de "comer, vestir y dormir como cosa propia de pobres", con lo que quería decir sencillamente que debían pasar hambre, llevar vestidos raídos y no dormir en cama. A ese ideal había que volver. Para explicar el principio sobrenatural que actúa en nuestra pobreza, es decir, que al vaciarnos de nosotros mismos nos llenamos de Dios, Tony citaba a su mentor, el padre Calveras, en lo que, según él, había sido la única vez en su vida que el padre Calveras se había permitido intentar un poco de humor, y con dudoso éxito. Calveras les había dicho: "Aristóteles estableció el célebre principio de que 'natura abhorret vacuum', es decir, que a la naturaleza no le gusta dejar huecos, y cuando ve algún vacío se lanza enseguida a rellenarlo.

Pues bien, no cabe duda de que Dios habrá leído a Aristóteles (ése era el chiste), y por eso, cuando ve algún alma que se ha despojado de todas sus posesiones, apegos y gustos, se apresura a llenar ese alma con su presencia y su poder." Ese era el principio teológico, y Tony lo puso en práctica con todo su celo y entusiasmo. La campaña a favor de la pobreza desnuda estaba en marcha.

Tony dirigió personalmente unos Ejercicios Espirituales de ocho días para su comunidad en Vinayálaya, y el enorme éxito que tuvo en frutos espirituales le hizo concebir la idea de anunciar unos Ejercicios de treinta días en Khandala para quien quisiera apuntarse. Eso era algo fuera de lo normal, pues los jesuitas hacen los Ejercicios de mes oficialmente sólo dos veces, una al comienzo y otra al fin de su formación, y fuera de esas dos ocasiones no había entonces costumbre ni tradición en la India de practicarlos. Tony se aventuró, lanzó el anuncio, logró reunir un pequeño y abigarrado grupo (había allí desde algunos de sus "juniores" hasta personas respetables, como su futuro superior José Javier Aizpún), y el movimiento de los ejercicios de mes quedó inaugurado. Esa fue la plataforma desde donde Tony predicó su programa de pobreza, oración y experiencia de Dios.

Para dar una idea del valiente llamamiento que Tony hacía en favor de la pobreza radical, voy a contar un incidente que tuvo lugar el día en que acabaron los Ejercicios. Estábamos todos comentando a voz en cuello las vicisitudes de aquellos treinta días, después del largo silencio voluntario, cuando uno de los sacerdotes del grupo, alegre y simpático (que poco después nos dejó, se volvió a España y se casó), se dirigió a Tony y empezó a increparle en medio de todos con gesto cómico de vehemente indignación: "Mira, Tony. Todo lo demás se te puede perdonar, pero no lo que dijiste aquel día. ¿Te acuerdas? Venga a insistir en la pobreza día tras día, en la ascética pura, sufrir privaciones, desprenderse de todo, abrazar una vida dura, acabar can todas las comodidades y quedarse sólo con la pobreza, la mortificación, la penitencia y el ayuno... Me pasé una semana entera a pan y agua, como tú nos dijiste y coma muchos hicieron, hasta el punto de que el cocinero. Se quejó de que se echaba a perder la comida y pidió que los que pensaban ayunar cada día hicieran el favor de avisar a la cocina, para calcular la cantidad que había que preparar. Pase. Todo eso puede tolerarse. Pero no lo que dijiste después. ¿Te acuerdas? Después de tanto presionarnos y tanto achucharnos, un día, al fin, dijiste: 'Bueno, claro, todos necesitamos un respiro de cuando en cuando, necesitamos un descanso, incluso unas vacaciones que interrumpan un poquillo. Tanta penitencia y tanta mortificación, aunque sólo sea para volver a la carga luego con mayor empeño. Sí, haremos bien todos nosotros en permitirnos de vez en cuando algunas libertades, pasarlo bien, hacer un poco el loca y, ¿Por qué no?, hacer casas que nunca hemos hecho antes y divertirnos de veras. Así es que, ¡adelante!, cuando estéis cansados y queráis una pausa en la vida, no tengáis escrúpulos, proceded can plena libertad, dejaos llevar y... Mientras hablabas así, Tony, se me hacía la

baca agua, y estaba esperando con ilusión creciente a ver qué era lo que nos ibas a proponer que hiciéramos, puestos a hacer el loca; mi imaginación se desató y empecé a pensar en, bueno, cualquier disparate, cuando tú llegaste al momento culminante de tu perorata y dijiste: 'Sí, señor, no faltaba más, cuando queráis de veras un descanso. En la vida y sintáis su necesidad, sed generosos con vosotros mismos, nada escatiméis y... ¡tomaos una buena taza de té!

¡¡¡TONY!!! ¿Eso es todo lo que se te ocurrió, puesto a pensar en un descanso en la vida, una cana al aire, una loca aventura? ¡Una taza de té! ¡Santo cielo! ¡En buena me he metido! Ya sé ahora lo que me espera. Aunque una cosa he de concederte: te has explicado perfectamente y de manera que me será imposible olvidar tu consejo: ¡me acordaré de él cada vez que tome una taza de té!"

A mí también me había llamado la atención lo de la taza de té (aunque a otros, sorprendentemente, les había parecido la cosa más natural del mundo), y me reí de buena gana. Y Tony fue el que más se rió. Pero no por eso cedió ni un punto de su tesis. Aquel era el Tony de la taza de té, tan genuino y sincero coma el de las "fiestas" en Sádhana años más tarde.

El segundo tema era la oración. "Cuando prescribo cinco horas de oración al día", decía Tony, "eso es sólo un mínimo y, -desde luego-, sin contar la Eucaristía, el breviario, el rosario, la lectura espiritual y las exámenes de conciencia. Y no lo digo para durante los Ejercicios, sino para cada día del año y para toda la vida. Si hemos de ser hambres de oración, hemos de consagrar tiempo a la oración." Así lo hicimos con plena generosidad. Y no era esto tan difícil coma parece, parque Tony se encargaba de probar de antemano que la "consolación" (término con que Ignacio quería decir "pasarlo bien en la oración") debería ser nuestro estado normal al orar. Esta doctrina, firme y tradicional, ha sido olvidada en gran parte, y se nos habla de "orar a palo seco", "dejar para los niños la leche de las consolaciones y tomar el alimento sólido de adulas que son las desolaciones" (que es una tergiversación intolerable de un pasaje de san Pablo) o incluso, con Pascal, que "hay que buscar al Dios de las consolaciones, y no las consolaciones de Dios." Falsa doctrina. Tony se valía aquí de los estudios que había hecho en España y citaba con conocimiento y autoridad desde los grandes clásicos castellanos hasta los modernos exegetas de los Ejercicios ignacianos, a los que tanto debía.

No conservo citas exactas, pero sí las ideas. Calveras: Para perseverar en la vida espiritual es necesaria la oración, y para perseverar en la oración son necesarias las consolaciones; a eso viene toda la cuarta semana de los Ejercicios, a "establecer al alma en estado de consolación" con el "oficio de consolar" que trae el Señor resucitado. Casanovas: Los autores espirituales que hablan de las consolaciones como algo accidental, como si fueran dulces y golosinas para niños, no saben lo que dicen; esas consolaciones no son dulces y golosinas; son y han de ser nuestro pan de cada día. Ribadeneira, hablando de Ignacio (ésta es cita exacta): "De tal modo rebosaba su alma de divina consolación, encontraba siempre tan a punto y como esperándole la gracia de la divina visitación, que solía decir que si diez veces o más al día quisiese hallar sobrenaturalmente a Dios, con el favor de él fácilmente lo conseguiría, pero que solía abstenerse de esas consolaciones tan continuas y se contentaba con aplicar los labios a esa fuente inexhausta una vez al día; porque de ese modo el cuerpo no se debilitaba demasiado, y el espíritu se rehacía, si no tanto como hubiese deseado, al menos en la proporción que convenía a un hombre ocupado y enfermo como él."

Palabras para hacer pensar a cualquiera, y tradición que hemos perdido en la rutina de nuestras oraciones y la aridez (de la que algunos llegaban incluso a gloriarse) de nuestra vida espiritual. Hay que recobrar la dulzura del espíritu, hay que "probar y ver cuán dulce es el Señor". El gran secreto de Tony era que no sólo nos enseñaba a orar, sino a disfrutar en la oración. Todos los que pasamos por sus manos en aquellos años de innegable carisma podemos dar testimonio alegre y agradecido del gozo que Tony trajo a nuestra vida de oración.

Junto con la oración de contemplación a que acabo de referirme, Tony insistía igualmente en la oración vocal. Citaba a santa Teresa y, más radicalmente, al mismo evangelio: cuando los discípulos le pidieron a Jesús que les enseñase a orar, su respuesta fue el Padre Nuestro. La misma sencillez, humildad y facilidad de la oración hecha palabra es garantía de perseverancia en su uso y de profundidad en la fe. "El que no sabe orar con los labios no sabe orar con el corazón", repetía. "Por mucho que avances en la oración", decía, "lleva siempre contigo una provisión permanente de oraciones vocales que siempre has de necesitar en el largo camino." Una variante concreta de la oración vocal, favorita también de Tony, era la "lectio divina" de tradición benedictina en sus tres tiempos de lectio, meditatio y oratio. Leer primero el texto, con preferencia un pasaje apropiado de la sagrada Escritura; después "meditar" sobre él, pero meditar "con la boca", según el texto de la Escritura: "la boca del justo meditará la sabiduría"; es decir, pronunciar despacio las palabras sagradas, repetidas, rumiadas, acariciadas, decirlas en voz alta, gastarlas, sentirlas; y finalmente, una reacción personal breve, que es la oratio, para volver enseguida a la lectura. Método de contacto con la palabra de Dios, de expresión corporal en los labios y en la voz, de eficacia humildemente segura y eminentemente práctica.

Después venía la oración de petición. Es la oración más valiente del cristiano. Ahí es donde la fe se expone, se compromete, se vive. Es relativamente fácil recitar salmos y contemplar misterios; pero, cuando se trata de sacar la oración a la calle, de hacerla pública y concreta, de pedir en voz alta ante otros, con la insistencia y claridad con que Jesús instruyó a sus discípulos que pidieran favores al Padre en su nombre, en la seguridad de que serían concedidos, cosas que queremos y necesitamos no sólo para el espíritu, sino también para el cuerpo y el trabajo y los conflictos y la vida... Hace falta mucha más fe y serenidad y madurez cristiana. La oración de petición no es oración de principiante, sino de veterano. Forma y moldea y pone a prueba. Es la oración que nos expone a un riesgo difícil, por más que feliz: si mi petición no es oída, quedo mal ante mis compañeros de oración; y si es oída... Adquiero la tremenda responsabilidad de saber que Dios me escucha y toma en serio lo que le digo. Tony contaba la historia (conocida en Europa, pero menos en la India) del enfermo que, después de haberse apuntado para una peregrinación a Lourdes, se borró diciendo: "Si no me curo, nada pasa; pero si, por casualidad, me curo... ¡voy a tener ya que vivir como un santo toda la vida!" Prefería no correr riesgos sobrenaturales y quedarse con su cómoda enfermedad. Es más fácil ser enfermo que ser objeto de un milagro. De ahí la jaculatoria: "Virgencita, ¡que me quede como estoy!"

Después de pedir hay que dar gracias; y aquí vino el gran descubrimiento, que dominó varios años de la vida de Tony, de la oración de alabanza. Pocos meses después del mes de Ejercicios en Khandala, Tony me escribió una carta en que me decía: "Carlos, tengo que comunicarte mi último descubrimiento, y no puedo esperar a que nos volvamos a ver. ¡La oración de alabanza! Pruébala enseguida, y verás cómo cambia tu vida. Échale mano a unos libros recientes que han salido sobre esta materia (mencionaba algunos títulos) y cuéntame tus experiencias. Me encantaría que nos viéramos pronto par poder hablar de esto. Es cosa buena de veras." Sí que lo es. En "Sádhana, un camino de oración" Tony escribió: "Si tuviese que señalar la forma de oración que ha hecho la presencia de Cristo más real en mi vida y me ha conferido el sentido más profundo de ser llevado y rodeado por la providencia amorosa de Dios, escogería, sin dudarlo por un momento, esta última forma de oración que propongo en el libro, la oración de alabanza. La elegiría también por la intensa paz y gozo que me ha dado siempre en tiempos de aflicción".

