

SOLO EL RECTO PENSAR CONDUCE A LA PAZ

Krishnamurti

I

En medio de tanta confusión y sufrimiento, es esencial que lleguemos a entendernos a nosotros mismos de un modo creador. Sin ese entendimiento no es posible la vida de relación; y sólo mediante la rectitud en el pensar puede haber entendimiento. Ni los hombres dirigentes, ni una nueva serie de valores, ni un gran plan, pueden darnos esa comprensión creadora. Nuestro propio esfuerzo en la verdadera dirección es lo único que puede traer como consecuencia el recto entendimiento.

¿Cómo será posible, entonces, hallar ese entendimiento esencial? ¿De dónde partiremos para descubrir lo que es real, lo que es verdadero, en medio de todas estas luchas, esta confusión y este continuo dolor? ¿No es acaso importante descubrir por nosotros mismos cómo pensar rectamente sobre la guerra o la paz, sobre las condiciones económicas y sociales, sobre nuestra vinculación con nuestros semejantes? Existe, a no dudarlo, una diferencia entre saber pensar rectamente y emitir juicios acertados. Podemos tal vez producir en nosotros mismos, por arte de imitación, pensamientos justos; pero tales

pensamientos no equivalen de por sí a pensar rectamente, ya que no son creadores. Cuando sepamos, en cambio, pensar rectamente por nuestra propia cuenta —y en ello hay vida y dinamismo— resultará posible llamar a la existencia una cultura nueva y más feliz.

Lo que yo desearía con estas pláticas es desarrollar algo que considero como el proceso de un recto pensar; y ello con el fin de que cada uno de nosotros sea realmente creador y no continúe encerrado en un círculo de ideas o prejuicios. ¿Cómo, pues, empezaremos a descubrir por nosotros mismos lo que es el recto pensar? Sin recto pensar no hay posibilidad alguna de felicidad. Sin recto pensar carecen de base nuestros actos, nuestra conducta y nuestros afectos. Y el recto pensar no puede hallarse en los libros ni en el mero hecho de asistir a algunas conferencias donde se exponen ideas sobre lo que es pensar rectamente. El recto pensar tiene que ser descubierto por nosotros mismos y a través de nosotros mismos.

El recto pensar surge con el conocimiento de uno mismo. Sin éste no puede haber recto pensar. Si no os conocéis a vosotros mismos, lo que pensáis y lo que sentís no puede ser verdadero. La raíz de todo entendimiento está en entenderse uno mismo. Si lográis descubrir cuáles son las causas de vuestro pensar y sentir, y mediante ese descubrimiento aprendéis a pensar y sentir, surgirá en vosotros el comienzo del entendimiento. Sin conocerse a uno mismo carece de base la acumulación de ideas, la aceptación de creencias y de teorías. Mientras no os conozcáis, estaréis

siempre enredados en la incertidumbre y dependeréis de las circunstancias. Sin conoceros plenamente a vosotros mismos no podréis pensar rectamente. Esto, por cierto, es obvio. Si no sé cuáles son mis móviles, mis intenciones, el fondo de mi ser, mis ideas y sentimientos profundos, ¿cómo podré estar de acuerdo o en desacuerdo con otra persona? ¿Cómo podré aquilatar o establecer mi vinculación con el prójimo? ¿Cómo podré descubrir algo de la vida si no me conozco a mí mismo? Y el conocerme a mí mismo representa una tarea enorme, que requiere constante observación y una conciencia alerta, despierta y meditativa.

Esta es nuestra tarea primordial, anterior aún al problema de la guerra y de la paz, de los conflictos sociales y económicos, de la muerte y la inmortalidad. Estos problemas se presentarán, tienen forzosamente que presentarse; pero si nos descubrimos y nos entendemos a nosotros mismos, las respectivas interrogantes recibirán adecuada respuesta. De modo, entonces, que los que se interesan seriamente en estos asuntos empezarán por ellos mismos para llegar a entender el mundo del que forman parte. Sin entenderos a vosotros mismos no podréis entender la totalidad de las cosas.

El propio conocimiento es el comienzo de la sabiduría. Y el propio conocimiento se cultiva mediante la investigación que el individuo hace de sí mismo. Yo no opongo el individuo a la masa. No son anti-téticos. Cada uno de vosotros, o sea el individuo, es la masa, el resultado de la masa. En nosotros, co-

mo lo descubriréis si ahondáis en la idea, se halla lo colectivo y lo particular. Es como el constante fluir de una corriente que deja pequeños remolinos; pero aunque a estos remolinos les llamemos "individualidad", ellos son el resultado de ese constante fluir del agua. Vuestros pensamientos y sentimientos, vuestras actividades mentales y emotivas, ¿no son acaso el resultado del pasado, de lo que llamamos "lo colectivo"? ¿Acaso vuestras ideas-sentimientos no son similares a las de vuestro vecino?

Así, pues, cuando hablo del individuo no lo pongo en oposición a la masa. Por el contrario, quiero eliminar ese antagonismo. Ese antagonismo y oposición entre la masa y cada uno de vosotros, entre la masa y el individuo, engendra confusión y conflictos, crueldad y sufrimiento. Si logramos entender que el individuo, cada uno de vosotros, es una parte de un gran todo, no sólo en un sentido místico sino realmente, nos libertaremos feliz y espontáneamente de casi todos nuestros deseos de competir, de triunfar, de engañar, de oprimir, de obrar con crueldad, de convertirnos en secuaces o en dirigentes. Consideraremos entonces de un modo muy diferente el problema de la existencia. Y es importante que esto lo entendamos a fondo. Mientras nos consideremos cada cual como un individuo, no como parte de un todo; mientras unos hagan la competencia a otros, se les opongan o les hagan obstrucción; mientras se sacrifique lo particular a lo colectivo o lo colectivo a lo particular, todos los problemas que surgen de esos conflictos y de ese antagonismo carecerán de duradera

y feliz solución. Ellos, en efecto, son el resultado de un erróneo sentir y pensar.

Ahora bien, yo no me refiero al individuo como algo opuesto a la masa. ¿Qué soy yo? Yo soy un resultado; soy el resultado del pasado, de innumerables cosas pasadas, de una serie de causas que a su vez son efectos. ¿Y cómo puedo estar en oposición con el conjunto, con el pasado, dado que soy el resultado de todo eso? Si yo que soy la masa, el todo, no me comprendo a mí mismo —no sólo objetivamente, como forma corpórea, sino subjetivamente, en lo íntimo de mi ser— ¿cómo podré entender a los demás, al mundo en que vivo? Comprenderse a sí mismo requiere bondad, tolerancia y desinterés. Si no os comprendéis a vosotros mismos, no entenderéis ninguna otra cosa. Podréis tener grandes ideales, creencias y puntos de vista, pero nada de eso tendrá realidad. Serán meros engaños. Tenéis, pues, que entenderos a vosotros mismos para entender el presente, y el pasado a través del presente. Partiendo del presente que conocemos, descúbrese las capas ocultas y superpuestas del pasado; y en este descubrimiento hay liberación y hay creación.

La auto-comprensión requiere un estudio objetivo y desapasionado de nuestro propio ser en su conjunto: cuerpo, sentimientos y pensamientos. No son elementos separados sino estrechamente conectados. Es tan sólo cuando alcanzamos la comprensión de nuestro ser en su conjunto que podemos ir más lejos y descubrir cosas más grandes y más vastas. Sin ese entendimiento previo, sin establecer sólidos cimientos

para el recto pensar, no podremos escalar mayores alturas.

Es indispensable hacer surgir en cada uno de nosotros la capacidad de descubrir lo que es verdadero, pues lo que uno mismo descubre posee carácter creador y fuerza liberadora. Lo que se descubre es la verdad. En otros términos, si lo único que hacemos es adaptarnos a una idea preconcebida de lo que deberíamos ser, o si cedemos a una apetencia, los resultados así logrados traen conflictos y confusión. Diferente es el proceso de estudiarnos a nosotros mismos, verdadero viaje de auto-descubrimiento que nos llena de júbilo.

Hay más certeza en un sentir y pensar negativo que en un positivo. De un modo positivo hemos supuesto que somos esto o aquello, o hemos cultivado positivamente nuestras ideas sobre la base de formulaciones propias o ajenas. Por eso dependemos de la autoridad, de las circunstancias, con lo cual esperamos establecer una serie de ideas y acciones positivas. Examinándolo bien, veréis en cambio que en la negación hay acuerdo; existe certeza en el pensar negativo, el cual es la más alta forma de pensar. Una vez que hayáis encontrado la verdadera negación, y el acuerdo en la negación, podréis construir sobre lo positivo.

Al descubrimiento que implica conocerse a uno mismo no se llega fácilmente. El comienzo y el fin de todo está en nosotros. Buscar la felicidad, el amor, la esperanza, fuera de nosotros mismos, conduce a la ilusión y al dolor; encontrar la felicidad, la paz y la alegría en lo íntimo de nuestro ser, requiere cono-

cimiento propio. Somos esclavos de las exigencias y presiones del mundo; y como todo eso nos arrastra y nos hace disipar nuestras energías, poco tiempo tenemos para estudiarnos a nosotros mismos. Ser profundamente conocedores de nuestros móviles, de nuestros deseos de triunfar y llegar a ser esto o aquello, exige darnos cuenta constantemente de lo que ocurre en nuestro fuero íntimo. Y sin conocernos a nosotros mismos, las medidas superficiales de reforma social y económica, por necesarias y benéficas que sean, no conducirán a la unidad del mundo sino a mayor confusión y dolor.

Muchos creen que las reformas económicas de tal o cual índole asegurarán la paz del mundo; o que las reformas sociales, o el hecho de que determinada religión se imponga a todas las otras, harán la felicidad del hombre. Tengo la idea de que en este país existen más de ochocientas sectas religiosas, cada una de las cuales le hace la competencia a las demás y trata de ganar prosélitos. ¿Creéis que la religión así entendida traerá la paz, la unidad y la felicidad del género humano? ¿Imagináis que alguna religión particular, ya se trate del Hinduísmo, del Budismo o del Cristianismo, asegurará la paz? ¿No os parece, más bien, que debemos hacer de lado las diversas religiones y descubrir por nuestra propia cuenta la realidad? Cuando vemos que las bombas hacen volar al mundo en pedazos y percibimos los horrores de que él es teatro; cuando la humanidad se halla fraccionada en religiones, nacionalidades, razas e ideologías rivales, ¿qué respuesta hallaremos a todo esto?

No es posible que continuemos viviendo simplemente, y luego muriendo como siempre, y que esperemos que algo bueno salga de todo ello. No podemos encomendar "a los demás" que conquisten la felicidad y la paz del género humano, puesto que el género humano somos nosotros mismos, cada uno de nosotros. ¿Dónde puede estar la solución, salvo en nosotros mismos? Para encontrar la verdadera respuesta se necesita profundo pensar y sentir, y pocos de entre nosotros están dispuestos a resolver este doloroso problema. Si cada cual considera que el problema surge de lo íntimo de su ser y no se deja arrastrar irremediabilmente por el torbellino de esa espantosa confusión y miseria, hallaremos una respuesta directa y sencilla.

Con el estudio y la consiguiente comprensión de nosotros mismos vendrán la claridad y el orden. Y la claridad sólo puede caber en el conocimiento propio, del cual emana el recto pensar. El recto pensar es antecedente de la recta acción. Si nos tornamos conscientes de nosotros mismos y de ese modo cultivamos el conocimiento propio del cual emana el recto pensar, crearemos en nosotros un espejo que reflejará sin deformación alguna todos nuestros sentimientos e ideas. Tener alerta conciencia de uno mismo es extremadamente difícil, ya que nuestra mente está habituada a vagar y distraerse. Sus divagaciones, sus distracciones, son las que le imponen sus creaciones e intereses. Y al entender estos últimos —no se trata únicamente de hacerlos a un lado— surge el conocimiento propio y el recto pensar. Sólo mediante la inclusión, no la exclusión; y no, por cierto, mediante

la aprobación, la condenación o la comparación, surge el entendimiento.

Pregunta: ¿Cuál es mi derecho en relación con el mundo de que formo parte?

Krishnamurti: Esa es una pregunta interesante e instructiva. El que la ha formulado parece haberse colocado en oposición con el mundo, luego de lo cual quiere saber en qué consisten sus derechos frente al mismo. ¿Constituye él algo separado del mundo?

¿Acaso no forma parte del mundo? ¿Posee acaso algún derecho que no posea el conjunto de los seres? ¿Por el hecho de apartarse alcanzará la comprensión del mundo? ¿Atribuyendo importancia a la parte, y fortaleciéndola, llegará a entender el todo? La parte no es el todo, mas para entender el todo, la parte no debe situarse en oposición al mismo. Al entender la parte se comprende el todo. Cuando el individuo se halla en oposición con el mundo, reclama sus derechos; ¿pero por qué ha de situarse en semejante oposición? La actitud opositora, que hace enfrentar al "yo" con el "no yo", impide la comprensión. ¿Acaso no es él una parte del todo? ¿Sus problemas no son los del mundo? ¿Sus conflictos, confusiones y sufrimientos no son acaso los de sus semejantes, más o menos próximos? Cuando él adquiera verdadera conciencia de sí mismo, sabrá que forma parte del todo, que es el resultado del pasado, con sus temores, esperanzas, codicias, aspiraciones y todo lo demás. Este "resultado" busca "derechos" en su relación

con el todo. ¿Qué derecho puede tener mientras sea envidioso, codicioso y cruel? Tan sólo cuando no se considere a sí mismo como individuo separado, y sí como resultado y parte del todo, conocerá esa libertad en la cual no existe dualidad ni oposición. Pero mientras pertenezca al mundo con su ignorancia, su crueldad y su sensualismo, sólo con ese mundo estará en relación.

No deberíamos emplear para nada el término "individuo", ni las palabras "mío" y "tuyo", ya que, fundamentalmente, ninguna de ellas tiene sentido. Yo soy el resultado de mi padre y de mi madre, así como de la influencia ejercida por el medio ambiente, es decir, el país y la sociedad. Si me coloco en oposición a todo lo demás, no puede haber entendimiento; la combinación de un par de opuestos no puede producir entendimiento. Si, en cambio observo el proceso de la dualidad y adquiero plena conciencia del mismo, empezaré a experimentar una nueva libertad: me emanciparé de los opuestos. El mundo está dividido en pares de opuestos: blanco y negro, bueno y malo, mío y tuyo, y así sucesivamente. En la dualidad no hay entendimiento alguno; cada antítesis implica un opuesto. La dificultad consiste en rehacer nuestro pensamiento acerca de esos problemas, en pensar respecto del mundo y de nosotros mismos desde un punto de vista totalmente diferente, observando en silencio, sin identificar ni comparar. Las ideas que os brotan de la mente son el resultado de lo que otros han pensado, en combinación con los hechos del presente. La verdadera "unicidad" reside

en el descubrimiento de lo que es verdadero, centrando nuestro ser en ese descubrimiento. La "unicidad", alegría y liberación resultantes de ese descubrimiento, no se encuentran en el orgullo de tener posesiones y un nombre conocido, ni en determinados atributos y tenencias físicas. La verdadera libertad se obtiene mediante el conocimiento propio, el cual engendra recto pensar. Y mediante el conocimiento propio se llega al descubrimiento de lo verdadero, que es lo único capaz de poner fin a nuestra ignorancia y nuestro dolor.

Mediante la alerta conciencia de uno mismo encuéntrase la paz; y en esa serenidad está la inmortalidad.

Mayo 14 de 1944.

II

El domingo último intenté explicar lo que es el recto pensar y cómo lograrlo. Dije que a menos que uno tenga alerta conciencia de sí propio, conocimiento de todos sus móviles, intenciones e instintos, el pensar y el sentir carecen de verdaderos cimientos, sin los cuales no puede haber recto pensar. El conocimiento propio es el comienzo del entendimiento. Y tal como seamos nosotros será el mundo. En otros términos: si somos codiciosos, propensos a competir con los demás, nuestra sociedad será rival de otras, envidiosa y llena de codicia, lo cual engendra miseria y guerra. El Estado es lo que nosotros somos. Para lograr orden y paz tenemos que empezar por nosotros mismos, no por la sociedad ni por el Estado, puesto que el mundo somos nosotros. Y no representa egoísmo alguno el pensar que cada cual debe primero entenderse y modificarse para poder ayudar al mundo. No se puede ayudar a los demás sin entenderse uno mismo. Mediante la alerta conciencia de sí propio, descúbrese que en uno mismo está la totalidad.

Si deseamos organizar una sociedad sana y feliz, tenemos que empezar por nosotros mismos y no por

el prójimo; no por lo que está fuera de nosotros sino por nosotros mismos. En lugar de atribuir importancia a los nombres, etiquetas, términos —todo ello trae confusión— deberíamos sacárnoslos de la mente y mirarnos a nosotros mismos sin pasión alguna. Hasta que nos entendamos a nosotros mismos y seamos capaces de superarnos, existirá el exclusivismo en todas sus formas. En torno nuestro y en nosotros mismos existen deseos exclusivos que conducen a acciones y relaciones mezquinas.

Antes que podamos entender qué clase de esfuerzo hay que desplegar para conocernos a nosotros mismos, tenemos que darnos cuenta de la clase de esfuerzo que **ahora** estamos desplegando. Nuestro esfuerzo actual consiste en un continuo devenir, en huír de un opuesto para caer en el otro. ¿No es así? Vivimos en medio de una serie de conflictos creados por la acción y la reacción, por el hecho de querer unas cosas y no querer otras. Nuestro esfuerzo se gasta en llegar a ser algo y en dejar de serlo. Vivimos en estado de dualidad. ¿Cómo se produce esta dualidad? Si esto podemos entenderlo, tal vez nos sea posible ir más allá y descubrir un nuevo estado de existencia. ¿Cómo surge en nosotros ese penoso conflicto entre lo bueno y lo malo, entre la esperanza y el temor, el amor y el odio, el “yo” y el “no yo”? ¿No proviene acaso de nuestra ansia de llegar a ser esto o aquello? Esta ansia se expresa mediante el sensualismo, la mundanalidad y la búsqueda de fama o de inmortalidad. ¿Y al tratar de ser algo no creamos acaso el opuesto? A menos que entendamos este conflicto de

los opuestos, todo esfuerzo nuestro redundará tan sólo en situaciones diferentes y cambiantes, pero siempre afligentes. Es necesario, pues, que pongamos en obra los verdaderos medios de superar este conflicto. Medios errados producirán consecuencias igualmente erradas; sólo los medios justos traerán resultados justos. Si queremos la paz del mundo tenemos que emplear medios pacíficos; y sin embargo, invariablemente, parece que usáramos métodos errados con la esperanza de alcanzar fines justos.

A menos que entendamos este problema de los opuestos, con sus conflictos y miserias, nuestros esfuerzos serán vanos. Con una alerta conciencia de sí propio es preciso observar y entender el ansia de llegar a ser algo, que es la causa del conflicto; pero el entendimiento cesa si hay identificación, aceptación, negación o comparación. Y con benévola imparcialidad tenemos que entender profundamente, superándolo, el deseo que hay en lo íntimo de nuestro ser. Pues una mente aprisionada por el deseo, por la dualidad, no puede comprender la realidad suprema. La mente debe tornarse apacible en extremo; pero esta serenidad no puede ser inducida, disciplinada, compelida por ninguna técnica. Esta serenidad se adquiere tan sólo entendiendo la naturaleza del conflicto. Tampoco es posible forzar la cesación del conflicto. No se puede ponerle fin por un acto de voluntad. Podréis disimularlo, hacer como que no lo véis, pero volverá a surgir una y otra vez.

Una enfermedad puede ser curada, pero de muy poco sirve tratar tan sólo sus síntomas. Únicamente

cuando os hayáis dado plena cuenta de la causa del conflicto, cuando lo hayáis entendido y superado, alcanzaréis la experiencia de Aquello que es. Darse cuenta significa pensar acabadamente, sentir los opuestos en toda la medida de lo posible, aunque sin aceptarlos ni negarlos, es decir, con un estado de conciencia despierta y alerta en el que no haya opción. En esta conciencia expandida veréis surgir un nuevo tipo de voluntad, o sea un nuevo sentimiento, un nuevo entendimiento que no nace de los pares de opuestos.

El recto pensar cesa cuando nuestras ideas-sentimientos se hallan amarrados a los opuestos. Si os dáis plena cuenta de cuáles son vuestros pensamientos y sentimientos, acciones y reacciones, encontraréis que ellos han caído dentro del conflicto de los opuestos. A medida que las ideas-sentimientos vayan surgiendo en vosotros, sentidlas plenamente, sin identificaros con ellas. Esta expansión de conciencia puede producirse únicamente cuando no negáis, cuando no rechazáis, aceptáis ni comparáis. Es esta conciencia dilatada la que os hará descubrir un estado de existencia totalmente libre del conflicto de los opuestos.

Este entendimiento creador debe ser descubierto, y es él que libra a la mente de sus apetencias. Y es esta conciencia extendida en la que no hay devenir —con sus esperanzas y temores, éxitos y fracasos, placeres y dolores circundantes del “yo”— que libertará nuestro pensar y nuestro sentir de la ignorancia y del dolor.

Pregunta: ¿Cómo es posible aprender la verdadera concentración?

Krishnamurti: Esta pregunta involucra muchas otras cosas, de modo que hay que tener paciencia y escuchar hasta el final. ¿En qué consiste la verdadera meditación? ¿No es acaso el comienzo del conocimiento propio? ¿Puede haber verdadera concentración y meditación sin conocimiento propio? La meditación es imposible a menos que uno empiece a conocerse a sí mismo. Y para esto hay que desarrollar un estado de conciencia alerta y meditativa, lo cual requiere un tipo peculiar de concentración; no la concentración que consiste en fijar la mente sobre un objeto exclusivo, que es la que practicamos cuando creemos meditar. La recta meditación es la comprensión de uno mismo, con todos sus problemas de incertidumbre y conflicto, afectos y dolor.

Supongo que algunos de vosotros han meditado o intentado concentrarse. ¿Qué ocurre cuando intentamos concentrarnos? Afluyen a nuestra mente unos tras otros, sin que los llamemos, multitud de pensamientos. Procuramos fijar nuestro pensamiento en un objeto, idea o sentimiento, tratando de excluir toda otra cosa. Este proceso de concentración considérase por lo general necesario para la meditación. Pero este método basado en la exclusión no da resultado, ya que mantiene el conflicto de los opuestos. Podrá lograr su objeto momentáneamente, pero mientras haya dualidad en el pensar y sentir, la concentración conducirá tan sólo a la estrechez mental, la obstinación y la ilusión.

El dominio del pensamiento no produce recto pensar; el mero dominio del pensamiento no constituye recta meditación. Tenemos que descubrir, por cierto, por qué la mente tiende siempre a divagar. Lo que la hace divagar y repetirse es el interés, el hábito o la pereza, o el hecho de que nuestro pensar y sentir no ha alcanzado la plenitud. Si la causa de la divagación es el interés, no podéis someter la mente; aunque momentáneamente podáis lograrlo, el pensamiento volverá a lo que le interesa. Deberéis, pues, dar caza a ese interés, pensarlo y sentirlo plenamente; así entenderéis de un modo total su contenido, por trivial y necio que sea. Si la causa de la divagación es el hábito, en ello hay una seria indicación: que vuestra mente se halla enredada en meras costumbres, en meras normas de pensamiento, y que en realidad no piensa. ¿No es así? Una mente aprisionada por el hábito o la pereza indica que su funcionamiento es mecánico, descuidado. ¿Y qué valor puede tener el atolondramiento, aunque sepamos dominarlo? Cuando el pensamiento se repite, ello indica que nuestro pensar y sentir no han madurado; y hasta que ello ocurra, persistirá la repetición. Si alcanzais plena conciencia de vuestras ideas-sentimientos, encontraréis que se produce en vosotros una gran perplejidad, un estado de excitación; y cuando os déis plena cuenta de las causas de esa perplejidad y excitación, llegaréis al conocimiento propio y al recto pensar, que son la base de la verdadera meditación. Sin conocimiento propio, sin alerta y despierta conciencia de

uno mismo, no puede haber meditación; y sin meditación no hay conocimiento propio.