Otra contribución importante de Tony a la vida de la iglesia india fue la introducción entre nosotros de la llamada "oración de Jesús", es decir, la repetición rítmica de las palabras "Señor Jesucristo, ten piedad de mí", o de otra fórmula equivalente, o aun sólo el nombre de Dios, a tiempo con la respiración, el paso al andar, el pulso o el

latir del corazón o cualquier otro ritmo del cuerpo o del mundo que nos rodea. Aquí se juntan tres tradiciones religiosas: la hindú, la de los cristianos orientales y, a través de los árabes; la ignaciana. Ignacio habla de oración "por anhelitos", que es el rasgo esencial de esta oración, en los "Tres modos de orar" que, según Polanco, ocupaban de uno a dos días enteros al final de los Ejercicios de mes. Los hindúes vienen repitiendo el nombre de Rama desde tiempo inmemorial, estén donde estén y hagan lo que hagan, como música sagrada de fondo de toda su vida, pasando el divino nombre de los labios a la mente y al corazón, recitándolo sin cesar con el rosario de ciento ocho cuentas, escribiéndolo con tinta roja millares de veces en pequeños cuadernos cuadriculados (que yo a veces he recibido como regalo íntimo de comunión espiritual), viviéndolo a través de la eterna geografía del Himalaya, el Ganges y el cabo sagrado donde se unen tres mares en la punta de Comorín y los antiguos monjes cristianos de Egipto practicaron también la adoración repetida del nombre del Redentor, y las iglesias griega y rusa han continuado la tradición hasta nuestros días. En Rusia surgió el siglo pasado ese clásico tratado anónimo, "El camino del peregrino", que hace pocos años alcanzó popularidad en el resto de Europa e hizo revivir la práctica de esta oración. Este fue el libro que cayó en manos de Tony, lector asiduo de novedades espirituales; allí aprendió él este modo de orar, y de allí nos lo enseñó a nosotros. Hoy, esta oración es parte de la vida espiritual de la iglesia católica india, y quede aquí consignado para la posteridad que quien la introdujo entre nosotros fue Tony.

También fue Tony quien introdujo entre nosotros la que ahora llamamos "oración participada", "oración espontánea" o, simplemente, "oración de grupo". El grupo de amigos en el Señor que se reúnen en una capilla o un cuarto en silencio devoto, leen las Escrituras, cantan canciones religiosas, hablan en voz alta con el Señor según los mueve su Espíritu, y escuchan reverentemente lo que los demás dicen al Señor, y el Señor a todos. Tony comenzó por introducir, durante los Ejercicios que daba, una hora de adoración en silencio ante el Santísimo Sacramento expuesto por la noche, como último acto del día. Cuando todos le dijeron que ése resultaba el mejor acto de todo el día, se animó a proponer que en medio del silencio pudieran hablar en voz alta con el Señor los que lo desearan. Así nació la oración de grupo, que luego se fue extendiendo a toda clase de grupos y ocasiones, y forma ya parte de nuestra vida espiritual comunitaria. Todos nos hemos beneficiado enormemente de ella.

Esto da una idea de cómo Tony conocía y dominaba los mejores caminos de oración, antiguos y modernos, orientales y occidentales, y dominaba también el arte de comunicárselos a otros. Cuando, años más tarde, las vicisitudes de la vida y los votos de los jesuitas de Bombay lo enviaron a Roma como delegado suyo entre muchos otros delegados del mundo entero, Tony hizo buen uso de sus talentos y se ofreció a iniciar a sus compañeros delegados, durante las varias semanas que duró la reunión, en nuevos métodos de oración. Organizó sesiones en inglés y en español que fueron un gran éxito y le proporcionaron la admiración y la amistad de personas espirituales, abriéndosele así las puertas del apostolado internacional que pronto había de emprender. Tiene importancia el nombre que dio a sus primeros cursillos en la materia: "Talleres de oración." Aunque la maquinaria de los "talleres" cambió poco a poco y su actividad tomó otras direcciones, la oración fue siempre, de una manera o de otra, el punto de partida de todo lo que hizo.

Con todo, más que la oración y la pobreza, el filo cortante y la punta de lanza de la espiritualidad de Tony estaba en el tercero de los frentes que he enumerado al principio del capítulo: la fe práctica de que la experiencia de Dios es posible en esta vida, y el esfuerzo valiente para conseguirla cuanto antes con la gracia de Dios. Eso daba un blanco a la oración de petición, hacía cobrar sentido y urgencia a las largas horas de contemplación, ungía a la oración de grupo con el intenso sacramento del deseo, aceleraba los ritmos de la repetición del nombre sagrado, y hacía que toda la pobreza, privaciones y mortificaciones resultaran fáciles y deseables ante la

perspectiva real de esa meta sublime y alcanzable. Tony, al dar Ejercicios, comenzaba por presentar una demostración casi académica a partir de la Escritura, los Santos Padres, la tradición cristiana y las enseñanzas de los santos, para dejar bien claro que el ver a Dios cara a cara no es privilegio minoritario de unos pocos místicos, sino derecho elemental de todo cristiano; y una vez asentados sus argumentos, se lanzaba a un llamamiento apasionado para hacemos ver que, si esta suprema gracia estaba al alcance de la mano, ¿Cómo podíamos permitimos el perder la oportunidad y contentamos con las migajas, cuando se nos ha invitado al banquete? Desde aquel instante, la experiencia de Dios se convertía en el centro de todos nuestros esfuerzos y la meta de todos nuestros deseos.

Tony nos insultaba: "Sois cristianos 'de oídas', ¿No es eso? Creéis porque os han dicho que creáis, eso es todo. ¿Cómo sabéis que sois cristianos? ¿Por el certificado de bautismo? ¡Valiente prueba! El cristiano sabe que es cristiano porque ha visto y oído y sentido y vivido a Cristo. El apóstol es un 'testigo de la resurrección'; ¿Lo sois vosotros? y si no lo sois, no tenéis derecho a hablar. ¿No os da vergüenza hablar de Dios en la India, donde sólo puede hablar de Dios con autoridad quien lo haya visto? ¿Y sois vosotros hijos de Ignacio, que esperaba que el alma tratase inmediata con su Creador y Señor, sin intermediario de alguna clase? O sacáis de estos Ejercicios la experiencia directa, el encuentro personal con Cristo resucitado, o nada sacáis." En plan más sobrio, yo recuerdo haber pensado entonces en la apta definición que Fritz Perls da del "enseñar"; según él, "enseñar es mostrar que algo es posible"; y yo apliqué esa definición a mi caso.

Tony me había mostrado que la experiencia directa de Dios en esta vida es posible. Ese fue el mayor favor que podía haberme hecho.

Este ataque descaradamente místico en frentes sobrenaturales no dejó de crear problemas y originar tensiones. A veces resultaba hasta cómico, y yo me habré reído más de una vez en silencio durante la oración nocturna de grupo, cuando alguien explotaba de repente en acción de gracias al Señor, que le había oído y se le había manifestado cara a cara en su poder y su bondad... Mientras otros, a los que aún no les había tocado la lotería, expresaban su resignación y redoblaban sus plegarias. Algo había en todo eso de comparación, emulación, casi competencia, que llegaba a crear ansiedad y frustración y, sin duda, hizo daño a más de uno. Conozco bien el tema, y sé sus peligros. Pero la oleada de fervor de oración, entusiasmo religioso y experiencias acrisoladamente místicas a que dio origen fue en verdad y profundidad un nuevo Pentecostés que cambió para siempre la vida de muchas almas fervientes y derramó inmensas alegrías y devoción bendita por los paisajes eternos de un continente que sabe de cumbres místicas y de amaneceres espirituales.

Por lo que a mí me toca, he contado ya en otro de mis libros la historia de lo que la oleada mística me hizo a mí, y no la repito aquí. Me contento con decir que soy testigo, en mi propia vida y en la de otros a quienes conozco de cerca, de la verdad y profundidad que asistían a Tony en su atrevida invitación a que "buscáramos el rostro de Dios", frase y reto bíblicos que se hicieron alegre e imborrable realidad en nuestras vidas.

Tony poseía un conocimiento excepcional de los Ejercicios Espirituales de san Ignacio, tanto teórico como práctico; muchos le habían insistido que pusiera por escrito sus conocimientos y experiencias, y él mismo había pensado y hablado más de una vez de ello. No tenía más que ordenar su fichero, grabar sus charlas y corregir la trascripción; pero nunca llegó a hacerlo. Para cuando empezó a publicar, su interés había cambiado de horizonte.

EL ESCRITOR

Ya he dejado dicho que Tony no se consideraba escritor. Sin embargo, su memoria se perpetuará y su influencia continuará gracias a sus libros, internacionalmente populares en cantidad de lenguas. Esos libros están compuestos en su mayor parte de historias, meditaciones y ejercicios con comentarios que se hacen

cada vez más breves. Por lo que yo sé, Tony sólo intentó una vez resumir de manera sistemática su pensamiento por escrito, y eso fue en un artículo que escribió el año 1982 para la revista "Concilium". El título del artículo tiene ya su interés: "Un cristiano oriental habla sobre la oración." *[*Agradecemos a la Revista Concilium su autorización para reproducir aquí este artículo, publicado en el núm. 179 de dicha Revista (noviembre de 1982), pp. 400-407.*]* Tony se define a sí mismo como "un cristiano oriental", y a su tema como la "oración". Acabo de decir en el capítulo anterior que "oración" era la divisa de Tony, bajo la cual desarrollaba su pensamiento concreto en cualquier momento determinado. Así lo hizo breve y bellamente en ese artículo. Como doy por supuesto que es poco conocido, y como es una pequeña joya y un compendio concentrado del pensar de Tony, lo voy a transcribir por entero. Aquí está.

La Semilla

¿Por qué es Dios invisible? Dios no es invisible. Vuestra visión está borrosa, y por eso no lográis verlo. La pantalla de cine se hace invisible cuando se proyecta sobre ella una película. Aunque la miréis incesantemente, no lográis verla; estáis demasiado agarrados por la película.

El meditador hindú se sienta con las piernas cruzadas y se mira a la punta de la nariz, como símbolo viviente de que Dios está precisamente enfrente de nosotros, pero nuestra mirada está fija más allá, en la distancia. No se trata de buscar y encontrar la punta de tu nariz. Hagas lo que hagas y vayas a donde vayas, despierto o dormido, te vuelvas adonde te vuelvas, está justo ante tus ojos. No la has perdido nunca. Simplemente, no logras distinguirla.

Durante siglos, la India hindú ha visto a Dios no "creando", sino "danzando" la creación. Lo verdaderamente extraordinario es que el hombre ve la danza, pero no logra reconocer al danzante.

Por eso, en la búsqueda de Dios debemos comprender que nada hay que buscar ni alcanzar. ¿Cómo podéis poneros a buscar lo que está justo delante de vuestros ojos? ¿Cómo podéis alcanzar lo que ya poseéis? No se trata de esforzarse, sino de reconocer.

Los discípulos de Emaús tenían al Señor resucitado delante de ellos, pero hubo que abrirles los ojos. A los escribas y fariseos les sobraba esfuerzo, pero les faltaba reconocimiento. En el Juicio Final la humanidad exclamará: "¡Estabas con nosotros y fuimos incapaces de verte!" La búsqueda de Dios es, por tanto, un esfuerzo por ver.

Un hombre ve cada día a una mujer, y ésta parece semejante a las demás hasta el día en que él se enamora de ella. Entonces se abren sus ojos y se asombra de haber estado contemplando durante años a aquella diosa adorable y no haber sido capaz de verla.