La verdadera concentración es una consecuencia del conocimiento propio. Podréis lograr notables fijaciones de la mente, y absorberos en ellas; pero eso no trae entendimiento. No conduce al descubrimiento de lo real. Podrá producir bondad u otras cualidades deseables; pero tales fijaciones de la mente no hacen más que acentuar la ilusión. Una mente prisionera de los opuestos no puede entender el todo. En vez de desarrollar el proceso de contracción y exclusivismo, dejad que fluyan vuestro pensar y sentir. Tratad de entender cada una de sus fluctuaciones, cada uno de sus movimientos. Pensad en ellos, sentidlos tan amplia y profundamente como os sea posible. Descubriréis entonces que de esta alerta conciencia surge la concentración en extensión, es decir, una meditación que no es ya devenir sino ser. Pero esta conciencia expandida tiene que ser tenaz, mantenerse el día entero y no sólo durante determinado período de tiempo. Tenéis que volveros tenaces y experimentar, pues no se trata de algo que se aprenda en los libros o en las conferencias, o con ayuda de una técnica. Se logra con la alerta conciencia de sí propio, con el conocimiento de sí propio. El verdadero significado de lo que es la meditación adquiere enorme importancia. Este proceso de auto conciencia no habrá de limitarse a ciertos momentos del día; tendrá que ser continuo. Y de esta conciencia alerta, despierta y meditativa surge la profunda quietud en la cual tan sólo se halla la suprema realidad. Esta quietud no es un resultado

del exclusivismo, de la concentración, del hecho de desechar todo pensamiento y sentimiento, concentrándose para aquietar la mente. Podréis imponerle a la mente la quietud, pero será la quietud de la muerte; será un estado de esterilidad y de estancamiento en el que no resulta posible descubrir Aquello que es.

Pregunta: ¿Qué hay que hacer para estar libre de algún problema que nos perturba?

Krishnamurti: Para entender cualquier problema es preciso consagrarle de lleno nuestra atención. Tanto la mente consciente, como la inconsciente o profunda, tiene que intervenir en la solución de los problemas; pero casi todos nosotros, infortunadamente, tratamos de resolverlos de un modo superficial, es decir, con esa pequeña parte de la mente que entra en el campo de la "conciencia", con el intelecto tan sólo. Ahora bien, nuestra conciencia —nuestro pensar y sentir— es como un "iceberg" cuyo mayor volumen se halla bajo la superficie del agua y del que sólo emerge una fracción. Tenemos conocimiento de esa parte superficial, pero es un conocimiento confuso; de la mayor fracción, la profunda e inconsciente apenas nos damos cuenta. Si alguna noción llegamos a tener de ella, es cuando se torna consciente en sueños o mediante ocasionales insinuaciones; pero unos y otras las traducimos e interpretamos de acuerdo a nuestros prejuicios y a nuestra capacidad intelectual, siempre limitada. De ahí que esas

insinuaciones de lo subconsciente pierdan su puro y profundo significado.

Si realmente deseamos entender nuestro problema, debemos empezar por disipar toda confusión en nuestra mente consciente, superficial, pensando en dicho problema y sintiéndolo tan amplia e inteligentemente como nos sea posible, comprensiva e imparcialmente. Entonces, es este espacio libre de la conciencia abierta y alerta, la mente profunda podrá proyectarse. Cuando el contenido de las múltiples capas de conciencia haya sido de ese modo recogido y asimilado, y sólo entonces, el problema dejará de ser tal.

Tomemos un ejemplo. La mayoría de nosotros ha sido educada en un espíritu nacionalista. Se nos ha enseñado a amar a nuestra patria en oposición a las demás; a considerar a nuestro pueblo como superior a tal o cual otro, y así sucesivamente. Este orgullo o noción de superioridad se nos inculca en la mente desde la infancia; y nosotros lo aceptamos, lo erigimos en norma de vida y lo justificamos. Con esa tenue capa mental que llamamos "mente consciente", tratemos de entender este problema y su profundo significado. Aceptamos el nacionalismo ante todo por obra de las influencias del ambiente; y él plasma nuestra psicología. Este espíritu nacionalista, asimismo, nutre nuestra vanidad. La afirmación de que pertenecemos a esta o aquella raza o nación alimenta nuestros "egos" pequeños y mezquinos, inflándolos como el viento infla las velas de los barcos; y así quedamos en disposición de defender nuestro país, matar y hacernos matar por él, por nuestra raza y

por nuestra ideología. Identificándonos con lo que consideramos superior a nosotros, esperamos llegar a ser superiores. Pero seguimos siendo íntimamente pobres; lo único que brilla como grande y poderoso es la etiqueta. Este espíritu nacionalista sirve a fines económicos; y también se lo usa, mediante el odio y el miedo, para unir a unos pueblos en contra de otros. Observando, pues, este problema y todo lo que implica, percibimos sus efectos: guerra, miseria, hambre y confusión. El hecho de adorar la parte, que es idólatra, nos hace negar el todo. Y esta negación de la unidad humana engendra tiranías, interminables guerras y brutalidades, divisiones sociales y económicas.

Todo esto lo entendemos intelectualmente, con esa tenue capa mental que denominamos "mente consciente"; pero seguimos prisioneros de la tradición, de la opinión pública, de la conveniencia, del temor y otras cosas más. Hasta que las capas profundas de nuestra mente salgan a luz y sean comprendidas, no nos veremos libres de la enfermedad del nacionalismo.

Al examinar, pues, este problema, hemos despejado la capa superficial de lo consciente para que hacia ella puedan fluir las capas más profundas. Este flujo puede intensificarse mediante un estado de conciencia constantemente alerta: observando cada reacción, cada estímulo que reciba el nacionalismo o cualquier otro mal por el estilo. Cada reacción, por pequeña que sea, tiene que ser pensada y sentida de un modo amplio y profundo. Pronto percibiréis que el problema se disuelve y que el espíritu nacionalista se desva-

nece. Todos nuestros conflictos y miserias pueden ser entendidos y disueltos en esa forma. Hay que despejar la tenue capa de lo consciente, pensando y sintiendo el problema tan comprensivamente como sea posible. En esta claridad, en esta relativa quietud, podrán proyectarse los móviles, intenciones y temores profundos. Examinadlos a medida que aparezcan; estudiadlos y así los entenderéis. De ese modo el estorbo, el conflicto, el dolor, total y profundamente comprendidos, quedan disueltos.

Pregunta: Ruégole aclare el concepto de "certeza en la negación". Habló Ud. de pensamiento positivo y negativo. ¿Ha querido significar que cuando somos positivos formulamos afirmaciones desprovistas de valor porque son rígidas y vanas? ¿Y qué, cuando somos negativos, estamos abiertos al pensamiento porque nuestras tradiciones están en bancarrota y podemos investigar lo nuevo? ¿O ha querido Ud. decir que debemos ser positivos porque no hay opción entre lo verdadero y lo falso, y porque la negación significa intervenir en un compromiso?

Krishnamurti: Dije que en la negación hay certeza. Explayemos esta idea. Cuando adquirimos conciencia de nosotros mismos, descubrimos que nos hallamos en estado de contradicción íntima: querer y no querer, amar y odiar, y así sucesivamente. Los pensamientos y los actos que nacen de esa contradicción considéranse positivos, ¿pero es acaso positivo que el pensamiento sea contradictorio? Nuestra educación

religiosa nos ha infundido la certeza de que no hay que matar, pero encontramos razones para matar cuando el Estado así lo exige; un pensamiento niega al otro, de modo que dejamos de pensar. En ese estado de auto-contradicción, el pensamiento cesa y sólo queda la ignorancia. Descubramos, pues, si realmente **pensamos** o si meramente existimos en un estado de autocontradicción en que el pensamiento desaparece.

Observando nuestro fuero íntimo, vemos que vivimos en un estado de contradicción. ¿Cómo puede ser positivo semejante estado? Lo que se contradice a sí mismo, en efecto, deja de ser. No conociéndonos a nosotros mismos profundamente, ¿cómo podrá haber acuerdo o desacuerdo, afirmación o negación? En este estado autocontradictorio, ¿cómo puede haber certeza? ¿Cómo, en tal estado, podemos suponer que estamos o no en lo cierto? ¿Podemos acaso dar algo por sentado? Pero nuestro código de moral y nuestros actos se basan en esa autocontradicción. Nos mantenemos incesantemente activos, aspirando a la paz y engendrando guerras, anhelando felicidad y causando dolor, amando y sin embargo odiando. Si nuestro pensar es autocontradictorio y por consiguiente inexistente, hay un sólo camino hacia el entendimiento: el estado de no devenir, en el que parece haber negación pero que lleva implícitas las más altas posibilidades.

La humildad nace de la negación, y sin humildad no hay comprensión. En la comprensión negativa empezamos a percibir la posibilidad de certeza, de acuer-

do, y por lo mismo de relaciones superiores y del más alto pensar.

Cuando la mente se halla creativamente vacía, no cuando ha tomado una dirección positiva, surge la realidad suprema. Todos los grandes descubrimientos se producen en este vacío creador, y puede haber vacío creador cuando cesa la autocontradicción. Mientras exista deseo habrá autocontradicción. ¿Por qué, por consiguiente, en vez de enfrentarnos con la vida positivamente, como lo hace la mayoría de nosotros dando origen a tantas miserias, brutalidades y notorios conflictos, no acercarnos a ella negativamente? Esto último, en realidad, no implica negación.

Cuando empleo los términos "positivo" y "negativo", no lo hago en oposición el uno al otro. Empezando a comprender lo que llamamos "positivo", que es el resultado de la ignorancia, hallaremos que de ello surgirá una certeza en la negación. Al tratar de entender la naturaleza constantemente contradictoria del "yo", de "lo mío", con su positivo deseo y todas sus negativas, sus afanes y su muerte, surge a la existencia el vacío sereno y creador. No es el resultado de una acción positiva o negativa, sino un estado de no dualidad. Cuando la mente-corazón está serena, creativamente vacía, sólo entonces surge la realidad suprema.

Pregunta: Dijo Ud. que un hombre que responde a la ira con la ira, se transforma en ira. ¿Quiere Ud. decir que cuando combatimos la crueldad con las

armas de la crueldad, nosotros también nos convertimos en el enemigo? Pero el caso es que, si no nos protegemos, el bandido nos cae encima.

Krishnamurti: Es indudable que uno se transforma en aquello á lo cual combate. (¿Tendré que explicar esto también? Sea). Si estoy enojado y me enfrentáis también con ira, ¿cuál será el resultado? Pues más ira. Os convertís en aquello que yo soy. Si yo soy una mala persona y vosotros me combatís con malas armas, os tornaréis malos cuando os sintáis virtuosos. Si soy un bruto y vosotros usáis métodos brutales para doblegarme, os volvéis tan brutales como yo. Y esto es lo que hemos hecho durante miles de años. Existe ciertamente otra forma de obrar que la que consiste en responder al odio con el odio. Si yo empleo medios violentos para sofocar en mí la ira, pongo en práctica métodos errados con un propósito justo, con lo cual el propósito justo desaparece. Esto revela falta de entendimiento; no es superar la ira. La ira debe estudiarse con espíritu tolerante. Hay que comprenderla, no sofocarla por medios violentos. La ira puede ser el resultado de muchas causas, y sin comprenderlas no hay modo de escapar a la ira.

Hemos creado el enemigo, el bandido; y el hecho de que nosotros también nos transformemos en enemigo no pone en modo alguno término a la enemistad. Hemos de entender la causa de la enemistad; debemos dejar de alimentarla con nuestro pensamiento, nuestro sentir y nuestros actos. Esta es ardua tarea, que exige constante y alerta conciencia de sí propio

y una inteligente flexibilidad. Lo que nosotros somos, en efecto, lo es la sociedad, el Estado. Tanto el enemigo como el amigo son la consecuencia de nuestro pensamiento y de nuestros actos. Somos responsables de haber creado enemistad, de modo que es más importante darnos clara cuenta de lo que pensamos y hacemos que ocuparnos de amigos o enemigos. El recto pensar pone fin a la división. El amor es algo que supera a la amistad y a la enemistad.

Mayo 21 de 1944.

III

En mi primera plática procuré explicar que el recto pensar proviene únicamente del conocimiento propio. Sin recto pensar no se puede saber dónde está la verdad. Sin conoceros a vosotros mismos, carecerán de verdadera base vuestras vinculaciones, vuestros actos y vuestra existencia diaria. Nuestra existencia es un estado de oposición y contradicción, y ningún acto ni pensamiento que de ellas emane podrá jamás ser verdadero. Y antes de que podamos entender el mundo, nuestra conducta y nuestra relación con el prójimo, tenemos que conocernos a nosotros mismos. Cuando el individuo se coloca en oposición a la masa, obra a impulsos de la ignorancia, del miedo, pues él es un resultado de la masa, del pasado. No podemos separarnos ni ponernos en oposición a nada si es que deseamos entenderlo.

En la segunda plática nos referimos en cierta medida al hecho de que el pensamiento se coloque en oposición a algo, con lo cual crea dualidad. Esto hemos de comprenderlo antes de empezar a ocuparnos de nuestro diario pensamiento y actividad. Si no entendemos qué es lo que engendra ese dualismo, esa

instintiva oposición de "lo tuyo" y "lo mío", no entenderemos el sentido de nuestro conflicto. Nos damos cuenta, sin duda, de que en nuestra vida hay dualismo y constante conflicto: querer y no querer, cielo e infierno, Estado y ciudadano, luz y obscuridad. ¿El dualismo no proviene del deseo? En la voluntad de ser, de devenir, ¿no está acaso implícita la voluntad de no devenir? En toda apetencia positiva hay también negación, por lo cual el pensamiento y el sentimiento participan en el conflicto de los opuestos. Y a través de estos no hay cómo huir del conflicto, del dolor.

El deseo de devenir representa una vana lucha cuando no se entiende la dualidad; y el conflicto de los opuestos cesa cuando nos es dado resolver el problema del deseo. Este es la raíz de toda ignorancia y todo dolor, y para vernos libres de la ignorancia y del dolor tenemos que abandonar el deseo. No es posible desecharlo mediante actos de voluntad, ya que la voluntad forma parte del deseo; ni tampoco se lo puede desechar mediante la negativa, dado que toda negativa es una consecuencia de los opuestos. Sólo se puede disolver el deseo alcanzando plena y alerta conciencia de sus múltiples modalidades y expresiones; mediante una tolerante observación y entendimiento se lo supera. El deseo se consume en la llama del entendimiento.

Examinemos, por ejemplo, el deseo de ser virtuoso. ¿Existe la virtud cuando se tiene conciencia del vicio? ¿Os tornáis virtuosos poniéndoos en oposición al vicio, o la virtud es un estado que no arraiga en los

opuestos? La virtud surge cuando nuestro ser se ve libre de los opuestos. ¿La generosidad, la benevolencia, el amor, son virtudes opuestas a la avaricia, la envidia y el odio, o el amor es algo que está más allá y por encima de todas las contradicciones? ¿Colocándonos en oposición a la violencia, habrá paz? ¿O la paz es algo superior, que supera a ambos opuestos? ¿La verdadera virtud no es acaso una negación de todo devenir? La virtud es la liberación del deseo.

Mediante una constante observación, tenemos que darnos cuenta de este complejo problema de la dualidad; no hay que corregir sino que comprender. Si no comprendemos, en efecto, cómo se cultiva el recto pensar del que emana la recta conducta, estaremos continuamente desarrollando opuestos y fomentando interminables conflictos.

¿El recto pensar proviene del conflicto de los opuestos o surge cuando la causa de toda contradicción, que es el deseo, llega a ser entendida mediante un acabado pensar y sentir? La liberación de los opuestos se torna posible únicamente cuando el pensamiento-sentimiento está en condiciones de observar sin aceptación, sin negativa, ni comparación, sus propias acciones y reacciones. De esta conciencia despierta y alerta surge un nuevo sentimiento, un nuevo entendimiento que no tiene su raíz en los opuestos. El pensamiento-sentimiento que se halla prisionero de la dualidad no es capaz de entender Aquello en que el tiempo no existe. Así, pues, desde el comienzo mismo de nuestro pensar, debemos colocar los verdaderos cimientos de la recta conducta; los medios justos con-

ducen a fines justos, mientras los medios errados producen resultados errados. Los medios errados no nos llevarán jamás a buenos fines. Sólo en los rectos medios residen los rectos fines.

Pregunta: Hallo extremadamente difícil entenderme a mí mismo. ¿Qué debo hacer para empezar?

Krishnamurti: ¿Es o no muy importante entendernos a nosotros mismos antes que nada? Pues si no nos entendemos a nosotros mismos no entenderemos ninguna otra cosa; la raíz de todo entendimiento está en nosotros mismos. Al entenderme a mí mismo, entenderé mis relaciones con los demás, con el mundo que me rodea. En mí, como en cada ser, está el todo. Yo soy el resultado del todo, del pasado. Esta preocupación por entenderse uno mismo puede aparecer superficialmente como egocéntrica, como egoísta; pero si lo pensáis bien, veréis que lo que es cada uno de nosotros, lo es la sociedad, el Estado, el mundo. Para provocar un cambio vital en el medio ambiente, lo cual es indispensable, es preciso empezar por uno mismo. Entendiéndose a sí mismo y por consiguiente transformándose, cada hombre producirá el cambio vital e indispensable en el Estado, en el medio ambiente. El reconocimiento y la comprensión de este hecho acarrearán una revolución en nuestro pensar y sentir. El mundo es una proyección de vosotros, mismos; vuestro problema es el problema del mundo. Sin vosotros, el mundo nada es. Lo que sós, lo es el mundo. Si sós envidiosos, codiciosos, inamistosos, pro-

pensos a competir con los demás, brutales, exclusivistas, así será la sociedad y el Estado.

El estudio de vosotros mismos es muy difícil, pues soís muy complejos. Deberéis tener inmensa paciencia. Nada deberéis aceptar en actitud aletargada. Necesitaréis capacidad pasiva, aunque alerta, para observaros y estudiaros. Objetivar y estudiar lo que vosotros sois subjetivamente, íntimamente, es muy difícil. La mayoría de nosotros vivimos en un torbellino de actividad, íntimamente confusos y sin rumbo, desgarrados por múltiples deseos en conflicto, negando y afirmando. ¿Cómo es posible estudiar y entender este mecanismo tan enormemente complejo? Una máquina que se mueve rápidamente, que gira a tremenda velocidad no puede ser estudiada en detalle. Sólo cuando se le imprime lentitud es posible empezar su estudio. Si os resulta posible imprimir lentitud a vuestro pensar y sentir, podréis observarlo del mismo modo que en el cinematógrafo se estudia el movimiento de un caballo que corre o salta una valla. Si paráis la máquina no entenderéis nada, pues sobrevendrá la inmovilidad de la muerte; y si gira demasiado velozmente no podréis seguir el movimiento del caballo. Para poder examinarlo en detalle, para entenderlo perfectamente, dicho movimiento tiene que ser lento, acompañado. Exactamente del mismo modo debe funcionar la mente para que podamos observar cada movimiento de nuestro pensar y sentir. Para observarse sin dificultad, la mente tiene que adoptar un ritmo lento. Dominar pura y simplemente el pensamiento-sentimiento, aplicarle un freno, es malgastar la energía

requerida para entenderlo; en tal caso el pensamiento-sentimiento se ocupa más de controlar, de dominar, que de pensar y sentir acabadamente cada una de sus fluctuaciones.

¿Habéis intentado alguna vez pensar y sentir del todo cada pensamiento-sentimiento vuestro? Es extremadamente difícil. La mente, en efecto, vaga por todos los alrededores; ningún pensamiento llega a ser completo, ningún sentimiento queda consumado. Ellos flotan de un sujeto a otro, como esclavos conducidos acá y allá. Si la mente no consigue ir más despacio, el alcance y significado íntimo de su pensar y sentir no puede ser descubierto. Dominar, simplemente, sus divagaciones, es tornarla estrecha y mezquina. Con ello el pensamiento-sentimiento se gasta en frenar y restringir en vez de estudiar, examinar y comprender. La mente, pues, tiene que disminuir su velocidad. ¿Cómo se lo consigue? Si esa lentitud la obtiene forzosamente, surge la oposición, lo cual crea mayores conflictos y complicaciones. Cualquier clase de compulsión anulará su esfuerzo. Darse plena cuenta de cada pensamiento-sentimiento es extremadamente arduo y difícil; se necesita tenacidad y concentración dilatada para reconocer lo que es trivial y hacerlo de lado, como así también para darse cuenta de lo que es significativo y seguirlo de un modo profundo y penetrante.

Me será grato insinuaros una forma de proceder; pero no hagáis de ella un sistema fijo y rígido, una técnica despótica. Tampoco habrá de ser un método único, ni convertirse en una rutina o fastidiosa obli-

gación. Todos nosotros sabemos llevar un diario, es decir, anotar por la noche los principales acontecimientos del día. Pero no es eso, precisamente, lo que sugiero. No os pido que llevéis un diario retrospectivo sino que procuréis anotar todo pensamiento-sentimiento no bien dispongáis de tiempo. Si lo intentáis, veréis cuán extremadamente difícil resulta esa pequeña tarea. Al anotar, lo único que lograréis es dejar constancia de uno o dos pensamientos, dado que vuestro pensar es demasiado rápido, desconectado y errabundo. Y puesto que no podéis anotarlo todo, teniendo como tenéis otras cosas que hacer, comprobaréis al cabo de un tiempo que es otro sector de vuestra conciencia el que toma nota. Cuando dispongáis nuevamente de comodidad para escribir, todos esos pensamientos y sentimientos a los que no habéis prestado atención consciente serán "recordados". Así, pues, al final del día habréis dejado constancia escrita de tantos pensamientos y sentimientos vuestros como haya sido posible. Es claro que sólo los que toman esto muy en serio lo practicarán. Al final del día echad un vistazo a lo que hayáis anotado, estudiadlo. Este estudio es todo un arte, pues del mismo surge el entendimiento. Lo importante es cómo estudiar lo que uno ha escrito, no el mero hecho de escribirlo.

Si os colocáis en oposición a lo que habéis escrito, no lo comprenderéis. En otros términos, si aceptáis o negáis, juzgáis o comparáis, no percibiréis el significado de lo que habéis anotado; la identificación impide el florecimiento del pensar y sentir. Mas si lo examináis suspendiendo todo juicio, revelará su con-

tenido íntimo. Examinar en un estado de conciencia despierta y alerta, sin optar, sin temer ni preferir, es sumamente difícil. En la forma indicada aprenderéis no sólo a imprimir a vuestro sentir y pensar, lo que es de enorme importancia, sino a observar con tolerante imparcialidad, sin prejuicios ni crítica perversa cada uno de vuestros pensamientos y sentimientos. De ello nace la comprensión profunda que no sólo se desarrolla en las horas de vigilia sino durante el sueño. De ello, asimismo, surgirá la sinceridad y la honestidad.

Seréis capaces, entonces, de seguir cada movimiento del pensar y sentir. Este proceso, en efecto, lleva no sólo a entender la conciencia superficial, sino también las muchas capas profundas de la subconciencia. Así, mediante una constante y alerta atención, lograréis un conocimiento más amplio y profundo de vosotros mismos. Es un libro de muchos volúmenes; en su comienzo está su final. Pero no podréis omitir párrafo ni página alguna en vuestro codicioso afán de llegar pronto al final. La sabiduría no se compra con la moneda de la codicia o de la impaciencia. Va surgiendo a medida que leemos diligentemente el libro del conocimiento propio, de lo que sois de momento a momento, no en un momento determinado. Es claro que esto representa incesante tarea, un estado de alerta que además de ser pasivo implica constante investigación, sin la codicia por finalidad. Esta pasividad es en sí misma activa. Con la quietud surge la suprema sabiduría, la bienaventuranza.

Pregunta: Me siento muy deprimido. ¿Cómo superar este estado de ánimo?

Krishnamurti: ¿Acaso no es natural que nos sintamos deprimidos en esta época de matanzas, confusión y dolor? ¿Cuándo aprendemos, cuando estamos arriba o abajo, en lo alto de las montañas o en las sombras de los valles? Nuestra vida transcurre en permanente ondulación, en medio de altibajos, a grandes alturas y a grandes profundidades. Cuando nos hallamos en las alturas estamos tan llenos de alborozo, tan penetrados de dicha o de alegría, con un sentido tan hermoso de que nada nos falta, que olvidamos las profundidades y las sombras. La alegría no plantea problemas, la felicidad no requiere solución; en ese estado de plenitud no se lucha por comprender. Se es, simplemente. Pero ese estado no dura; y luego lo buscamos a tientas, recordando, comparando. Sólo cuando nos hallamos en el fondo, en el valle, surgen los conflictos, la confusión y el dolor. De todo ello queremos huír, anhelando ganar nuevamente las alturas. Pero nada alcanzaremos con sólo quererlo, pues la dicha viene sin que la llamen. La felicidad no es un fin en sí misma; es un incidente en la marcha hacia un más amplio y profundo entendimiento.

Pero si procuramos comprender el conflicto y el sufrimiento, empezaremos a entendernos a nosotros mismos con relación a ese conflicto y dolor: cómo le hacemos frente o lo rehuimos, cómo lo condenamos o lo justificamos, cómo lo racionalizamos o lo compara-

mos. En el curso de este proceso llegamos a comprendernos a nosotros mismos; entendemos nuestros engaños, escapatórias y excusas. Podréis escapar a la depresión, pero ella os dará caza una y otra vez. Si en cambio tratamos de entenderla —y para entender habremos de observar todas nuestras reacciones con relación a ella, cómo procuramos eludirla o encontrarle substitutos— descubriremos en el deseo mismo de terminar con ella nuestra falta de comprensión a su respecto. Al daros cuenta de las causas y del significado de la depresión, nace un entendimiento cada vez más amplio y profundo; y en él no hay lugar para la depresión, para el temor ni para la compasión de sí mismo.