Dejad de buscar, dejad de viajar, y entonces llegaréis. ¡No hay adónde ir! Calmaos y ved lo que está ante vuestros ojos. Cuanto más rápido viajáis, más esfuerzo necesitáis para viajar y más fácil es que os extraviéis. La gente pregunta "dónde" encontrará a Dios. La repuesta es: "aquí". ¿"Cuándo" lo encontrarán? La respuesta es: "ahora". ¿"Cómo" lo encontrarán? La: respuesta es: "callad y ved". (Un cuento oriental narra cómo un pez del océano sale en busca del océano, pero por ninguna parte lo encuentra: ¡no ve más que agua!)

El Terreno Rocoso

Intentamos "ver" a Dios. Pero ¿Llegamos a ver algo? Vemos una nueva flor y preguntamos: "¿Qué es esto?" Alguien dice: "Una flor de loto." Todo lo que tenemos con eso es un nombre nuevo, una etiqueta nueva, pero erróneamente pensamos que tenemos una experiencia nueva, una comprensión nueva. En cuanto logramos pegarle un nombre a algo, nos parece que hemos aumentado el caudal de nuestros conocimientos, cuando lo único que hemos hecho ha sido aumentar nuestra colección de etiquetas.

Cuando Dios se negó a revelar su nombre a Moisés y prohibió que se hicieran

imágenes suyas, no sólo prohibió la idolatría de los ignorantes primitivos, que le identificaban con una imagen, sino también la de los intelectuales modernos, que le identifican con una idea. Nuestros ídolos conceptuales son tan inadecuados para representar su realidad como lo eran los ídolos de piedra y barro.

La palabra "europeo" os promete cierto saber, pero os niega todo conocimiento acerca del individuo que está ante vosotros. Cometeréis una injusticia contra él si pensáis que "europeo", o cualquier otra palabra o grupo de palabras, os ofrece alguna comprensión de su individualidad única. Porque el individuo, como Dios, está más allá de las palabras: es inefable.

Para "ver" este árbol debo quitarle la etiqueta, porque me causa la ilusión de que, teniendo un nombre que ponerle, conozco el árbol. Todavía más: debo abandonar todas las experiencias precedentes de otros árboles (como debo olvidar a cualquier otro europeo, si he de hacer justicia a la individualidad de éste que tengo frente a mí). Y todavía más: debo incluso desprenderme de todas las experiencias anteriores, incluso de "este" árbol; todos sabemos que negamos la oportunidad de manifestarse como es al individuo "presente", porque constantemente le juzgamos por nuestras pasadas experiencias de él. ¿Debe sorprenderme entonces saber que, si quiero tener la experiencia de Dios ahora, debo abandonar todo lo que otros me han dicho de él, todas mis experiencias pasadas de él y todas las palabras y etiquetas de él, por sagradas que sean? La verdad no es una fórmula. Es una experiencia. Y la experiencia es intransferible. Las fórmulas son material transferible; por tanto, de poco valor. Lo valioso no se puede transferir.

La palabra, la fórmula religiosa, el dogma se idearon en principio como medios que apunten, indiquen, me ayuden y guíen en mi acercamiento a Dios. Pero a menudo se convierten en barrera. Como si tomara un autobús para ir a casa y me negase a bajar cuando he llegado. Vemos muchas personas que dan vueltas y mas vueltas, porque nunca les han enseñado a abandonar sus conceptualizaciones y teologizaciones sobre lo divino, que se niegan a abandonar sus reflexiones discursivas en la elección y a entrar en la noche oscura, la noche conceptual de que hablan los místicos. Van por la vida coleccionando cada vez más etiquetas, como el hombre que acumula cada vez más posesiones materiales que nunca usará.

El río fluye ante tus ojos mientras tú mueres de sed, pero insistes en tener una definición del agua, porque estás convencido de que no podrás satisfacer tu sed hasta que no tengas la fórmula exacta. La palabra "amor" no es amor, y la palabra "Dios" no es Dios. Tampoco lo es su concepto. Nadie se emborracha con la palabra "vino". Nadie se abrasa con la palabra "fuego".

El hombre se preocupa más de los reflejos que de la realidad. Vive en la ficción. Y cuando reflexiona sobre Dios, vive en una ficción religiosa. Está fascinado por los conceptos, porque piensa que reflejan lo real.

Hay que romper los espejos. Alimento "real" y bebida "real" es lo que se necesita para satisfacer hambre y sed reales. De nada sirven alimentos y bebidas representados. La fórmula H_2O no quitará la sed, por más que sea científicamente exacta. Tampoco las creencias en Dios, por verdaderas que sean. Harán de él un fanático religioso, pero dejarán insatisfecho su corazón. (Un místico árabe habla de un hombre muerto de hambre en el desierto que ve a lo lejos un saco y corre hacia él esperando que tenga algo que comer, pero dentro encuentra sólo piedras preciosas.)

¿Debemos extrañarnos de que, no habiendo logrado entender esto, las Iglesias cristianas se hayan convertido en minas agotadas? Lo que ahora se extrae de las minas son palabras y fórmulas, y con ellas se abarrota el mercado. Pero la experiencia es escasa, y los cristianos nos estamos volviendo un pueblo "palabrero". Vivimos de palabras, como una persona que se alimente con la carta del menú sin probar los alimentos. La palabra "Dios", la fórmula de Dios, se está haciendo más significativa para nosotros que la realidad "Dios". Hay un gran peligro de que, cuando veamos la

Realidad en formas que no encajen en nuestras fórmulas, seamos incapaces de reconocerla e incluso la rechacemos en nombre de nuestras fórmulas. (Un maestro sufí dice: "Un burro alojado en una biblioteca no se hace sabio. De nada me ha servido todo mi saber religioso, como de nada sirve la presencia de un tesoro en un desierto para hacerlo fértil.")

La Tierra Buena

Esta actitud se ve perfectamente en el tipo de escuelas de teología que dirigimos los cristianos. Cabría esperar que estas escuelas formaran personas que ayudasen al hombre moderno a saciar su sed de Dios. Pero se han convertido en copias de las escuelas seculares. Tienen profesores, en vez de Maestros; y ofrecen enseñanza, en vez de iluminación. El profesor enseña, el Maestro despierta. El profesor ofrece conocimiento; el Maestro ofrece ignorancia, destruye conocimiento y crea experiencia; os ofrece conocimiento como un vehículo, sólo para sacaros de él cuando llegue el momento y el conocimiento no impida el reconocimiento.

El aprendizaje secular se realiza por medio de la reflexión, el pensamiento, la palabra. La religión se aprende a través de la meditación silenciosa. (En el Oriente, "meditación" -dhyan- no significa reflexión, como ocurre en Occidente, sino el acallar toda reflexión y pensamiento). La escuela secular produce eruditos. La escuela religiosa, meditadores. La tragedia es que muchas escuelas cristianas de teología se limitan a hacer de un erudito secular un erudito religioso. La escuela secular intenta explicar las cosas creando "conocimiento". La escuela, religiosa enseña a contemplar las cosas de tal modo que crea "asombro". El hombre tiene una ignorancia enraizada. Su aprendizaje secular no suprime esta ignorancia: la oculta más, dándole la ilusión de conocimiento. En la escuela religiosa, esta ignorancia es sacada a luz y expuesta, ya que dentro de ella hay que encontrar lo divino. Pero es rara la escuela religiosa que haga esto; con demasiada frecuencia queda enterrada bajo nuevas capas de conocimiento religioso.

La escuela religiosa cristiana debe, por tanto, desarrollar técnicas para utilizar el conocimiento como un medio para exponer la ignorancia, para utilizar la palabra de modo que conduzca al silencio. Como el "mantra" o "bhajan" en la India, donde la palabra o la fórmula se entienden primero con la mente, luego es repetida incesantemente hasta crear un silencio en el que la fórmula es transferida desde la mente al corazón, y su significado profundo se siente más allá de toda palabra o fórmula. Los estudiantes religiosos deben ser entrenados de tal modo que, cuando lean o escuchen la palabra, su corazón sintonice incesantemente con la realidad sin palabras que resuena en la palabra. Deben seguir una disciplina rigurosa hasta que sus mentes queden serenas y, en silencio, aprendan a "considerar las cosas en su corazón". (Un oficial del gobierno preguntó al gran Rinzai cuál era el secreto de la religión resumido en una palabra. "Silencio", respondió Rinzai. "¿Y cómo se alcanza el silencio?". "Meditación". "¿Y qué es la meditación?". "Silencio".)

Los estudiantes religiosos leerán la Biblia, pero en esa Biblia una página sí y otra no quedarán en blanco, para indicar que las palabras sagradas están encaminadas a producir un profundo silencio, un silencio enriquecido por las palabras sagradas, como el valioso silencio que sigue al tañido del gong en el templo. Deberán dedicar tanto tiempo a las páginas en blanco de su Biblia como al texto, porque sólo así serán capaces de comprender el texto. Porque la Biblia brotó de esas páginas en blanco, de hombres y mujeres que cultivaron lo bastante el silencio como para experimentar una verdad inefable que nunca pudieron describir, pero que procuraron señalar y sugerir con palabras que pudieran conducir a otros a la experiencia de la misma verdad.

La flor

La Biblia enseña que nadie puede ver a Dios y seguir vivo. Cuando se acalla a la mente, se ve a Dios, y el Yo muere. Los Maestros de Oriente están de acuerdo en que, cuando el silencio entra en el corazón, el Yo muere. ¿Cómo? No por aniquilamiento, sino por "visión". En la calma del silencio se "ve" que el Yo es una

ilusión. El psicópata que se cree Napoleón está curado cuando "ve", comprende, que su "yo napoleónico" es una ilusión. El hombre se cura cuando "ve", cuando experimenta que su yo-centro, su yo-separado es "maya", ilusión.

Es como si la danza entrara dentro de sí misma y "viera" que no tiene centro, que no tiene más ser que el del danzante, que no es en absoluto un "ser", sino una acción. Sólo el danzante es ser. Sólo él es. La danza no tiene ser, solamente está-en-el-danzante. Dios dijo a Catalina de Siena: "Yo soy el que es. Tú eres la que no es." Cuando entráis en el silencio, experimentáis que no sois; el centro ya no está en vosotros; está en Dios; vosotros sois la periferia. Recordemos las poderosas palabras atribuidas al maestro Eckhart: "Únicamente un Ser tiene derecho a utilizar el pronombre personal 'yo': ¡Dios!".

Quien experimenta esto, despierta. Se vuelve un "nadie", un vacío, una "encarnación" a través de la cual lo divino brilla y actúa. El poeta, el pintor, el músico, experimentan a veces momentos de inspiración en los que parecen perderse, y sienten que los atraviesa un flujo de actividad del que son más un canal que una fuente. Lo que ellos experimentan en su arte, el hombre despierto lo experimenta en su vida. Sigue actuando, pero ya no es él quien actúa. Sus acciones ya no las hace él, sino que le suceden a él. Se experimenta a sí mismo haciendo cosas que, simultáneamente, no son hechas por él; parecen ocurrir a través de él. Sus esfuerzos se convierten en facilidad, su trabajo se transforma en juego, en lila, en deporte divino. ¿Podría ser de otro modo cuando se experimenta a sí mismo como una danza danzada por lo divino, como una flauta hueca de la que brota la música de Dios?

El fruto

Cuando el silencio produce la muerte del Yo, nace el amor. El hombre despierto, iluminado, se siente a sí mismo como diferente, pero no separado de los demás hombres ni del resto de la creación. Porque sólo hay un Danzante, y toda la creación constituye una danza. Los experimenta a todos como a su "cuerpo", a su Yo. Así, ama a todos los hombres cuando se ama a sí mismo.

No se lanza necesariamente al servicio. Sabe que cualquiera que busca servir está en peligro de convertirse en un ser semejante a tanta gente "caritativa" que no es en absoluto religiosa, es gente que se siente culpable, bienhechores forzosos que se entremeten en las vidas de otros. Es posible, por desgracia, que des tus bienes para alimentar a los pobres y que tu cuerpo arda, pero que no tengas amor. El mejor servicio que puedes hacer al mundo es que tú desaparezcas. Entonces te transformarás en vehículo de lo divino. Entonces el servicio será espontáneo, pero sólo si Dios te empuja a ello. Puede ocurrir que te empuje a cantar canciones o a retirarte al desierto, y el mundo entero se enriquecerá con tus canciones o con tu silencio, en vez de ser perjudicado con tu servicio. ("Perdóname", dijo el mono, mientras colocaba encima de la rama de un árbol al pez que protestaba, "simplemente evito que te ahogues". ¡La servicialidad puede matar!)