Pregunta: **Habló Ud. del Estado. ¿Querría tener la bondad de explicar algo más a su respecto?**

Krishnamurti: Lo que vosotros seáis, ese será vuestro Estado. Si soís envidiosos e implacables, y lo que buscáis es el poder y la riqueza, crearéis el Estado y el gobierno que representará lo que soís. Si buscáis el poder y la dominación en el seno de la familia, de la ciudad o de la agrupación, como ocurre con casi todo el mundo, crearéis un gobierno de opresión y de crueldad. Si competís con vuestros semejantes en pos de los bienes terrenales, produciréis una sociedad organizada para la violencia, que a la larga dará origen a guerras, desastres y tiranías. Habiendo contribuido a crear una sociedad, un Estado, de acuerdo a vuestras características volitivas, os véis

arrastrados en su vorágine; ese Estado deviene una entidad superior, independiente de vosotros, que os manda y que os domina. Pero somos nosotros —vosotros y yo— que lo hemos producido con nuestra mala voluntad, nuestra codicia y nuestra mundanalidad. Lo que vosotros soís, eso es el Estado.

La religión organizada, para poder existir, tiene que convertirse en asociada del Estado, con lo cual abandona su verdadera función: guiar, enseñar sostener en todo momento lo que es verdadero. En esta asociación, la religión se convierte en un medio más de oprimir y de dividir a los hombres. Si vosotros, responsables de haber creado el Estado, no os entendéis a vosotros mismos, ¿cómo habréis de introducir los cambios necesarios en el mecanismo del Estado? No es posible efectuar ningún cambio radical y profundo en el Estado, a menos que el hombre se entienda a sí mismo y de ese modo se libre del sensualismo, de la mundanalidad y del ansia de renombre. A menos que os tornéis religiosos en el sentido fundamental de la palabra —no en el de tal o cual religión organizada— vuestro Estado será irreligioso y tendrá la culpa de las guerras, del desastre económico, del hambre y de la opresión. Si soís nacionalistas, separativos, llenos de prejuicios raciales, produciréis un Estado que será la causa de antagonismos, opresión y miseria. Semejante Estado no puede jamás ser religioso; se convierte en algo tanto más dañino cuanto más grande y poderoso llegue a ser. Empleo la palabra “religioso” no en ningún sentido especial o de acuerdo a determinada doctrina, credo o creencia; consi-

dero religioso al que hace una vida exenta de sensualismo y de mundanalidad, al que no busca la fama ni la inmortalidad personal.

No nos dejemos cegar por palabras o etiquetas que sólo traen confusión: hindúes, budistas, cristianos y musulmanes, o bien americanos, alemanes, chinos, ingleses. La religión está por encima de todos los nombres, credos y doctrinas. Es el modo de realizar lo supremo; y la virtud no es de ningún país, raza o religión determinada. Tenemos que libertarnos de los nombres y etiquetas, de la confusión y antagonismos que engendran, tratando al mismo tiempo de descubrir, mediante la más alta moralidad, Aquello que és. De ese modo os haréis realmente religiosos, y lo mismo ocurrirá con vuestro Estado. Sólo entonces habrá luz y paz en el mundo. Si cada uno de nosotros puede comprender que la unidad es imposible sin recto pensar, que a ella no se llega mediante proyectos superficiales o de índole económica; si llegamos a ser verdaderamente religiosos, superando toda ansia de sensualismo y goces terrenales, de poder e inmortalidad personal, sólo entonces realizaremos la profunda e íntima sabiduría de la paz y del amor.

Pregunta: ¿Lo que Ud. enseña es simplemente una forma más sutil de psicología?

Krishnamurti: ¿Qué entiende Ud. por psicología? ¿Ella es, a su entender el estudio de la mente humana, de uno mismo? Si no entendemos nuestra propia estructura íntima, nuestra psiquis, nuestro sentir

y pensar, ¿cómo habremos de entender otras cosas? ¿Cómo podréis saber que lo que pensáis es verdadero, si no tenéis conocimiento alguno de vosotros mismos? Si no os conocéis, no conoceréis la realidad. La psicología no es un fin en sí misma. Es apenas un comienzo. Con el estudio de uno mismo colócanse firmes cimientos para la estructura de la realidad. Es preciso que existan esos cimientos, pero ellos no son la estructura ni un fin en sí mismos. Si no colocáis los verdaderos cimientos, surgirán a la existencia la ignorancia, la ilusión y la superstición, tal como hoy existen en el mundo. Es preciso que coloquéis los verdaderos cimientos de un modo verdadero. No se puede llegar a lo justo por medios errados. El estudio de sí propio es tarea sumamente difícil; y sin conocimiento propio y recto pensar, la realidad suprema resulta inasequible. Si no sabéis que existen, y por lo mismo no entendéis la autocontradicción, la confusión y las diferentes capas de la conciencia, ¿sobre qué base habréis de edificar? Sin conocimiento propio, todo lo que edificáis, vuestras formulaciones, creencias y esperanzas tendrán escaso significado.

Comprenderse a sí mismo requiere alta dosis de desprendimiento y sutileza, perseverancia y penetración; no hacen falta el dogmatismo ni las afirmaciones, la negación ni las comparaciones, todo lo cual conduce al dualismo y a la confusión. Cada cual tiene que ser su propio psicólogo, tener alerta y despierta conciencia de sí mismo, pues, sólo en uno mismo está la suma total del conocimiento y la sabiduría. Nadie puede ser perito en el conocimiento de los demás.

Cada cual tiene que descubrir por cuenta propia para poder liberarse. Nadie más que vosotros mismos puede contribuir a libertaros de la ignorancia y del dolor. Cada cual engendra su propio sufrimiento, y el único posible salvador es uno mismo.

Pregunta: ¿Le he entendido bien decir que con la práctica constante de discernir de un modo instantáneo la causa de todo pensamiento que nos cruza la mente, el verdadero "yo" comienza a revelarse?

Krishnamurti: Si damos por sentado que hay un "yo" verdadero y otro falso, no llegaremos a entender lo que es verdadero. Observe Ud. bien que es como si hubiésemos emprendido un viaje de exploración y descubrimiento. No es posible descubrir nada si el pensamiento-sentimiento se ve obstruido por cualquier hipótesis o creencia; ellas estorban. Para descubrir, tiene que haber libertad, alerta pasividad. El conocimiento de los demás es de escaso valor para el descubrimiento de la verdad. Vosotros mismos tenéis que encontrarla, nadie más puede dárosela, nadie más puede traeros la sabiduría. La verdad no es una recompensa ni el resultado de determinadas prácticas, ni pueden ser supuesta o formulada. Si la formuláis, se os escapará. Lo único que logrará vuestra hipótesis será obscurecer la verdad. Mediante un estado de conciencia constantemente despierta y alerta, en cambio, descubriréis lo que hay de verdad acerca del "yo". Sólo este descubrimiento importa, pues él emancipa nuestro pensamiento de la ignorancia y del do-

lor. Lo que descubráis en este viaje, eso es lo que os dará la liberación, no vuestras afirmaciones y negativas sobre lo verdadero y lo falso. Descubrir hasta qué punto nuestro pensar y sentir tienen sus raíces en creencias y credos; descubrir lo que significa el conflicto de los opuestos; daros plena cuenta de la concupiscencia, la mundanalidad y el ansia de perpetuación personal que pueda haber en vosotros, es lo que os libertará de la ignorancia y del dolor. Con la alerta conciencia de sí mismo llega el conocimiento propio y el recto pensar. Y no hay recto pensar sin conocimiento propio.

Pregunta: ¿Entiende Ud. que el recto pensar es un proceso continuado de conciencia despierta y alerta, mientras que el recto pensamiento es meramente estático? ¿Por qué no es lo mismo recto pensamiento que recto pensar?

Krishnamurti: El recto pensar es un proceso continuo que nace del descubrimiento de uno mismo, de la alerta conciencia de sí propio. Como este proceso no tiene comienzo ni fin, el recto pensar es eterno. En el recto pensar el tiempo no existe; no se halla limitado por el pasado, por la memoria ni por formulación alguna. Nace de la liberación del temor y de la esperanza. Sin la cualidad viviente del conocimiento propio, el recto pensar es imposible. El recto pensar es creador, puesto que es un constante proceso de autodescubrimiento. El recto pensamiento es pensamiento condicionado; es un resultado, un compuesto;

es el producto de un modelo, de la memoria, del hábito, de la práctica. Es imitativo, acumulativo, tradicional. Lo plasman el temor y la esperanza, la codicia y el devenir, la autoridad y la imitación. El recto pensar y sentir está por encima y más allá de toda contradicción, mientras que el recto pensamiento condicionado se halla sujeto a la opresión de los opuestos. El conflicto de los opuestos es estático.

El recto pensar es el resultado de "cómo" pensar, no de "qué" pensar. Pero a casi todos nosotros se nos ha enseñado —o estamos aprendiéndolo— "qué" pensar, lo que significa pensar en términos de limitación. Nuestra civilización se basa en lo que hemos de pensar; nos lo enseñan las religiones organizadas, los partidos políticos con sus respectivas ideologías, y así sucesivamente, la propaganda no conduce al recto pensar; os dice "qué" pensar.

Mediante la alerta y despierta conciencia de sí propio descúbrese el modelo original, la imitación, el hábito, el pensamiento condicionado; y esta percepción comienza a libertar el pensamiento-sentimiento de la servidumbre, de la ignorancia. Mediante la alerta y constante conciencia de sí mismo, y mediante el conocimiento propio, que producen recto pensar, surge la creadora quietud de la realidad. El deseo de seguridad produce pensamiento condicionado; buscar certeza es encontrarla, pero ella no es lo real. La suprema sabiduría surge con aquella quietud creadora de la mente y del corazón.

Mayo 28 de 1944.

IV

En las primeras tres pláticas he procurado explicar que el recto pensar, que emana del conocimiento propio, no se adquiere por intermedio de otra persona, por grande que ella sea, ni en libro alguno. Sólo se lo adquiere con la experiencia del descubrimiento de uno mismo, por obra de ese descubrimiento que es a la vez creador y libertador. Traté de explicar que, siendo nuestra existencia una serie de luchas y de conflictos, a menos que entendamos en qué consiste el recto esfuerzo no engendraremos claridad y paz sino más conflicto y más dolor; que sin el conocimiento propio, el hecho de optar entre los opuestos tiene inevitablemente que agravar la ignorancia y el sufrimiento.

Nó sé hasta qué punto fue clara mi explicación de este problema del conflicto entre los opuestos. Mientras no entendamos profundamente su causa y sus efectos, nuestro esfuerzo, por serio y tenaz que sea, no nos librará de la confusión y del continuo dolor. Y por mucho que formulemos o tratemos de entender lo que llamamos Dios o la Verdad, no comprenderemos lo desconocido hasta que la mente misma

llegue a ser algo tan vasto, tan inconmensurable, como Aquello que intenta sentir y experimentar. Para experimentar lo inconmensurable, lo incognoscible, la mente tiene que ir más allá y colocarse por encima de sí misma.

El pensar y el sentir hállanse limitados por su propia causa, que es el deseo de devenir, el cual nos sujeta al tiempo. El deseo, mediante la memoria que identifica, crea el "yo", lo "mío". Es el actor que asume diferentes papeles para adaptarse a las circunstancias cambiantes, pero que siempre es la misma persona. Hasta que ese deseo —causa de nuestra ignorancia y nuestro dolor— sea comprendido y disuelto, el conflicto de la dualidad continuará; y el esfuerzo que despleguemos para desenredarnos no hará sino hundirnos más en dicho conflicto. El deseo encuentra su expresión en la sensualidad, en la atracción por las cosas del mundo, en la aspiración a la inmortalidad personal, en la autoridad, el misterio y el milagro. Mientras la mente sea el instrumento del "yo", del deseo, habrá dualidad y conflicto. Una mente en tales condiciones no puede comprender lo inconmensurable.