Independientemente de lo que hagas, sea servir, callar o cantar, estarás totalmente absorto, porque tu Yo no estará por medio, y consagrarás a cada actividad la totalidad de tu ser. Esto es la religión en su cumbre. No sentarse en la soledad, ni recitar oraciones, ni ir a la iglesia, sino ir a la vida. Todas tus acciones brotarán del silencio, de un Yo silenciado. Cada acción tuya se habrá transformado en meditación.

Actualmente, la acción cristiana corre el peligro de brotar de la "charla" y de la "reflexión", más que del "silencio". El cristianismo corre el peligro de convertirse en una religión "habladora" y "pensadora". Se dice de la eucaristía que es una "celebración", pero se está convirtiendo más bien en una "cerebración"; el sacerdote habla al pueblo, el pueblo habla para responderle, y juntos hablan a Dios. Si queremos convertir de nuevo la religión en celebración, debemos disminuir el "pensar" y el "hablar", y aumentar el "callar" y el "danzar". (Preguntado cómo había alcanzado a Dios, el gurú respondió al discípulo: "Poniendo el corazón en blanco con una meditación silenciosa, no ennegreciendo el papel con una composición religiosa". Nosotros podríamos

añadir: y no espesando el aire con conversaciones espirituales.)

EL LECTOR

Después de dar una muestra de lo que Tony escribía, voy a darla ahora de lo que leía. Tres eran sus autores favoritos, como ya he dicho, y de ellos voy a escoger algunos pasajes; pasajes, todos ellos, que tuve ocasión de comentar con Tony en mayor o menor profundidad y que sé, por consiguiente, que le decían mucho a él. Si lo que uno lee da idea de lo que uno es, esta breve antología puede ayudamos a entender mejor a Tony.

Los escritos de Krishnamurti tienen la gran solvencia intelectual de estar respaldados por su vida. Los líderes de la sociedad teosófica lo eligieron, siendo aún niño, como el futuro mesías que había de inaugurar la nueva era de nuestro planeta, lo entronizaron al frente de la "orden de la estrella" y pusieron en sus manos el liderato espiritual del renacimiento oriental de principios de siglo. El, cuando el sueño estaba a punto de realizarse, renunció públicamente a todos los honores, declaró que era un hombre como los demás y se retiró a una humilde oscuridad, de la que más tarde lo sacaron sus propias dotes de penetración espiritual en la esencia del vivir. De él son estos párrafos.

"Atención no es lo mismo que concentración. Concentrarse es excluir; mientras que prestar atención, que es caer en la cuenta de todo, no excluye algo. Creo que la mayor parte de nosotros no caemos en la cuenta, no en lo de lo que decimos, sino de todo lo que haya nuestro alrededor, de los colores, la gente, el perfil de los árboles, las nubes, el correr de las aguas. Quizá no estamos en contacto con las cosas precisamente porque estamos obsesionados con nosotros mismos, con nuestros pequeños problemas, nuestras ideas, nuestros placeres, empresas y ambiciones. Y, sin embargo, siempre estamos hablando de estar en contacto. Una vez, en la India, iba yo de viaje en coche. Yo iba sentado al lado del conductor. Detrás iban tres señores que estaban discutiendo con gran interés el tema de estar en contacto con todo lo que nos rodea y me hacían a mí preguntas sobre lo mismo. Desgraciadamente, el conductor se distrajo en aquel momento y atropelló a una cabra. Mientras tanto, aquellos tres señores seguían discutiendo sobre la importancia del caer en la cuenta de todo... Sin caer en la cuenta de que habían atropellado a una cabra. Cuando se les llamó la atención sobre esta falta de atención, se sorprendieron sobremanera.

"Y eso nos pasa a casi todos. No caemos en la cuenta de lo que pasa por fuera o por dentro de nosotros. Si quieres entender la belleza de un pájaro, una mosca, una hoja o una persona con toda su complejidad, tienes que prestar una atención total, que es estar en contacto. Y para poder prestar una atención total tienes que interesarte de veras; es decir, que para entender tienes que amar: sólo entonces puedes adentrarte con todo el corazón y con toda la mente.

"Ese estado de caer en la cuenta es como vivir con una serpiente en un cuarto; espías cada uno de sus movimientos; afinas mucho, muchísimo, el oído para notar el mínimo ruido que haga. Ese estado de atención es energía total; en ese contacto perfecto la totalidad de tu ser se revela en un instante.

"No estás nunca solo, porque estás siempre lleno de todos los recuerdos, los condicionamientos, los parloteos de ayer; tu mente nunca acaba de limpiarse de toda la basura que ha acumulado. Para estar solo tienes que morir al pasado. Cuando estás solo, totalmente solo, sin pertenecer a familia, nación, cultura o continente, te sientes como un extraño a todo. Quien logra estar completamente solo en este sentido, consigue la inocencia, y esa inocencia es la que libera a la mente del sufrimiento.

"Llevamos a cuestas el peso de lo que millares de personas han dicho, junto con el recuerdo de todas nuestras desgracias. Dejar todo eso es estar solo, y la mente que está sola es no sólo inocente, sino joven: no en el tiempo o en edad, pero sí joven, inocente, rebosando de vida a cualquier edad, y sólo una mente así puede ver la verdad y lo que no puede medirse en palabras.

"En esta soledad comienzas a entender la necesidad de vivir contigo mismo tal como eres, no tal como piensas que deberías pero como has sido en el pasado. Trata de verte a ti mismo sin algún temblor, sin falsa modestia, sin miedo, sin justificarte ni condenarte...; aprende a vivir contigo mismo tal como eres en realidad."

***

No es extraño que a Tony le gustara Alan Watts. Teólogo, bohemio, cristiano, budista, síntesis de oriente y occidente, charlista empedernido y narrador inagotable, lleno de humor y de vida, de profundidad y de sorpresa. Fue Tony quien me descubrió a mí los libros de Alan Watts, y los comentamos más de una vez. Después creí yo que iba a tener ocasión de devolverle el favor, pues un amigo mío hindú que conoce mis gustos y vive en América me había prometido enviarme por entonces unas cintas con las últimas charlas de Alan Watts antes de su muerte, que no se han publicado en forma de libro; y le dije a Tony que se las pasaría si le interesaban. Me dijo que sí, y las recibí debidamente, pero el regalo no llegó a tiempo para él. Cito aquí de de un libro anterior, cuyo mismo título es ya sugestivo: "La sabiduría de la inseguridad".

"He aquí una persona que sabe que dentro de dos semanas tiene que operarse. En ese intervalo no siente dolor físico alguno, tiene comida abundante, está rodeado de amigos y cariño, sigue haciendo un trabajo que de ordinario le interesa mucho. Pero el miedo le ha quitado la capacidad de disfrutar de esas cosas. No tiene ojos para las realidades cercanas a su alrededor. Su mente está preocupada con algo que aún no ha llegado. No es como si estuviera pensando en el asunto en plan práctico, tratando de decidir si se opera o no, o haciendo planes para su familia y sus negocios en caso de muerte. Esas decisiones ya se han tomado. Está sencillamente pensando en la operación de manera totalmente inútil que echa a perder la alegría del momento presente y no contribuye algo en absoluto a resolver problema alguno. Pero no puede remediado.

"Es un problema típicamente humano. El objeto que inspira miedo no hace falta que sea una operación a corto plazo. Puede ser el problema del alquiler del mes que viene, o la amenaza de guerra y calamidades sociales, la duda de poder ahorrar lo suficiente para la vejez o, finalmente, la muerte. Lo que le agua la fiesta a la persona puede que no sea tampoco el miedo al futuro. Puede ser algo pasado, el recuerdo de alguna pena, alguna falta o indiscreción, que envenena el presente con el resentimiento o la culpabilidad. El poder de la memoria y de la expectación es tal que, para la mayor parte de los seres humanos, el pasado y el futuro no son tan reales, sino más reales que el presente. No podemos vivir felizmente el presente hasta no haber limpiado el pasado e iluminado en promesa el futuro.

"No cabe duda de que el poder de recordar y prever, de poner en orden el caos disparatado de momentos aislados, es un logro maravilloso del sentir humano. En cierto modo, es el mayor logro del cerebro humano, que le da al hombre una fuerza extraordinaria para sobrevivir y adaptarse a la vida. Pero la manera como de ordinario utilizamos este poder hace que más bien destruya todas las ventajas que trae. De poco sirve poder recordar y prever, si eso nos hace incapaces de vivir plenamente en el presente.

"¿De qué sirve poder preparar de antemano los menús de la semana que viene, si luego no puedo disfrutar de la comida cuando llega? Si estoy tan ocupado en pensar qué voy a comer la semana que viene que no puedo disfrutar del todo con lo que estoy comiendo ahora, tendré el mismo problema cuando las comidas de la semana que viene se conviertan en ahora.

"Si mi felicidad en este momento consiste, en gran parte, en pasar revista a memorias y esperanzas felices, sólo puedo estar muy débilmente en contacto con el presente. Y continuaré estando débilmente en contacto con el presente cuando las maravillas que esperaba lleguen a suceder. Porque para entonces me habré acostumbrado a mirar adelante y atrás, y me habré incapacitado a mí mismo para

ocuparme del aquí y ahora. Si al estar en contacto con el pasado y el futuro pierdo contacto con el presente, ha llegado el momento de preguntarme si es que vivo o no de veras en el mundo real.

"A fin de cuentas, el futuro no tiene ni sentido ni importancia, a no ser que, más pronto o más tarde, haya de pasar a ser presente. Planear para un futuro que no va a convertirse en presente es tan absurdo como planear para un futuro que, cuando me llega, me encuentra 'ausente', mirando fijamente por encima de su hombro, en vez de mirarlo a la cara.

"Esta modalidad de vivir en la fantasía de la esperanza, en vez de la realidad del presente, es la especialidad desastrosa de esos hombres de negocios que viven exclusivamente para hacer dinero. Muchas personas adineradas entienden mucho más sobre cómo hacer y ahorrar dinero que cómo usarlo y disfrutarlo. No llegan a vivir, porque siempre se están preparando a vivir. En vez de ganarse la vida, se están ganando ganancias, y así, cuando llega el tiempo de aflojar y pasarlo bien, son incapaces de hacerlo. Muchos hombres 'de éxito se aburren y lo pasan pésimamente cuando se jubilan, y otros continúan con su trabajo sólo para impedir que alguien más joven que ellos ocupe su puesto.

"Este, pues, es el problema humano: por cada aumento de sensibilidad hay que pagar un precio. No podemos hacernos más sensibles al placer sin hacernos más sensibles al dolor. Recordando el pasado podemos prever el futuro. Pero la capacidad de prever el placer queda anulada por la 'capacidad' de temer el dolor y estremecerse ante lo desconocido. Además, al desarrollar un fino sentido del pasado y futuro, debilitamos el sentido del presente. En otras palabras, parece que hemos llegado a un punto en que las ventajas de ser consciente quedan contrapesadas por las desventajas, ya que la extremada sensibilidad nos hace inadaptables.

"En esas circunstancias, nos encontramos en conflicto con nuestros propios cuerpos y el mundo a su alrededor, y llegamos a la consolación de poder pensar que en este mundo somos sólo 'extranjeros y peregrinos'. Porque, si nuestros deseos con nada están de acuerdo de lo que el mundo finito puede ofrecernos, parece seguirse de ahí que nuestra naturaleza no es de este mundo, que nuestro corazón está hecho no para lo finito, sino para lo infinito. La insatisfacción de nuestras almas podría ser el signo y sello de su divinidad."

***

A Bertrand Russell llegué yo a través de las matemáticas. Estudié los tres gruesos volúmenes de "Principia mathematica" en los que, a fuerza de símbolos, se esfuerza en demostrar que la matemática se reduce formalmente a la lógica; disfruté con su célebre definición de las matemáticas como "la ciencia en la que no sabemos lo que nos traemos entre manos, y no nos preocupa si lo que decimos es verdad o no"; y conté a muchos, incluso a Tony, la paradoja russelliana del "conjunto de todos los conjuntos", que provocó un verdadero revuelo en círculos matemáticos y que, en su forma popular, él mismo explicaba así: en un pueblo, el barbero afeita a todos los hombres que no se afeitan a sí mismos. Nadie lleva barba. ¿Quién afeita al barbero? Si se afeita él mismo, no se puede afeitar él mismo, porque él es el barbero, y el barbero no afeita a los que se afeitan a sí mismos; y si no se afeita a sí mismo, tiene que afeitarse a sí mismo, porque el barbero afeita a los que no se afeitan a sí mismos. Si no es un trabalenguas, es un trabacerebros con serias consecuencias para la teoría del fundamento filosófico de las matemáticas.

Tony gustaba de citarnos, ya en Sádhana I, el "decálogo liberal" de Bertrand Russell, con sus diez principios de honradez intelectual y salud mental que encajaban perfectamente en el pensamiento de Tony. Aquí prefiero citar otra página, que es una de las que a mí más me han llegado al alma entre todo lo que he leído en mi vida. Es el prólogo de su autobiografía.

"Tres pasiones, sencillas pero tremendamente fuertes, han regido mi vida: el deseo de amar y ser amado, la búsqueda del saber y una compasión, superior a mis fuerzas, por el sufrimiento de la humanidad. Estas pasiones, como vientos potentes, me

han zarandeado de aquí para allá, en navegación tortuosa, por el océano profundo de la angustia, hasta el borde mismo de la desesperación.

"Busqué primero el amor, porque trae consigo el éxtasis -éxtasis tan grande que muchas veces hubiera sacrificado yo el resto de mi vida por unas pocas horas de su gozo-. Lo busqué, también, porque el amor alivia la soledad -esa terrible soledad en la que el tembloroso ser que tiene conciencia de sí mismo se asoma al borde del universo y ve un frío abismo sin fondo y sin vida-. Y lo busqué, finalmente, porque en la unión que es amor he visto, como en mística miniatura, la visión anunciadora de ese cielo que los santos y los poetas han imaginado. Eso es lo que busqué y, aunque parezca quizá demasiado gozo para el hombre, eso es lo que -al fin- he encontrado.

"Con el mismo apasionamiento busqué el saber. He deseado entender el corazón del hombre. He querido saber por qué brillan las estrellas. Y he intentado apoderarme del poder pitagórico gracias al cual el número triunfa sobre el flujo. Algo de esto, aunque no mucho, he conseguido.

"El amor y el saber, en cuanto me fueron posibles, me levantaron hacia arriba, hacia los cielos. Pero la compasión me devolvió siempre a la tierra. Ecos de gritos de dolor reverberan en mi corazón. Niños hambrientos, víctimas torturadas por opresores, ancianos inválidos que son sólo una carga odiada para sus hijos, y todo ese mundo de soledad, pobreza y sufrimiento convierte en burla lo que la vida humana debería ser. Aspiro con toda mi alma a aliviar el mal, pero no puedo, y sufro.

"Esta ha sido mi vida. La juzgo digna de vivirse y, si se me diera la oportunidad, volvería a vivirla con gusto."

LA "PUESTA EN ESCENA"

Vuelta a Lonaula. Después de ver actuar a Tony en los diversos papeles que hizo durante su vida, quiero volver a fijar la atención en el papel definitivo de su último cursillo en Lonaula, y en especial en una faceta suya típica que salió a relucir de manera notable en aquellos días. Tony nunca aburría, pero quince días de actuación exclusiva pueden poner a prueba la habilidad del mejor charlista y la paciencia del mejor oyente. Tony se adelantó a la situación y discurrió maneras de aligerar las sesiones sin que perdieran en intensidad. Su mejor recurso para lograrlo era la "puesta en escena" ("role-playing").

Era un maestro en el arte. Se podía pasar de una a dos horas con el juego de "puesta en escena" sin que decayese la atención ni un instante. El procedimiento era sencillo, y siempre el mismo. Tony se inventaba un papel, de ordinario el de un sacerdote o una religiosa con algún problema concreto, se daba un nombre fingido y se dirigía a cualquier hombre o mujer del grupo para pedirle consejo en su situación. Tenía la manía de comenzar siempre por dirigirse a una Hermana del grupo, despierta y alegre, que se llama Tina; de modo que, cuando Tony empezaba: "Tina, soy un sacerdote anciano; me llamo Frank; yo...", sabíamos que el juego había comenzado. Entonces todo el mundo espabilaba y se sentaba al borde de la silla. No valía ya el escuchar repantingados, porque cualquiera podía convertirse en jugador activo en cualquier momento. Las reglas del juego eran sencillas. Tina podía seguir dando consejos a Tony (o Frank) mientras quisiera, y podía pasarle el mochuelo a cualquiera del grupo en cuanto así lo desease. Si se mostraba reacia a esto (cosa que siempre sucedía, y Tony le tomó el pelo por ello el último día), cualquier otro del grupo podía saltar a la arena y encargarse en cualquier momento del trabajo de aconsejar a Tony, que así iba pasando de mano en mano. Después, de repente, venía la media vuelta. Tony cambiaba de papeles sin previo aviso y decía: "Tina, ahora tú eres Frank, y yo soy Tina; tú sigue presentando el problema de Frank, y yo trataré de resolverlo"; y así otra vez de mano en mano por todo el grupo. Nos sentábamos en círculo, de manera que cada uno podía ver la cara de todos los demás, observar reacciones y prepararse a intervenir. Había sorpresas, destellos, risa, tragedia, silencios y aun lágrimas; lo que no había eh ni un momento aburrido.

La "puesta en escena" de Tony era al mismo tiempo un entretenimiento de

primera y una escuela de intenso aprendizaje.

Tony tenía un extraordinario poder de reacción espontánea, y lo usaba a placer para echar por tierra cualquier respuesta que le diéramos al problema que había propuesto, el cual se iba haciendo más enrevesado a cada pretendida respuesta, con el resultado de que, al cabo de un par de vueltas por el círculo de expertos directores, su situación aparecía mucho peor que al principio, hasta hacerse totalmente desesperada. Entonces era cuando cambiaba los papeles y, con todo su talento y su chispa, le daba la vuelta a la tortilla y presentaba una solución que a todos parecía natural y evidente. Era todo un espectáculo, y yo nunca me cansaba de presenciarlo y tomar parte en él. Lo que no puedo hacer es reproducir ahora sobre el papel lo que entonces viví en persona; pero sí puedo enumerar los papeles que asumió y los problemas que propuso, junto con las líneas generales de las discusiones subsiguientes. La elección de temas y personajes que hizo tiene ya interés en sí misma, y las sugerencias que emanen de esas largas sesiones pueden ser útiles.

Una advertencia importante. El mero hecho de que Tony escogiera el método de la "puesta en escena" para tratar de estos temas muestra que no son problemas definidos, con soluciones exactas y prefabricadas, sino más bien situaciones que hay que describir, estados de ánimo que hay que entender, enfoques que hay que sugerir, sabiendo perfectamente que no habrá remedio radical, y cada uno tiene que llevar su carga; y esperando, eso sí, aligerar esa carga con prudencia y cariño, con entender y acompañar cuando no podemos solucionar. El fruto principal es, para nosotros mismos, el aprender a enfrentamos a esas situaciones, que también pueden presentarse en nuestra vida de una manera o de otra. La "puesta en escena" no es una clase de lógica, sino una escuela para la vida.

Otra advertencia. La elección de temas que hace Tony puede parecer parcial y limitada. Eso tiene su explicación. Todos los del grupo éramos antiguos alumnos de Sádhana, lo cual quiere decir que la mayor parte de nuestros problemas personales, generales, naturales y universales habían salido ya a relucir y habían sido tratados en detalle en su día. Por eso tales problemas no aparecerán en esta lista. En cambio, los temas que aparecen son tanto más interesantes cuanto que son más generales, y Tony los escuchó cuidadosamente después de pensar mucho en cada caso, como él mismo nos dijo. Los temas muestran también su valentía y sinceridad en sacar a la luz ciertas situaciones conflictivas que por lo común se disimulan y pasan por alto en círculos oficiales. Tengo para mí que uno de los grandes servicios que Tony hizo a la Iglesia en su vida fue precisamente éste: estar al tanto, con respetuoso interés y desde dentro, de los problemas que acarrea nuestro modo de vida en las instituciones a que servimos; y estar dispuesto a hablar con delicadeza y franqueza sobre ellos a personas que, como él, vivían esos 'problemas con fe y generosidad. Y, dicho esto, paso a describir los diversos papeles que Tony representó en las reuniones de Lonaula.

"Tina, soy un sacerdote anciano, tengo ya más de setenta, me llamo Frank y, bueno, no es que me pase algo serio, he tenido una larga vida de sacerdote y confío que eso está ya bien anotado en los libros de Dios, pero, sí, ése es el problema, la verdad es que yo me veo ahora totalmente inútil, para nada valgo, nada puedo hacer de lo que antes hacía y, de hecho, no soy más que una carga para mí mismo y para los demás; no, claro, la gente es amable y considerada, incluso me saludan con respeto cuando pasan a mi lado, pero, por lo demás, no me hacen caso alguno y me dejan solo; y, encima, yo me veo no sólo inútil, sino poco atractivo, quiero decir aun físicamente, sí, no tienes más que mirarme y verlo tú misma, tengo la cara llena de arrugas, toso mucho y, hay que decirlo por penoso que sea, caigo en la cuenta perfectamente de que a nadie le resulta agradable estar a mi lado. Eso me ha hecho perder la dignidad, el respeto que me debo a mí mismo, y, me resulta muy humillante decirlo, pero, sí, me odio a mí mismo, o al menos me desprecio a mí mismo, y eso me ha llevado a una depresión constante que me imagino me va a acompañar ya hasta la

tumba. Con todo, he oído que tienes buena mano para ayudar a gente que anda desanimada y, no sin antes pensármelo mucho y dudar mucho, he venido por fin a verte como último recurso. ¿Podrías ayudarme?"

Tina hizo todo lo que pudo. Lo mismo hicimos todos los demás. Y a cada intento de ayudarle, el viejo Prank se iba hundiendo más y más en su miseria. Cuando alguien le dijo: "Piensa en el bien que has hecho a tanta gente en tiempos pasados", él contestó: "Eso hace que me duela aún más el no poder hacer algo ahora". Cuando alguien le exhortó a que pensase en la recompensa que le esperaba al llegar al cielo, él sonrió tristemente y dijo: "Para entonces ya no necesitaré tus consejos." El caso no tenía remedio.

Cuando Tony cambió de papeles y se encargó de él, admitió que era ya demasiado tarde para remediar la situación, y aprovechó la oportunidad para insistir en que lo que le había echado a perder a aquel hombre era el sofisma tan generalizado de identificar su vida con su trabajo, su persona con sus éxitos. Mientras hubo trabajo, hubo vida; y cuando se acabó el trabajo, se acabó la vida. Mientras pudo hacer algo por los demás, consideró que la gente le estimaba; y al verse estimado por otros se estimaba a sí mismo: trampa fatal de someterse al juicio de los demás y depender de su aprobación para poder sentirse bien, en vez de ser independiente en el aprecio y el juicio que yo hago de mi propia persona. Mi persona y mi vida siguen teniendo valor ante mí, trabaje o no trabaje, haga la gente caso de mí o no lo haga. Cambiemos de enfoque en nuestra vida antes de que sea demasiado tarde.