El "yo", la conciencia de lo "mío", se desarrolló por la acción del deseo, por una serie de pensamientos y sentimientos que pertenecen al pasado pero que, a través de éste, influyen en el presente. Somos el resultado del pasado; nuestro ser se funda en él. Las muchas y entrecruzadas capas de nuestra conciencia son un resultado del pasado. Este pasado tiene que ser estudiado y comprendido a través del presente

que vive en nosotros; mediante los datos del presente descúbrese el pasado. Al estudiar el "yo" y su causa, que es el deseo, empezaremos a entender los derroteros de la ignorancia y del dolor. El simple hecho de negar el deseo, de oponerse a sus muchas expresiones, no equivale a superarlo sino a prolongarlo. Negar la mundanalidad significa que se continúa apegado a lo terrenal. Si entendéis, empero, los derroteros del deseo, cesará la tiranía de los opuestos: posesión y no posesión, mérito y demérito. Si investigáramos profundamente lo que es el deseo, la apetencia, y si meditamos al respecto dándonos cuenta de su significado más amplio y profundo, empezaremos a superarlo y despertaremos en nosotros una facultad nueva y latente que no nace del deseo ni del conflicto de los opuestos. Con la conciencia constantemente despierta y alerta nos llega la capacidad de observar sin identificarnos con lo observado, de estudiar el "yo" sin formular juicios. En ese estado de alma descúbrese y se entienden las múltiples capas de conciencia "yoísta". El conocimiento propio trae recto pensar, y sólo éste librerá al pensamiento-sentimiento del deseo y sus dolorosos conflictos.

Pregunta: ¿El conocimiento de uno mismo conduce a un cambio del problema y de la idea? Podemos entender cómo surge el nacionalismo: educación, persecución, vanidad, etc. Pero el nacionalista sigue siendo nacionalista. La voluntad de cambiar, de entender el problema, no trae su verdadera disipación.

¿Cuál es, entonces, el siguiente paso a dar cuando ya se han conocido las causas en ese proceso mental?

Krishnamurti: Identificarse con determinada raza, con determinado país o con ciertas ideologías, procura satisfacción, un sentido de seguridad y de halagadora importancia. Pero este culto de la parte y no del todo engendra antagonismo, conflictos y confusión. Si esto lo pensáis acabadamente, si lo sentís clara e inteligentemente, no limitándoos a examinar las ideas sino también vuestra reacción frente a las mismas; si llegáis a comprender todo el alcance del nacionalismo, el orden y la claridad reinarán en esa tenue capa de conciencia con la que funcionamos a diario. Es importante hacer lo que antecede, es decir, adquirir conciencia del pleno significado del nacionalismo, y de cómo divide a la humanidad, que es una sola. Así percibiremos cómo él engendra antagonismos y opresión, cómo fomenta la propiedad privada y el exclusivismo familiar, cómo limita nuestro pensar y sentir por medio de sus organizaciones; cómo erige barreras económicas y conduce a la miseria y a las guerras.

Cuando se llega a entender a fondo lo que implica el nacionalismo, establécense el orden y la claridad en la zona consciente de nuestra mente; y en esta claridad se proyectan las reacciones ocultas y acumuladas. Estudiando diligente e inteligentemente estas proyecciones, la totalidad de la conciencia queda libre de la enfermedad del nacionalismo. Con ello no se convierte uno en internacionalista: éste mantiene

en cierto modo el separatismo y el culto de la parte. Lo que se adquiere es conciencia de la unidad humana y de la no nacionalidad, liberación de los nombres y etiquetas, de los prejuicios raciales y de clase.

El mismo proceso puede aplicarse a todos nuestros problemas. Hay que meditar sobre el problema, sintiéndolo al mismo tiempo, y hay que hacerlo tan amplia y libremente como sea posible. Surgen así el orden y la claridad en la mente consciente, la cual, entonces, puede responder con verdadero entendimiento a las proyecciones de los impulsos y mandatos íntimos y ocultos; y de tal modo el problema queda totalmente resuelto. Hasta que las múltiples capas de la memoria sean descubiertas y expuestas al examen, y sus respuestas sean plenamente entendidas, el problema continuará; pero esta búsqueda, esta investigación, no es posible si en la mente consciente el problema no se ha aclarado. En no identificarnos completamente con el problema consiste nuestra dificultad, ya que la identificación impide el libre fluir del pensamiento-sentimiento; la identificación implica aceptación o negativa, juicio o comparación, lo cual deforma nuestro entendimiento. Libertar nuestro pensar y sentir de todo problema, de todo estorbo, no es tarea de un momento. La libertad exige conciencia despierta y alerta, tanto externa como íntima; la externa debe estar siempre pronta para recibir las reacciones íntimas. Y esta conciencia en estado de constante alerta es la que trae más amplio y profundo conocimiento propio. En el conocimiento propio reside la libertad del recto pensar; y sólo en el cono-

cimiento propio se entienden y disuelven los problemas y las servidumbres.

Pregunta: Yo soy una persona muy activa, físicamente hablando. ¿Llegará un momento en que no lo sea? ¿Cómo habré entonces de ocupar mi tiempo?

Krishnamurti: La mayoría de nosotros vive prisionera de los valores relacionados con el mundo exterior; y éste se halla organizado para mantener y acrecentar dichos valores. Cada vez nos enredamos más en ellos, y, sin darnos cuenta, envejecemos y nos gastamos en actividades externas mientras nos mantenemos espiritualmente inactivos y pobres. La actividad exterior, ostensible no tarda en llegar a su inevitable fin; y es entonces que adquirimos conciencia de nuestra soledad, de la pobreza de nuestro ser. Para no hacer frente a este sufrimiento y a este temor, algunos persisten en una incesante actividad social, religiosa, política o financiera, y se formulan toda suerte de excusas para justificar tanta agitación y bullicio. El problema de lo que hay que hacer en la vejez se presenta para aquellos que no pueden continuar con sus actividades externas. No pueden convertirse de pronto en espiritualmente activos, pues ignoran lo que ello significa y todo su pasado se opone. ¿Qué harán para tornarse íntimamente conscientes?

Procederíamos sabiamente si después de cierta edad —digamos, por ejemplo, cuarenta o cuarenta y cinco años, o tal vez menos— nos retirásemos del

mundo, antes de ser demasiado viejos. Si los hombres se retirasen no sólo para disfrutar de sus bienes materiales acumulados, sino para descubrirse a sí mismos, para pensar y sentir en profundidad, para meditar y hallar la realidad suprema, ¿qué ocurriría? Pues que tal vez salvarsen a la humanidad del sendero de sensualidad que está siguiendo, con todas sus brutalidades, engaños y sufrimientos. Podría de ese modo haber un grupo de personas apartadas del mundo, de sus identificaciones y exigencias, capaces de guiar e instruir al género humano. Libres de toda mundanidad, carecerían de autoridad y de importancia temporales y no se verían arrastrados a las necesidades y calamidades del mundo. Si un hombre, en efecto, no ha renunciado a poseer autoridad y ocupar altas posiciones, no será capaz de guiar e instruir a sus semejantes. El que está investido de autoridad se identifica con su alta posición, con su importancia, con la obra que realiza, y en consecuencia es esclavo. Para entender la libertad que es la Verdad, tiene que haber libertad para las supremas experiencias. Si un grupo semejante surgiese, podría producir un mundo nuevo, una nueva cultura.

Es un triste espectáculo el del hombre que, sintiendo la proximidad de la vejez, empieza a decirse que su vida ha sido vacía e inútil; mas ese hombre, por lo menos, ha comenzado a despertar... Una pareja vino a verme el otro día. Tenían una fábrica que les proporcionaba grandes réditos. Eran viejos. En el curso de la conversación surgió de mi parte, naturalmente, la insinuación de que podrían retirarse, por

razones de edad, para dedicarse a pensar, a vivir una nueva vida. Parecieron sorprendidos y me dijeron: "¿Y con qué objeto?"

Podréis reír de lo que voy a decir, pero mucho me temo que casi todos vosotros estéis en la misma posición. Para la mayoría, en efecto, pensar e investigar sólo es posible siguiendo el surco bien marcado de alguna creencia o dogma; marchar por ese surco se considera acto religioso e inteligente. El recto pensar sólo empieza con el conocimiento propio; no reside en el conocimiento de hechos e ideas, el cual es sólo una extensión de la ignorancia. Mas si vosotros, ya seáis viejos o jóvenes, comenzáis e entederos a vosotros mismos, descubriréis grandes e imperecederos tesoros. Descubrirlos, empero, exige un estado persistente de conciencia despierta y alerta, así como ajuste y aplicación. Teniendo clara noción de todo pensamiento-sentimiento nuestro, es como se revelará ante nosotros el tesoro de la vida.

Pregunta: ¿Cómo hemos de comprendernos de verdad a nosotros mismos y nuestra riqueza infinita, si no empezamos por desarrollar una percepción completa y total? En otros términos: con nuestra percepción mental relativa, logramos tan sólo un entendimiento parcial de ese infinito fluir de la causa primera, en cuyo orden nos movemos y tenemos nuestro verdadero ser consciente.

Krishnamurti: ¿Cómo entenderéis el todo si adoráis la parte? Siendo parciales, mezquinos, limitados,

¿cómo podréis entender lo que es ilimitado, infinito? Lo pequeño no puede entender lo grande, pero lo pequeño puede **dejar de ser**. Al entender que es lo que causa la limitación, la parcialidad, y al superarlo, os será posible comprender el todo, lo ilimitado. Partiendo de lo conocido, realizase lo desconocido; pero el especular acerca de lo incognoscible es simplemente negar lo limitado, lo trivial. De ahí que toda especulación se convierta en un obstáculo para la comprensión de la realidad.

Comenzad a entenderos a vosotros mismos, y al hacerlo descubriréis una inconmensurable riqueza. Comenzad por lo conocido, lo trivial, lo limitado, lo confuso, lo pequeño, lo que está condicionado por el miedo, las creencias, la concupiscencia, la mala voluntad. Es pequeño y parcial porque es producto de la ignorancia. ¿Cómo podrá entender el todo una mente en tales condiciones? Simplemente, no puede. Pero si el pensar y sentir se libra de apetencias, y por lo mismo de la ignorancia y del dolor, surge una posibilidad de entender el todo. ¿Cómo puede haber entendimiento de lo que no tiene causa, siendo nuestro pensamiento-sentimiento un mero resultado, estando sujeto a lo temporal? Esto parece tan obvio que no requiere mucha explicación. Sin embargo, son muchos los que viven en la ilusión de que debemos empezar por percibir el todo —con una idea hipotética, en primer término, de lo que es— antes de poder comprender la parte. No. Para llegar a una percepción de Aquello que es completo, a una realización de esa infinita realidad, la mente limitada tiene que romper

las barreras que la confinan. Por una pequeña y estrecha abertura no es posible percibir la inmensidad del cielo. Si intentamos percibir el todo a través de la pequeña abertura de nuestro pensamiento-sentimiento, lo que llegemos a ver tiene inevitablemente que ser pequeño, parcial, incompleto. Decimos que queremos entender el todo, y ello no obstante nos aferramos a lo mezquino, al "yo" y a "lo mío". Mediante la alerta y despierta conciencia de uno mismo, que trae conocimiento propio, foméntase el recto pensar; y sólo él nos libraré de nuestra trivialidad y nuestras penas. Cuando la mente deja de divagar, cuando ya no desempeña ningún papel determinado en el drama de la vida, cuando no deviene ni toma nada para sí, cuando se halla profundamente quieta, en ese vacío creador está el todo, lo increado.

Pregunta: ¿Cree Ud. que en el mundo existe el mal?

Krishnamurti: ¿Por qué me hace Ud. esa pregunta? ¿Acaso no se da cuenta de que el mal existe? ¿Acaso sus consecuencias no son obvias, los sufrimientos que acarrea abrumadores? ¿Y quién, sino cada uno de nosotros, le ha dado nacimiento? ¿Quién es responsable de que él exista, sino todos nosotros? Así como hemos creado el bien, por pequeño que sea, hemos creado el mal, que es vasto. El bien y el mal, que forman parte de nosotros, son también independientes de nosotros. Cuando pensamos y sentimos con estrechez, con envidia, con odio y con codicia, acrecenta-

mos el mal que nos rodea y nos desgarrar. Este problema del bien y del mal, este problema es todo un conflicto, nos acompaña constantemente porque nosotros mismos lo hemos creado. Ha llegado a formar parte de nosotros este querer y no querer, este amar y odiar, este ansiar y renunciar. En todo momento estamos engendrando esta dualidad de la que nuestro pensar y sentir han caído prisioneros. El pensamiento-sentimiento puede emanciparse, colocarse por encima del bien y de su opuesto, únicamente si llega a entender su causa: el deseo. Cuando se entiende el mérito y el demérito, uno se libra de ambos. Los opuestos no pueden fusionarse. Tienen que ser superados mediante la disolución del deseo. Cada opuesto tiene que ser pensado y sentido acabadamente, tan extensa y profundamente como sea posible, a través de todas las capas de la conciencia. Mediante este profundo sentir y pensar, despiértase una nueva comprensión que no es producto del deseo, del tiempo.