***

"Tina, soy un Provincial jesuita. Lo estoy haciendo bien, y sé que mi gestión como Provincial es apreciada tanto aquí en mi provincia jesuítica como en Roma, en nuestra curia general. Aún me quedan dos años en el cargo, según el curso normal de las cosas, y podría seguir perfectamente hasta el final; pero hay algo que me preocupa. Mira, Tina, no me importa decírtelo a ti, porque sé que eres discreta y no se lo vas a contar a alguien, y encima está todo eso del secreto profesional entre director y dirigido, y tú lo observas escrupulosamente, de modo que me siento seguro en tus manos y dispuesto a contártelo todo; y sí que quiero hacerlo, porque necesito ayuda y creo que tú eres la persona más indicada para ayudarme en esta situación. Bien, el caso es, Tina, que yo soy agnóstico. Me tranquiliza el ver que no te has asustado al oír eso. Claro, ya entiendo, tú ya te has encontrado con otros religiosos y religiosas que tienen dificultades en materia de fe en mayor o menor grado, y yo también cuento con un buen número de casos entre mi grey. Nada hay nuevo ni extraordinario en ello. De hecho, yo, personalmente, me encuentro perfectamente a gusto en mi situación y no me causa problema alguno en mi propia vida. Ya me entiendes, no quiero decir que yo niegue la existencia de Dios o la divinidad de Jesucristo, sino que sencillamente no sé si son verdad; y en esa situación, me siento obligado ante mi propia conciencia a ser honesto conmigo mismo y no forzarme a creer en lo que, de hecho, no creo. Se trata de una duda respetuosa, con la consiguiente suspensión de juicio, y te repito que me encuentro perfectamente en paz conmigo mismo. El conflicto me viene de mi cargo. Soy el Provincial, y me da cierta inquietud verme como un Superior agnóstico en una orden religiosa. Mira, te pongo un ejemplo: uno de mis sacerdotes no decía Misa, pues, como ya te he dicho y tú misma sabes, algunos entre mi gente tienen serias dudas en materia de fe y práctica religiosas; pues bien, las autoridades de Roma se han enterado del caso y me han encargado a mí, como Provincial, que le convenza a ese sacerdote de que vuelva a decir Misa para evitar el escándalo entre los fieles. Y ahora dime tú, ¿Cómo voy a convencerle de que diga Misa cuando yo mismo no creo en la Eucaristía?

Pero ése no es precisamente mi problema. Lo que yo quiero consultarte, y en lo que necesito que tú me des alguna luz, es en esta pregunta concreta: ¿Debo dimitir de Provincial o no? Si dimito, puedo volver tranquilamente y con todos los honores a mi puesto de antes; yo enseñaba química en un colegio, y puedo volver tranquilamente

a hacerlo sin que eso me cree problemas de tipo religioso para mí, y menos con los demás; y también, si pido a Roma que me quiten el cargo, no tengo por qué decirles la razón verdadera, y sé muy bien cómo explicar las cosas de modo que me concedan lo que quiero sin enterarse de la verdadera razón, con lo cual puedo muy bien dejar el puesto oficial que tengo y volver a mi situación de sacerdote y religioso ordinario como antes. La cuestión es: ¿Debo hacerlo o no?"

El diálogo de silla en silla sacó a la luz buena cantidad de ideas interesantes. No se trataba de una cuestión puramente académica. 'Hay crisis de fe entre nosotros, e ignorarlo significa sólo empeorar la situación. Las soluciones radicales no son soluciones. Y la confusión reinante no ayuda a pensar claro, aunque sí puede ayudar a comprender mejor a quienes atraviesan esas crisis.

Hoy en día, leemos libros de serios teólogos católicos con aprobación eclesiástica en que se defienden ideas que en nuestros días de estudiantes nos decían eran herejía. Hay límites que no pueden sobrepasarse, desde luego, pero queda una amplia región en la que la duda honesta puede coexistir con el compromiso genuino. Más podemos ayudar al que duda tratando de entender su perplejidad que presionándolo para que abandone sus dudas. El que duda habrá de ejercer una gran prudencia al tratar con otros, y jamás debe contaminar con sus dudas a gente que no las tiene. Aunque, paralelamente, tampoco debe alguien imponer sus puntos de vista rígidos a personas cuyos puntos de vista no son tan rígidos. Algunos del grupo aconsejaron al Provincial agnóstico que abandonara no sólo su cargo, sino también el ejercicio de su sacerdocio, si es que quería ser honesto consigo mismo; mientras que otros, por el contrario, opinaron que podía ayudar mejor al creciente número de gente con crisis de fe quedándose en su puesto. Tony intervino: al Provincial puede ayudarle el caer en la cuenta de que la Biblia, la Eucaristía y el Magisterio, aunque para él no sean ahora objeto de fe, siempre son, en todo caso, directivas de recto pensar, indicadores de verdad oculta, y hará bien en escuchar el mensaje de la tradición, aunque por ahora no se sienta ligado a él por vínculos de obediencia. El escepticismo es tan perjudicial como el dogmatismo. Quien se olvida de la sabiduría de los que le precedieron, lo hace sólo con peligro y daño propios. Por otro lado, una duda sincera puede agradar a Dios más que un creer forzado. Que siga el buen Provincial con los ojos y la mente bien abiertos, y que siga adelante paso a paso, a su manera, con humildad y sencillez. Y, por cierto, una advertencia en este tema: si alguien os viene con el argumento de su propia experiencia, tratando de convenceros a vosotros con las experiencias religiosas que él ha tenido..., sencilla y educadamente, no le hagáis caso; sus experiencias son suyas, no vuestras; es muy posible que esté equivocado, y no hay manera de saberlo.

Apreciad y valorad vuestras convicciones, pero no las impongáis a los demás. Y no os consideréis mejores que alguien sólo porque vuestro credo "sea más largo que" el suyo.

***

"Tina, soy un religioso metido en el trabajo social hace varios años. No lo hacía antes, ¿Sabes?, pero vino toda esta ola de la 'opción por los pobres', y sentí yo como que despertaba, y descubrí, aunque ya lo sabía, que había un suburbio de gente pobre junto a nuestra casa religiosa, y comencé a ir allí, a interesarme por ellos; no tenían agua corriente, ¿Sabes?, y tenían que andar medio kilómetro hasta el grifo más cercano, y yo los organicé, y llevamos el asunto hasta el ayuntamiento, y por fin les conseguí una tubería hasta el mismo barrio, lo que fue toda una hazaña, aunque la verdad es que no me lo agradecieron lo bastante o, al menos, así me lo pareció a mí; pero dejemos eso a un lado, al fin y al cabo lo hacemos todo solamente por Dios, y él lo sabe; y luego, ah sí, luego les conseguí una unidad médica con una furgoneta y un médico y una enfermera que venían con medicinas dos veces por semana, y, bueno, cosas por el estilo. Pero vamos al grano. Hace poco, he tenido una especie de experiencia espiritual; bueno, no sé cómo llamarlo: anda por ahí ese chiflado, Tony de Mello, quizá hayas oído hablar de

él, y me metí en uno de como se llamen esos cursos que da, y, sí, a ver si me explico, he caído en la cuenta de que, a fin de cuentas, todo esto es pasajero, sí, pasajero, y ahora, de vuelta en mi puesto, veo otra vez a esa gente con quien trabajo, y me pregunto, si al fin y al cabo los problemas de esta gente son también pasajeros, ¿Por qué meterme en ellos? Sigo yendo allí, pero sin el interés con que antes iba; han perdido otra vez la tubería de agua, y tienen que volver al grifo de antes, pero, bueno, yo no voy a meterme otra vez en todo ese lío; resumiendo, que yo he conseguido la paz del alma, pero ellos han perdido el agua corriente. Y encima viene esta idea de que la única manera de liberar a los demás es comenzar por liberarse a sí mismo, y eso es lo que estoy yo haciendo ahora, de modo que ¿Qué más se me puede pedir? Y también he caído en la cuenta de que algunos de éstos que trabajan con los pobres hacen más daño que bien, y a veces buscan su propio interés y usan y manipulan a los pobres para luego sobresalir ellos mismos, que desde luego es verdad en algunos casos, aunque ciertamente no en el mío; pero, en fin, que he perdido interés en este trabajo y estoy pensando seriamente en dejado todo, ya que además, y a decir verdad, nunca tuve un interés verdadero en esto, y ahora lo veo claro, aunque antes no me lo dejaba ver a mí mismo y quería convencerme de que me gustaba, cuando en realidad nunca me gustó, así es que quiero dejado, pero si lo dejo siento remordimiento de abandonar a esa pobre gente, y miedo de lo que mis compañeros dirán de mí, en fin, que estoy hecho un lío y no sé qué hacer. ¿Podrías tú ayudarme?"

Voy derecho a la reacción de Tony. Si alguien se cree que por venir a Sádhana va a perder su interés por el trabajo con los pobres, ¡que venga y lo vea! La resistencia que algunos del trabajo social sienten a venir a Sádhana, y las calumnias descaradas que Sádhana ha tenido que sufrir de boca de algunos de esos que nunca se han acercado por aquí, muestran precisamente que ellos son los que más la necesitan. Todos nosotros, trabajemos en lo que trabajemos, necesitamos examinar nuestras intenciones y purificar nuestros motivos; pero los que trabajan en el campo social lo necesitan mucho más, porque manejan poder y dirigen masas. Hay quienes van a trabajar por los pobres, movidos, sin saberlo ellos mismos, por sentido de culpabilidad, por sed de poder, por seguir la corriente, por influencia de compañeros, compensación por un complejo de inferioridad, por escapar al trabajo intelectual. Todo eso, donde se dé, ha de ser purificado, en cuanto sea posible, antes de ir a los pobres, si no queremos que el trabajador social cause más daño que bien al buscar secreta e inconscientemente sus propios intereses, convirtiendo en instrumento para ello a esos mismos pobres a quienes profesa servir. No dudo un momento en decir que Sádhana es la mejor preparación para quien va a trabajar con los pobres y oprimidos: purifica la mezcla de sus motivos, y lo hace más libre, que es la única manera de transmitir libertad. Y ahora, por lo que se refiere a eso de que todo sufrimiento es "pasajero" y, por consiguiente, no hay por qué ocuparse de él: eso es pura teoría, y aquí estamos aprendiendo a reaccionar ante hechos, no ante teorías. Si veis a un niño sufriendo y sabéis que podéis quitarle el sufrimiento con una inyección, ¿No se la daréis por pensar que el sufrimiento es pasajero? Si veis a una anciana que tropieza por las escaleras, ¿No la agarráis del brazo instintivamente para que no se caiga, en vez de poneros a filosofar que la caída es efímera y pasará? Obedeced al instinto, no al cerebro. La pena es que la gente pone por medio su visión cristiana o su sueño budista o su plan marxista, y con eso ya no ven a las personas, sino sus propios planes, y ponen en marcha "actividades" para llevar a cabo sus propios "ideales". Trabajemos por los pobres y los oprimidos, por encima de todo; pero hagámoslo desde nuestra propia libertad personal, no arrastrados por complejos secretos o indigencias ocultas nuestras.

***

"Tina, soy una Hermana india de una congregación religiosa de tipo más bien conservador, y eso, claro, nos está trayendo ahora problemas, ¿Comprendes?, sobre todo para las que -dentro siempre, desde luego, de nuestra congregación- queremos seguir las tendencias modernas y acercarnos a la gente, en vez de quedarnos en el

convento; y así ha surgido este asunto concreto, que en sí nada es, y a lo mejor te vas a reír, pero para nosotras supone mucho y a mí me está haciendo sufrir, y lo llevábamos discutiendo hace mucho tiempo entre nosotras, y unas estaban a favor y otras en contra, y en otras congregaciones ya habían cambiado, como veo, Tina, que lo habéis hecho vosotras en vuestra congregación, pero a nosotras no nos lo permitieron, y a mí me daba vergüenza cuando nos reuníamos con Hermanas de otras congregaciones para Ejercicios o seminarios de esos que tanto hay ahora, y muchas de esas Hermanas llevaban sari; y no sari de uniforme, fíjate bien, no ya sari blanco o azul o marrón, todas iguales, sino algunas de ellas sari de colores, de moda, incluso de muy buen gusto, y a mí me daba envidia y rabia, y sentía y siento un gran enfado contra nuestras superioras que no nos permiten llevar sari, y se siguió discutiendo la materia, y por fin todas las superioras indias de nuestra congregación se pusieron de acuerdo, que no es cosa fácil, y le pidieron a nuestra Madre general en Roma que nos dejara llevar sari a nosotras aquí en la India, y, ¡fíjate!, nos ha negado el permiso, y tenemos que seguir llevando el hábito, y buen trapo viejo que es nuestro hábito, lo estás viendo tú misma, sí, no te rías, que a mí no me hace gracia, y ahora estoy furiosa y me siento rebelde contra Roma y contra las autoridades eclesiásticas por esto y por todo. ¿No somos una Iglesia india? ¿No existe la inculturación? ¿No se han enterado en Roma todavía? ¿Qué saben ellos allá de lo que nosotros necesitamos aquí? y lo que más me incordia es ver que los hombres pueden hacer lo que quieren. Mira a esos jesuitas, se visten como les da la gana y nadie les dice algo, mientras que nosotras, pobres mujeres, estamos sujetas al capricho de gente a quien ni siquiera conocemos. Y ahora, ¡imagínate!, nos han prohibido hasta que hablemos de esto entre nosotras. Yo no sé si estoy faltando a la obediencia al contarte todo esto a ti, pero es que no puedo más y, para colmo, me da vergüenza el tratar esto contigo, que llevas un sari tan bonito con ese dibujo de cruces en el borde, tan sobrio y elegante, pero al menos espero que me comprendas, que sientas conmigo aunque no puedas hacer algo, y que me des ánimo.

¿Verdad que lo harás?" (Tony, al hablar, había estado imitando todo el rato la voz, los gestos y las muecas de una mujer, con un efecto cómico que provocó contenidas sonrisas entre nosotros al vedo y oído. Su interpretación del papel era siempre parte integrante y divertida del espectáculo.)

La cuestión del sari se despachó rápidamente. Se le dijo a la buena Hermana: elige tú; sométete a las normas de los superiores y renuncia a tu protesta, o ponte el sari y carga con las consecuencias. Decídete de una vez y deja de atormentarte. Del tema más general de la adaptación cultural y la Iglesia india se encargó luego Tony. El amaba a la India, y lo había mostrado de una manera bien práctica, entre otras muchas, al decidir en estos últimos años que para los cursos de "maxi-Sádhana" admitiría sólo a religiosos y religiosas que trabajaran en la India, y así lo hizo (con muy pocas excepciones), a pesar de las muchas peticiones que le llegaban del extranjero; pero rechazaba de plano el aspecto mezquino del patriotismo, como ya he tenido ocasión de mencionar, y así lo dijo sin ambages en este caso. "Si piensas como indio, o como europeo o americano, has dejado de pensar; porque entonces piensas desde tu condicionamiento, y ya no eres tú el que piensa." Para Tony, todo esto eran cosas accidentales, y no perdía tiempo en ellas. Incluso la cultura, no en cuanto saber, sino en cuanto herencia, era un condicionamiento para él y, como tal, había de ser trascendida.

***

"Tina, soy párroco en una parroquia muy conservadora, y yo también, por edad y por formación, soy bastante conservador. Vine a la India de misionero, ¿Sabes?, hace ya muchos años; soy extranjero, pero amo a la India como a mi patria, y he trabajado con todas mis fuerzas todos estos años para hacer lo mejor que sabía y podía, que era convertir a los paganos, bautizados y hacerlos cristianos. Sí, ya lo sabes todo, eran casi todos gente de casta baja, yo les ayudaba con dinero y regalos que me mandaban los buenos católicos de Europa y América, y esa pobre gente me lo agradecía y, para darme gusto y conseguir más ayuda, se hacían cristianos, y ya sé que todo el

mundo los llama 'cristianos de arroz' o 'cristianos de pan y mantequilla', que es muy desagradable, lo admito, pero al fin y al cabo son cristianos, que es lo importante, ¿No es así? El Señor tiene sus maneras de llamar a los hombres y, aunque una generación se haga cristiana por motivos egoístas, la siguiente será ya una auténtica generación cristiana, y ¿Quién, dime, obra jamás por motivos enteramente puros? Así es que yo estaba contento con mi trabajo de misionero, contaba el número de conversiones, que iba en aumento de año en año, me enorgullecía de ello, enviaba fielmente las estadísticas a Roma, y de allí me felicitaban por mi celo y mi trabajo apostólico. Pero luego vino de repente toda esta teología nueva del Concilio Vaticano que me dejó desconcertado del todo. Verás, yo había basado todos mis esfuerzos y había justificado mis métodos con el dogma de que 'fuera de la Iglesia no hay salvación', que había sido la roca de la expansión misionera de la Iglesia en el pasado y hasta nuestros mismos tiempos, y, sí, desde luego, el Señor tiene sus caminos de misericordia y puede salvar a quien quiera, pero me concederás que, a fin de cuentas, el bautismo es el mejor caminó para el cielo. ¡Y ahora viene el Concilio y nos dice textualmente que hasta un ateo puede ir al cielo! ¿Dónde me deja a mí eso? ¿A dónde va a parar el trabajo de toda mi vida? ¿Es que he hecho el ridículo sin remedio? Para acabarlo de estropear, ahora nos vienen estos curas jóvenes, nativos del país, que denuncian nuestro trabajo como colonialismo espiritual y exigen que todos los misioneros extranjeros como yo nos marchemos y volvamos a nuestros países de origen.

Estoy hecho un lío y lleno de resentimiento. Yo he reaccionado contra todo eso, personalmente estoy seguro de que la fe antigua es la que vale, y me pone malo el oír hablar del ecumenismo no ya sólo con protestantes, sino con paganos, y que le digan a uno tranquilamente que los hindúes se salvan en el hinduismo y los mahometanos en el Islam, y tenga uno que callarse y decir amén a todo. Considero deber de conciencia oponerme a todo eso, volver a la pureza de la fe y exhortar a todos los demás a que lo hagan; por eso yo nunca vaya a esas reuniones de oración con hindúes y mahometanos, y les prohíbo ir a los fieles de mi parroquia. Tenemos que volver a predicar una santa cruzada contra los enemigos del evangelio, ¿No te parece?"

Me acuerdo muy bien de esa escena, porque yo tomé parte importante en ella. Era difícil medirse con Tony en esgrima de diálogo, de donde siempre salía triunfador; pero aquel día estaba yo inspirado y tuve mi desquite. Cuando, después de muchas idas y venidas, él dijo: "Hago esto para cumplir con mi deber como buen católico", yo repliqué: "En eso no eres un buen católico ni siquiera un buen cristiano; ¡lo que eres es un buen mahometano que declara la guerra santa a todos los infieles!" Tony paró el golpe poniendo cara de ofendido y volviendo a la pregunta práctica: "Llámame lo que quieras, pero ¿Qué he de hacer yo ahora?" Le contesté sin esperar: "Si eres honesto... ¡ve y hazte circuncidar en cuanto puedas!" Con eso todo el grupo rompió a reír, y se acabó la escena.

***

"Tina, soy un sacerdote jesuita y tengo un problema muy delicado que espero que tú, como mujer, y la mujer inteligente y sensible que eres, podrás entender y ayudarme a que encuentre una solución. Estoy realmente perplejo y sufro mucho. Bueno, me llamo John, y prefiero que me llames así a secas. Hace muchos años, Tina, que yo tenía una amistad muy honda con una religiosa, Jane, y yo la quería con toda mi alma y ella a mí, todo muy limpio, desde luego, una relación totalmente irreprochable y sin complicaciones orgánicas, si es que me entiendes, que ya sé que lo entiendes, y eso duró mucho tiempo, y ella era con mucho la mejor de mis amistades, completamente distinta de otras amistades femeninas que tengo, y ella lo sabía perfectamente y me correspondía con el afecto más intenso que he conocido; yo era su hombre, y ella lo sabía y me quería a mí como a nadie más quería. Pero luego, Tina, hace un par de años, a Jane la destinaron a otra ciudad, ya sabes lo que pasa con vosotras las monjas, que tenéis conventos por toda la India y os envían de un extremo a otro sin razón alguna y sin previo aviso; y así aterrizó ella en la otra

punta del país, mientras que yo, por supuesto, me quedé donde estaba. Nos escribimos mucho, y sus cartas mostraban y siguen mostrando que su afecto hacia mí permanece intacto, que es tan fiel y tan mía ahora como cuando estaba aquí, y que, naturalmente, da por supuesto que yo también continúo lo mismo. Y ahí viene el lío, Tina, y espero que tú lo entiendas. No es que yo ya no la quiera, no; la sigo queriendo y trato de asegurárselo en mis cartas; pero, bueno, sí, ya veo que lo has adivinado, y es verdad, ahora ha entrado otra mujer en escena, y todo ha cambiado para mí. Es religiosa también, de otra congregación, y se llama Mary. Nos hicimos amigos, y yo no vi algo malo en eso, porque seguía queriendo mucho más a Jane y estaba convencido de que así seguiría siendo. Pero no fue así. Al principio no me lo quería confesar a mí mismo; pero era evidente, y ahora es ya un hecho innegable. Ahora quiero a Mary mucho más que a Jane. Y a ver si sigues ahora el hilo de esta madeja enredada que son mis sentimientos actuales. Me siento culpable por querer menos a Jane, y deseo con toda el alma que no fuera así, pero lo es y no puedo remediarlo.

Siempre he valorado muy alto las virtudes de lealtad, fidelidad, caballerosidad... Y ahí me tienes ahora fallándole a la primera mujer que he amado en mi vida, mientras ella continúa adorándome. Mi dignidad de hombre está por los suelos. Me desprecio a mí mismo. No, claro, a Jane nada le he dicho de lo de Mary, y, bueno, ya lo ves, a Mary tampoco le he dicho algo de lo de Jane. ¿Caes en la cuenta del lío en que me he metido? Le sigo escribiendo a Jane, y cada carta es un tormento, al forzarme a fingir sentimientos y ocultar los hechos. ¿Cuánto tiempo podré seguir así? ¿Debería dejar a Mary? ¿O a Jane? Y si escojo ahora a Mary, ¿Qué garantía tengo, después de esta experiencia, de que más adelante no ha de pasarme con Mary lo que ahora me ha pasado con Jáne? Pues entonces, ¿Qué?, ¿Las dejo a las dos? Eso sería hacerles sufrir a las dos, mientras que de la otra manera sólo hago sufrir a una y el hecho es que yo soy incapaz de hacer sufrir a alguna de las dos. Y me temo que, cuanto más tiempo pase, más les voy a hacer sufrir. Ahora dime tú; tú eres una mujer; ¿Puedes darme alguna luz en medio de toda esta confusión?"

Esta fue, con mucho, la escena más larga y más bella y sentida que tuvimos en todos aquellos días. El grupo entero tomó parte en ella durante casi dos horas; y como había entre nosotros hombres y mujeres, aproximadamente mitad y mitad en el grupo, el tacto, la delicadeza, la seriedad y sensibilidad de todo el proceso fueron emocionantes y exquisitos. Tony, después de hacer el papel de John, hizo también, sucesivamente, los papeles de Jane y de Mary, sacando a luz cada vez aspectos nuevos de la complicada red de sentimientos, amor y amistad. Sin pretender resolver problema alguno, sí se aclaró aquel día ese mundo hasta ahora ignorado, y tan difícil como enriquecedor, de la vida afectiva de religiosos y religiosas. Todos aprendimos mucho en aquella sesión.