El mal existe en el mundo, por cierto; y a él contribuimos como contribuimos al bien. El hombre parece unirse más fácilmente por el odio que por el bien. El sabio percibe la causa del bien y del mal, y entendiéndola, libra de ella su pensar y su sentir.

Pregunta: El domingo pasado creí deducir de lo que Ud. nos dijo que no les restamos tiempo a nuestras ocupaciones, familia y actividades, para estudiarnos a nosotros mismos. Esto parecería contradecir una afirmación suya anterior, según la cual podemos

tener la conciencia despierta y alerta en cualquier circunstancia.

Krishnamurti: No hay duda de que habréis de comenzar teniendo vuestra conciencia despierta y alerta en todo lo que hacéis, en toda circunstancia. ¿Qué ocurre, empero, cuando estáis en ese estado de conciencia? Que, procurando de más en más mantenerlo, llegáis a encontraros solos aunque no por ello aislados. Ningún objeto está jamás aislado; el simple hecho de ser significa estar en relación con otros seres o cosas, esté uno solo o en compañía. Cuando uno comienza a darse plena cuenta de su estado íntimo en todo lo que hace, empieza a estudiarse a sí mismo, a tener conciencia cada vez más clara de sus móviles, pensamientos y sentimientos más íntimos, de sus temores, y así sucesivamente. Cuanto más despierta y alerta es la conciencia de sí propio, más se recoge uno en sí mismo, más silencioso y puramente consciente se vuelve. Nos ocupan demasiado nuestro trabajo, nuestra familia, nuestros amigos, nuestros asuntos, lo cual hace que tengamos escasa conciencia de nuestro fuero íntimo; de pronto la vejez y luego la muerte comienzan a deslizarse sobre nosotros, encontrándonos con nuestra vida vacía. Si en vuestra diaria actividad y vida de relación soís plenamente conscientes, empezaréis a desenredar vuestro pensar y sentir de la causa de la ignorancia y del dolor. Al daros cada vez más cuenta de vuestras acciones y reacciones, tanto superficiales como íntimas y profundas, las distrae-

ciones cesarán de un modo natural y una vida sencilla comenzará ciertamente para vosotros.

Pregunta: ¿Cree Ud. que alguna vez volverá a los Maestros?

Krishnamurti: El que me ha hecho la pregunta, como cree en los Maestros y coloca en ellos su esperanza, desea hacerme volver a su redil; cree, tal vez, que habiendo yo en otros tiempos aceptado esa creencia, volveré a ella.

Examinemos esta creencia en los Maestros inteligentemente, sin identificarnos con ella. Tal cosa resultará difícil para algunos, pues dicha creencia los absorbe grandemente. Con todo, tratemos de pensar-sentir al respecto tan franca e imparcialmente como sea posible. ¿Para qué necesitáis Maestros? Se trata —¿no es así?— de seres a los que suponéis vivientes y con los cuales no estáis en contacto directo. Diréis, probablemente, que ellos obran a modo de postes indicadores en el camino de la suprema realidad. Si lo son realmente, ¿por qué os detenéis ante ellos para adorarlos? ¿Por qué aceptáis los postes indicadores, los mensajeros, los mediadores, las autoridades espirituales? ¿Por qué, asimismo, creáis organizaciones y grupos en torno de ellos? Si lo que buscáis, es la Verdad, ¿para qué toda esa charla insulsa acerca de ellos, y para qué esas organizaciones cerradas y cónclaves secretos? ¿No es acaso porque resulta más fácil y agradable demorarse, adorar a alguien en un altar al borde del camino, solazarse en ello, que avanzar en el largo trayecto de la búsqueda y la investiga-

ción? Nadie podrá conducirnos a la Verdad: ni los Maestros, ni los dioses ni sus mensajeros. Sólo vosotros mismos habréis de bregar, buscar y descubrir.

Un instructor con quien estéis personalmente en contacto es otra cosa, por cierto, si bien presenta sus peligros; pero suponer que se está en contacto con seres con los cuales no existe ninguna relación directa, o con quienes el único contacto es a través de sus pretendidos representantes o mensajeros, equivale a fomentar la superstición, la opresión y otros males no menos graves. El culto de la autoridad es la negación misma de la Verdad. La autoridad nos ciega, y el florecimiento de nuestra inteligencia se ve por ella impedido; la arrogancia y la estupidez se acrecientan por su culpa, la intolerancia y las divisiones crecen y se multiplican.

¿Qué pueden, fundamentalmente enseñaros los Maestros? Pues a conoceros a vosotros mismos, dejar de odiar, ser compasivos, buscar la realidad. Toda otra enseñanza sería de poca monta. Nadie puede daros una técnica, una fórmula infalible para conoceros a vosotros mismos. Si la poseyérais, no os conoceríais realmente; conoceríais el resultado de la fórmula pero no a vosotros mismos. Para conoceros, habréis de buscar y de descubrir dentro de vosotros mismos. El resultado de una técnica, de una práctica, de un hábito, nada crea; es algo puramente mecánico. Nadie que no sea vosotros mismos puede ayudaros a entenderos, y sin entendimiento de vosotros mismos no puede haber comprensión de la suprema realidad. Esta búsqueda de los Maestros es una insinuación de

la mundanalidad. Un valor supersensual no deja por ello de ser terreno, y, por consiguiente, causa de ignorancia y de dolor.

Se me podrá preguntar: “¿Y Ud. qué hace? ¿Acaso no es un poste indicador?” Si lo soy, y si os reunís en torno del mismo a ponerle flores, a erigir un altar y todas las tonterías anexas, caeréis en algo absolutamente disparatado, indigno de gente adulta. Lo que nosotros estamos queriendo es aprender a cultivar el recto pensar, que sólo nace del conocimiento propio. Sobre los cimientos del recto pensar se eleva lo Supremo. Este conocimiento, nadie puede dároslo; vosotros mismos tenéis que adquirirlo tornándoos conscientes de todos vuestros pensamientos y sentimientos. Pues en vosotros mismos está el comienzo y el fin, la totalidad de la vida. Lo Supremo tiene que ser deseubierto; no puede ser formulado.

Para leer las páginas de vuestro pasado tendréis que conoceros tal cual soís en el presente, ya que a través del presente el pasado se revela. La llave que abre la puerta de la suprema realidad está con vosotros; nadie puede ofrecérosela porque ella es vuestra. Mediante vuestra propia conciencia despierta y alerta podréis abrir la puerta. Y sólo a través de esa alerta conciencia de vosotros mismos leeréis el rico volumen del conocimiento propio, en el que están señalados los obstáculos y las obstrucciones que os impiden —y que sin embargo os permitirán— alcanzar lo Eterno, Aquello que es independiente del tiempo.

Junio 4 de 1944.

V

Hasta que comprendamos los problemas que involucra el deseo, como lo expliqué el domingo pasado, no podrán disolverse los conflictos y las penas de nuestra vida cotidiana. El deseo asume tres formas principales: sensualidad, mundanalidad, inmortalidad personal. Analizando el ansia de gratificar nuestros sentidos, percibimos su insaciabilidad, sus tormentos, sus exigencias siempre crecientes; su consecuencia final es el conflicto y el continuo sufrimiento. Si examinamos la mundanalidad —anhelo de prosperidad, poder personal y renombre— vemos que ella revela incesante bregar, confusión y dolor. Y en cuanto al deseo de inmortalidad personal, él nace de una ilusión. El “yo”, en efecto, es un resultado, un compuesto, y algo que está formado de fragmentos, que es un simple engendro, jamás puede abarcar ni comprender Aquello que no tiene causa, Aquello que es lo único inmortal.

Es muy complejo y difícil de disolver el proceso del deseo; y él es la causa de nuestro continuo dolor, de nuestra confusión y de nuestros conflictos. Sin ponerle término no puede haber paz; sin su completa

extinción, el pensar y el sentir desarróllanse en medio de tormentos y la vida llega a ser una lucha horrible. Es la raíz de todo egoísmo y de toda ignorancia. Es la causa del fracaso y la desesperación. Si no lo superamos, no hallaremos felicidad ni paz creadora.

El deseo sensual indica pobreza de alma; el deseo de acumular engendra un mundo de brutales rivalidades. Los valores vinculados a las cosas de este mundo, y el anhelo de poder personal o de inmortalidad personal, dan origen a la autoridad, al misterio, al milagro, cosas todas que impiden el conocimiento de la realidad suprema. La violencia y las guerras son consecuencia de los deseos mundanales del hombre; y sólo podrá haber paz verdadera cuando el deseo en todas sus formas sea entendido y superado.

Si no llegamos a entender este móvil primario y lo único que hacemos es cultivar la virtud, robusteceremos el "yo", causa de ignorancia y de dolor; ese "yo" que asume diferentes papeles y cultiva diferentes virtudes para satisfacerse a sí mismo. Es preciso que entendamos esta cualidad cambiante del deseo, su astuta adaptabilidad y las artes de que se vale para protegerse y obtener satisfacción. El desarrollo de la virtud llega a ser el baluarte del "yo"; pero la virtud verdadera consiste en librar del deseo el pensamiento-sentimiento. Esta liberación del deseo, que es la virtud, representa algo así como una escalera; no es un fin en sí misma. Sin virtud —liberación del deseo— no puede haber entendimiento ni paz. Pero desarrollar la virtud como opuesto del vicio es

brindar fuerza al "yo". Todo deseo, en efecto, es "singularista", fruto de la limitación; y siendo "singularista", por mucho que uno trate de convertirlo en cosa noble, virtuosa, siempre seguirá siendo limitado y pequeño, y por consiguiente la causa de conflictos, antagonismos y dolor. Conocerá siempre la muerte.

De modo, pues, que mientras la simiente del deseo persista en cualquier forma, habrá tormento, pobreza y muerte. Si desarrollamos la virtud sin entender el deseo, no estableceremos esa creadora quietud de la mente-corazón en la cual, solamente, se halla lo real. Sin entender las sutilezas del deseo, el mero hecho de adaptarnos al medio ambiente, de lograr la paz en nuestras relaciones con la familia, con el prójimo y con el mundo, será vano esfuerzo; pues el "yo", instrumento del deseo, continuará siendo el principal actor. ¿Cómo es posible librar del deseo nuestro pensar y sentir? Tornándonos plenamente conscientes; estudiando y entendiendo el "yo" y sus acciones, llegaremos a la liberación del deseo. Y para comprender hay que hacer de lado toda negativa o aceptación, juicio o comparación. Adquiriendo alerta y despierta conciencia descubriremos lo que es la honestidad, el amor, el temor, lo que es la vida sencilla y el complejo problema de la memoria.

Una mente que es incierta, que se contradice a sí misma, no puede saber lo que es la sinceridad y la honestidad. La honestidad exige humildad, y sólo puede haber humildad cuando uno se da cuenta del estado de contradicción consigo mismo, de la propia incertidumbre. La contradicción consigo mismo, así

como la incertidumbre, continuarán existiendo mientras haya apetencia, incertidumbre en los valores, en la acción y en la vida de relación. El que tiene certeza es obstinado, irreflexivo. El que sabe, no sabe. Cuando os dáis cuenta de esta incertidumbre, no hay duda de que cultiváis el desinterés, la ecuanimidad. El comienzo de la humildad es el desinterés. Y éste es, por cierto, el primer peldaño de la escalera; peldaño gastado, pues se lo pisa con demasiada frecuencia. Una persona consciente de su desinterés, de su desprendimiento, deja de ser desinteresada. Por el contrario, quien se ocupa en entender el deseo y su proceso llega a ser virtuoso sin luchar por la virtud; es ecuánime y sereno sin esfuerzo ni intención. Sin un sincero y espontáneo estado de conciencia alerta, la paz y el entendimiento resultan imposibles.

Pregunta: Sin tomar en cuenta el gasto de papel que ello implicaría, ¿cree Ud. seriamente que deberíamos anotar todo pensamiento y sentimiento?

Krishnamurti: El otro día insinué que para entendernos a nosotros mismos tenemos que despertar nuestra conciencia y mantenerla alerta; y que, para estudiarnos a nosotros mismos, el pensamiento-sentimiento debe reducir su velocidad. Si os dáis cuenta de vuestro sentir y pensar, percibiréis cuán rápido es; un pensamiento sentimiento, desconectado de otros, sigue de inmediato a éstos en su divagación y distracción. En esas condiciones resulta imposible examinar nada, pues reina tan sólo la confusión. Para

poner orden en ese caos, y por consiguiente para que haya claridad, yo insinué que todo pensamiento-sentimiento sea anotado. Este vertiginoso mecanismo debe tornarse más lento para que se lo pueda observar, y es por ello que resultará útil anotar en un papel nuestros pensamientos y sentimientos. Así como en un cinematógrafo con "ralentisseus" es posible observar cada movimiento en detalle, hay que reducir la rapidez de la mente para observar todo pensamiento, tanto trivial como importante. A uno trivial sigue uno importante; no debe, pues, desdeñarse el primero a causa de su insignificancia. El hecho de que haya acudido a la mente indica que ésta es mezquina, y no por hacerlo bruscamente a un lado se consigue que la mente sea menos trivial, menos necia. Alejar mediante un esfuerzo tales pensamientos contribuye a mantener la mente en estado de pequeñez y de estrechez; tener simplemente conciencia de ellos, entenderlos, conduce a una gran riqueza mental.