***

"Tina, soy una Hermana encargada de la promoción de vocaciones en nuestra congregación. Trabajamos en grupo y vamos de colegio en colegio, y casi de pueblo en pueblo, tratando de conocer y atraer a chicas que vengan a conocer nuestra vida y puedan un día entrar en el noviciado. Se está haciendo cada vez más difícil conseguir vocaciones. Y lo que es más difícil todavía para mí es definir mi propia postura. Sí, he llegado a poner en tela de juicio la validez y aun la legitimidad de mi trabajo. No es que yo dude de mi propia vocación: me encuentro bien, gracias a Dios, tal como estoy, y en todo caso es ya bastante tarde para cambiar de dirección en la vida. Pero me pregunto a mí misma: ¿Soy de veras feliz? ¿Son las Hermanas que conozco realmente felices en la vida religiosa? Oficialmente, todas lo somos, y todas sonreímos cuando nos sacan fotos para las revistas y folletos de propaganda. Y si vamos por ahí, también es verdad que, desde el punto de vista de la fe, estamos en este mundo en la posición más favorable con vistas al próximo, Todo eso es verdad. Pero, bueno, tú también eres religiosa y me entenderás. Cuando pienso en los malentendidos, las envidias, las miserias y pequeñeces, la infidelidad en la observación

de los votos (bien sabemos icómo andamos en pobreza, castidad y obediencia!) y la creciente frustración en nuestras casas y comunidades religiosas, ¿Qué derecho tengo a ir y convencer a esas chicas jóvenes para que vengan y se nos unan de por vida? Conozco a una religiosa que ha disuadido a su propia hermana menor, que quería hacerse monja, y le ha quitado la idea de la cabeza. Y sabiendo, como sé, lo que esa religiosa ha sufrido, no puedo culparla. Sí, ya sabemos que el matrimonio tampoco es un paraíso, pero nadie hace propaganda para que la gente se case, mientras que nosotros sí que la hacemos para que entren en el noviciado. Yo me siento muy intranquila al pensar en eso. ¿No deberíamos, más bien, dejar que la gente siga sus propias inclinaciones y, si nadie entra en nuestras congregaciones, tomarlo como señal de que hemos de cambiar el marco de la vida religiosa tal como nosotros la practicamos, y buscar nuevas formas de vivir nuestros votos y nuestra consagración a Dios que estén más a tono con las necesidades espirituales del mundo de hoy? Antes teníamos vocaciones de sobra sin empujar a alguien, porque nuestra vida era la respuesta a una necesidad concreta y profunda de la juventud de aquellos tiempos. ¿No deberíamos más bien ahora analizar las verdaderas necesidades espirituales de la sociedad contemporánea para edificar una vida religiosa que responda a los genuinos deseos íntimos del Pueblo de Dios hoy?"

El tema era serio y nos interesaba a todos, y sin duda que habría provocado un fructífero diálogo; pero, desgraciadamente, vino al final de una sesión y quedó cortado sin que hubiera lugar a alguna dirección ni comentario. Tampoco los inventaré yo aquí.

***

"Tina, soy Judas y tú eres Dios Padre. He venido a reclamar mi recompensa. Sí, no me mires así, con esa expresión de sorpresa, como si no supieras algo. He dicho 'mi recompensa'. A fin de cuentas, te hice un buen trabajo, ¿No es así? Claro que cualquier otro podía haberlo hecho, de acuerdo, pero tú me elegiste a mí, y yo lo hice con todo esmero. Sí, tu trabajo, por que tú lo encargaste. Sin él, todos tus planes hubieran fallado. Ni redención para la humanidad, ni gloria para ti. Era un trabajo desagradable, lo reconozco, pero precisamente por eso tiene más mérito el haberlo hecho, y ese mérito me corresponde a mí. Todo el mundo está dispuesto a hacer de rey en una obra de teatro, y nadie quiere hacer de malvado. Pero sin malvado no hay teatro. Sin mí no habría habido Sagrada Pasión, y sin Sagrada Pasión no habría habido un final feliz para tu Historia de la Salvación, que es como ahora llaman por allá abajo a tu obra. Sí, sí, no lo digas, ya sé que me pagaron, y todo el mundo se enteró de aquello de las treinta monedas de plata, y ya me lo han refrotado bastante para que tú vengas ahora a repetirlo otra vez. Lo que quiero ahora, y a eso he venido, es el sitio que me pertenece aquí arriba para disfrutar de mi jubilación junto con los demás actores de la gran obra de teatro. Cada uno hizo su papel, y al final todo salió bien, ¿No fue así? Tú me necesitaste entonces, y yo, siempre atento, te hice el favor. De modo que ahora no te hagas de rogar y ten la bondad de decirle a Pedro que abra esa puerta y me deje pasar. Yo lo conozco a Pedro, buena persona, aunque él también tuvo un par de escenas dudosillas en la obra, y, sin embargo, ahí lo tienes ahora, de mandamás en el catarro. Una palabrita tuya, y nos volvemos a reunir todos los antiguos camaradas. Ya sabía que no podías decir que no, pero, de todos modos, muchas gracias. Y si me vuelves a necesitar algún día para cualquier papel, ya sabes que me tienes a tu disposición. ¿Hace falta un cajero, quizá, aquí en el cielo?"

Esta era la escena favorita de Tony. Yo le vi hacerla varias veces en diversas ocasiones. Lo que quería resaltar con ella era el papel que las circunstancias y el condicionamiento juegan en nuestra vida, hasta el punto de que lo que hacemos o dejamos de hacer es en gran parte -aunque no nos guste reconocerlo- el resultado del marco en que vivimos. Al hablar de esto, Tony siempre contaba una historia que había oído en España.

La Semana Santa es cita turística en Andalucía, con sus procesiones, pasos, imágenes y saetas. En cierto pueblo de Andalucía la Semana Santa se cierra con un

acto público solemne de agradecimiento a Poncio Pilato. El razonamiento es impecable. Sin Poncio Pilato no había Pasión. Sin Pasión no había Semana Santa. Sin Semana Santa no había turismo. Y sin turismo no había ingresos para el pueblo. Eso constituía a Poncio Pilato en bienhechor del pueblo a perpetuidad y, como tal, en acreedor, año tras año, al discurso de agradecimiento que el alcalde pronunciaba en la plaza mayor. Y eso le daba derecho también, según el argumento de Judas, a un puesto en la gloria junto a los demás actores del divino drama.

Todos los lectores de Tony saben que su cita favorita era la que puso al final de su primer libro, "Sádhana, un camino de oración", sacada de la visión mística de Juliana de Norwich. Cristo en la cruz le sonrió y le dijo: "Todo acabará bien; todo acabará bien; todo, todo, sin dejar algo... ¡acabará bien!"

LIGEROS DE EQUIPAJE

Cuando Tony me preguntó sobre mis entrevistas con Krishnamurti, y hablamos sobre ellas, hubo un tema que se destacó con claridad meridiana, ya que nos decía mucho a los dos y nos gustaba hablar de ello. No se trataba de algo nuevo, y ambos lo habíamos leído ya en sus libros, pero adquirió un nuevo frescor como experiencia vivida y oída de labios de la persona misma, y disfrutábamos recordándolo juntos.

Krishnamurti me había dicho: "Cuando me doy esos largos paseos diarios y voy solo por los bosques una o dos horas, me sucede que ni un solo pensamiento cruza mi mente en todo ese rato. Sí, ya sé que los psicólogos dicen que eso no es posible, pero, ¿Qué le voy a hacer?, eso es lo que me pasa a mí. ¡Debo de ser un bicho raro!" Se sonrió alegremente al decir "bicho raro", para lo cual usó en inglés la palabra "freak", y se interrumpió a sí mismo para preguntarme si sabía yo lo que esa palabra quería decir, ya que no es palabra muy corriente en inglés. (Eso me recordó la verdadera manía que tenía de no seguir hablando, ni en privado ni en público, hasta no asegurarse de que todos habían entendido lo que acababa de decir.) Después continuó: "También me pasa algo parecido por la noche al dormir. Duermo perfectamente, y nunca sueño. Aquí también dicen los psicólogos que tal cosa no es posible, pero tal es mi caso." Y entonces llegó a la confidencia vital: "Creo que esto me pasa porque yo entro del todo en cada experiencia, pequeña o grande, y salgo también total y limpiamente de cada una. Me meto de lleno en todo lo que hago... Y salgo de lleno de todo lo que hago. Nada se me queda pegado a la mente, y quizá sea por eso por lo que siempre queda limpia." No dijo más sobre ello, pero yo comprendí al momento que había dicho algo de importancia transcendental.

Tony sentía y vivía la misma idea por su cuenta y a su manera, y nos la repitió muchas veces aquellos días con insistencia estudiada y con frases tajantes que la grabaran en nuestra memoria: vivid plenamente cada experiencia, para que no deje traza en vuestra mente. Nada de sobras, nada de restos, nada de basura. Una 'cuenta sin "suma y sigue", un relato sin "continuará", una excursión sin mochila. Nunca viváis de crédito, sino pagad al contado en cada instante. Adentro y afuera; entrad y salid; entrad del todo y salid del todo. Una vez más, la flor de loto intacta sobre el agua, la sinfonía que fluye sin interrupción, el río que sigue su curso.

Lo que no nos deja vivir de esa manera (que es la única manera auténtica de vivir) son, por un lado, los apegos y, por otro, los miedos. Nos aferramos a una experiencia gozosa y no la soltamos en nuestra mente, aun cuando el suceso haya ya pasado; o tenemos miedo de algo que va a pasar, y ese temor llena la mente antes de que el suceso se produzca. Con una mente así cargada no se puede vivir. La mente en libertad no lleva cargas. La mente en libertad vive cada instante en cada instante, y ése es el secreto de vivir de lleno la vida.

Tony no sólo hablaba así, sino que vivía también así, y eso es lo que daba fuerza a sus palabras. Un día, en aquel cursillo, nos

dijo algo que levantó por un momento el velo de su propia experiencia en materia tan importante. Los terrenos de nuestra finca en Lonaula son extensos, y están divididos en dos partes. La parte antigua, donde está todavía la villa de vacaciones del colegio de San Estanislao, y donde el Instituto de Sádhana se había alojado durante varios años, y la parte nueva, que es una parcela de terreno sacada de la parte antigua, separada ahora de ella por un muro, y dónde estaban a medio construir los edificios del nuevo Instituto en el que ya vivíamos. Los dos terrenos eran contiguos, pasábamos con toda facilidad del uno al otro (el camino más corto para ir a la ciudad pasaba por el terreno antiguo), y en ese contexto se coloca lo que Tony dijo un día al grupo: "Es curioso lo que me pasa, pero lo he observado una y otra vez. Paso con frecuencia por los antiguos terrenos de Sádhana, donde viví y trabajé tantos años con la intensidad que todos conocéis, hasta el punto de que cada palmo y cada rincón de esos terrenos están llenos de recuerdos de todas clases para mí. Lo sé perfectamente, y me acuerdo de todo ello perfectamente, y, sin embargo, el hecho es que, cuando paso por esos sitios, solo o acompañado, no siento absolutamente algo de emoción, apego, querencia o nostalgia. Nada. Ni un ápice. Y no es que yo sea de piedra, que bien me conocéis. Siento las cosas a fondo. Pero nada se mueve dentro de mí cuando paso por esos lugares. La razón debe de ser que viví esa experiencia íntegramente, y no ha dejado traza dentro de mí. Así es como quiero vivir."

Así es como vivió. Y de 'ello dejó un eximio testimonio en las últimas palabras que nos dijo en Lonaula, que van a ser también las últimas palabras de este libro.

Adiós inspirado, despedida íntima, bendición profética al final de la última Eucaristía que ofrecimos todos juntos en agradecimiento sentido al grupo entero, a Tony y a Dios.

Era la última noche del último día, 13 de abril de 1987, lunes de Semana Santa. La Eucaristía estaba a punto de terminar en aquel mismo salón y con aquellas 'mismas sillas que habían sido testigos de tantos bellos e intensos momentos en aquellos benditos quince días. Estábamos saboreando con cariño y sin prisas el profundo silencio marcado por la patena y el cáliz al pasar de mano en mano con el Cuerpo y la Sangre de Cristo, que nos unía sacramentalmente en aquel momento en el abrazo de su presencia y de su amor. En medio de aquel silencio sagrado, Tony habló, y éstas fueron sus palabras:

"No cambiéis. El deseo de cambiar es enemigo del amor.

No os cambiéis a vosotros mismos: amaos a vosotros mismos tal como sois.

No hagáis cambiar a los demás: amad a todos tal como son.

No intentéis cambiar el mundo: el mundo está en manos de Dios, y él lo sabe. Y si lo hacéis así... Todo cambiará maravillosamente a su tiempo y a su manera."

Hizo una pequeña pausa, y añadió las últimas palabras:

"DEJAOS LLEVAR POR LA CORRIENTE DE LA VIDA... LIGEROS DE EQUIPAJE." Así se fue él.