Si alguno de vosotros ha procurado hacer lo que os insinué dos semanas atrás sabrá ya cuán difícil es anotar **todos** nuestros pensamientos y sentimientos. No sólo emplearéis gran cantidad de papel, sino que os será imposible anotar **todos** vuestros pensamientos y sentimientos, dado que vuestra mente es demasiado veloz en sus divagaciones. Pero si tenéis la intención de anotar todo pensamiento-sentimiento, por trivial y estúpido que sea, los agradables al par que los vergonzosos, el escaso éxito que logréis en un comienzo no os impedirá percibir bien pronto que algo original ocurre. Como el tiempo no os alcanza para anotar

todo pensamiento-sentimiento, dado que debéis consagrar vuestra atención a otros asuntos, descubriréis que un sector especial de vuestra conciencia se encarga de registrar todo pensamiento-sentimiento que haya pasado por la mente. Aunque no hayáis dedicado vuestra atención directamente a anotarlos, en vuestro fuero íntimo habréis guardado conciencia de ellos; y cuando vuestro tiempo disponible os permita volver a escribir, encontraréis que las constancias de esa conciencia profunda salen a la superficie. Y si revisáis lo que habréis escrito, os encontraréis condenando o aprobando, justificando o comparando. Esta aprobación o reprobación, empero, impide el florecimiento de vuestro pensar-sentir y por lo mismo detiene el proceso del entendimiento. Si no condenáis, justificáis ni comparáis, sino que, reflexionando, tratáis de comprender simplemente, descubriréis que esos pensamientos y sentimientos son indicaciones de algo mucho más profundo. Con ello habréis comenzado a proveeros de un espejo que reflejará vuestro pensar-sentir sin deformación alguna. Y mirándoos en él, llegaréis a entender vuestras acciones y reacciones, con lo cual vuestro conocimiento propio se torna más amplio y profundo. No sólo comprenderéis vuestros actos y reacciones del momento, sino el pasado que ha engendrado ese presente. Para todo esto se requiere quietud y soledad. La sociedad no os permite disfrutarlas, siñ embargo. Os véis obligados a alternar con la gente y a manteneros exteriormente activos, cueste lo que cueste. Si os quedáis solos, se os considera tipos raros e insociables; o bien vosotros mis-

mos os asustáis de vuestra soledad. Con todo, es a través de este proceso que descubriréis más de un secreto relativo a vosotros mismos y, en consecuencia, al universo.

No se os ocurra considerar estas anotaciones como un nuevo método, una nueva técnica espiritual. Ponedlas en práctica, simplemente. Lo que más importa es adquirir plena y alerta conciencia de todo vuestro pensar y sentir, pues de ello nace el conocimiento propio. Es preciso que os pongáis en marcha hacia el autodescubrimiento. Lo que hallaréis no será fruto de técnica alguna; toda técnica, en realidad, impide el descubrimiento. Y es este descubrimiento creador lo que nos trae la liberación. Lo importante no es vuestra determinación, conclusión u opción, sino lo que descubráis, pues ello es lo que os brindará entendimiento.

Si no queréis anotar nada, será preciso que os déis plena cuenta de todo pensamiento-sentimiento, lo cual es mucho más difícil. Daos cuenta, por ejemplo, de algún resentimiento que haya en vuestra alma, si es que lo hay. Darse cuenta del mismo es representarse claramente qué es lo que lo ha causado, por qué y cómo ha venido engendrándose, en qué forma influencia vuestros actos y vuestras reacciones, y cómo es que os acompaña constantemente. No hay duda de que tener plena y alerta conciencia de vuestros resentimientos y antagonismos, implica todo eso y aún más, y que es muy difícil percibirlos completamente, comprensivamente, como en un relámpago de lucidez; pero si lo lográis, si tenéis plena contien-

cia de ellos, hallaréis que no tardan en transformarse. Y si ello no os resulta posible, anotad vuestros pensamientos y sentimientos, aprended a estudiarlos con tolerante ecuanimidad. De ese modo, poco a poco, descubriréis el contenido total de vuestro pensar-sentir. Es este descubrimiento, esta inteligencia, que constituye el gran factor de transformación y liberación.

Pregunta: ¿Hablaba Ud. en serio cuando nos insinuó la semana pasada que es preciso retirarse del mundo a la edad de cuarenta o cuarenta y cinco años?

Krishnamurti: Sí, lo insinué en serio. Casi todos nosotros, hasta que la muerte nos sorprende, nos hallamos tan enredados en las cosas del mundo que no tenemos tiempo para investigar profundamente, para descubrir lo que es real. La posibilidad de que nos retiremos del mundo requiere un cambio completo en los sistemas económicos y educativos, ¿no es así? Si llegáis a retiraros, os encontraríais sin preparación para ello; os sentiríais perdidos, aislados del resto de la humanidad, y no sabríais qué hacer de vuestra persona. No sabríais cómo ponerlos a pensar. Entonces, probablemente, organizaríais nuevas agrupaciones con nuevas creencias, distintivos y etiquetas, y de nuevo entraríais en la actividad exterior para propugnar reformas que a su vez requerirán nuevas reformas. Eso no es lo que yo he querido significar. Para retiraros del mundo, es preciso que estéis preparados, que las siguientes circunstancias os predispongan a

ello: ocupaciones de índole apropiada, creación de un medio ambiente propicio, transformación del Estado en el recto sentido, educación bien concebida. etc. Habiendo una preparación previa como la señalada, retirarse de la mundanalidad a cualquier edad resulta una actitud natural, no un hecho anormal. El retiro se efectúa entonces para que en las almas pueda fluir una conciencia pura, alerta y profunda; no para caer en el aislamiento sino para hallar la realidad suprema, para contribuir a la transformación de la sociedad y del Estado, que tienden siempre a congelarse en moldes de donde nacen los conflictos. Es claro que todo ello involucraría un tipo de educación totalmente diferente, una completa subversión del orden económico y social. Un grupo semejante de personas estaría completamente disociado de toda autoridad, de la política, de todas aquellas causas que producen antagonismos entre los hombres y conducen a la guerra. Una piedra puede cambiar el curso de un río; del mismo modo, unos cuantos hombres pueden dirigir el devenir de una cultura. Y es evidente que todas las cosas grandes se hacen en esa forma.

Probablemente me diréis que casi ninguno de vosotros puede retirarse del mundo aunque lo desee con toda el alma. Por supuesto que no todos lo pueden, pero algunos sí. Vivir sólo o en pequeños grupos requiere gran inteligencia. Pero si creyéseis realmente que vale la pena, emprenderíais la aventura; no, ciertamente, como maravilloso acto de renunciamiento, sino como lo más natural e inteligente que pueda

hacer un hombre sensato. ¡Cuán extraordinariamente importante sería que hubiera por lo menos algunos que no pertenezcan a ninguna raza o agrupación determinada, ni a ninguna religión o sociedad en particular! Ellos crearán la verdadera fraternidad humana, porque lo que harán es buscar la Verdad. Para que nos emancipemos de la riqueza material, externa, tenemos que darnos cuenta de nuestra pobreza íntima; y ello es lo que trae incalculable riqueza. La corriente de la cultura humana podrá cambiar de curso por obra de unos cuantos hombres de espíritu despierto. Y no se trata de extraños, sino de vosotros y de mí.

Pregunta: ¿No hay ciertas épocas en que los problemas públicos son tan importantes que necesitan ser resueltos objetivamente, no sólo a través de la comprensión individual? Por ejemplo, el envío de narcóticos mortales a China por el Japón. Esta es tan sólo una de las múltiples formas de explotación cuya responsabilidad nos incumbe realmente. ¿Hay algún procedimiento que no sea el recurso a la violencia, que pueda contribuir a detener esa horrible actividad, o habremos de esperar a que el despertar de la conciencia individual surta su efecto?

Krishnamurti: En distintas épocas un grupo de hombres explota a otro, y esa explotación provoca una crisis violenta. Esto ha ocurrido a través de las edades. Una raza ha dominado, explotado, asesinado a otra raza, para ser a su vez oprimida, defraudada,

empobrecida. ¿Qué solución habrá de tener esto? ¿Podrá remediarse tan sólo mediante la legislación, la organización y la educación impuestas al hombre desde lo externo, o gracias a la comprensión de las causas y conflictos íntimos que han producido el caos y la miseria externos? No podréis encarar el problema externo sin entender el problema íntimo. Si intentáis únicamente reprimir a una raza que explota u oprime a otra, ós convertiréis en explotador, en opresor. Si adoptáis malos métodos con un propósito justo, el fin se ve transformado por los medios. De modo, pues, que mientras no entendamos esto de un modo profundo y duradero, la mera reforma de lo malo por malos métodos producirá tan sólo mayores males; y es por ello que toda reforma necesita siempre nuevas reformas. Creemos percibir cuán obvio es esto, y sin embargo nos dejamos persuadir de lo contrario por el temor o por la propaganda, lo que significa realmente que no hemos percibido su intrínseca verdad.

Lo que ocurre con el hombre individual, ocurre con la nación y el Estado. Tal vez no os sea dado transformar al prójimo, pero podéis estar ciertos de vuestra propia transformación. Podréis impedir por medios violentos, mediante sanciones económicas u otros arbitrios, que un país explote a otro; ¿pero qué garantía habrá de que la propia nación que ponga término a los crueles abusos de otra no vaya también a tornarse opresora y cruel? No hay tal garantía, ninguna clase de seguridad. Por el contrario, combatiendo el mal con malos procedimientos, la na-

ción o el individuo se convierten en aquello mismo que combaten. Podrá erigirse una estructura superficial y objetiva de excelente legislación para poner freno al mal; pero si no reinan la buena voluntad y el amor fraterno, el íntimo conflicto y la pobreza interior de los hombres estallan y producen el caos. No basta la legislación para evitar que el Occidente explote al Oriente, o quizás que el Oriente, a su vez, explote al Occidente; pero mientras nosotros, individualmente o agrupados, nos identifiquemos con ésta o aquella raza, nacionalidad o religión, habrá guerras y explotación, opresión y hambre. Tanto tiempo como consideréis admisible la división de los hombres, la larga lista de divisiones absurdas en americanos, ingleses, alemanes, hindúes y otras nacionalidades; todo el tiempo que dure vuestra falta de percepción de la unidad humana, habrá asesinato en masa y constante dolor. Un pueblo guiado y contenido por meros resortes legislativos será como una flor artificial: hermoso a la vista pero vacío por dentro.

Diréis probablemente que el mundo no puede esperar, para modificar su rumbo, a que se produzca el despertar individual o el de unos cuantos hombres. No esperará, por cierto, y seguirá ciegamente su camino. Pero su despertar se efectuará a través del de cada hombre que deje de ser esclavo de la división, de la mundanidad, del poder y de la ambición personal. Por obra del entendimiento y la compasión de esos hombres libres, la brutalidad y la ignorancia

llegarán a su término. En el despertar del individuo reside la única esperanza.

Pregunta: Yo quiero servir y ayudar a mis semejantes. ¿Cuál es la mejor forma?

Krishnamurti: La mejor forma consiste en empezar a entenderos y modificaros vosotros mismos. En el deseo de ayudar y servir al prójimo se halla oculta la vanidad, el engreimiento. Cuando uno ama, ayuda. Ese afán de ayudar nace de la vanidad.

Si queréis ayudar a otro ser tendréis que conocer a vosotros mismos, pues vosotros sois el otro ser. En lo externo podemos ser diferentes; amarillos, negros, morenos o blancos. Pero a todos nos mueve el deseo, el miedo, la codicia o la ambición; por dentro nos parecemos mucho. Sin entenderse a sí mismo, nadie puede entender ni servir realmente al prójimo. Sin conocimiento propio, ¿cómo podréis tener conocimiento de las necesidades ajenas? Sin el conocimiento de sí mismo, el hombre actúa en la ignorancia y engendra sufrimiento.

Analícemos lo que antecede. La industrialización se difunde rápidamente a través del mundo, impulsada por la codicia y por la guerra. La industrialización puede dar trabajo y alimentar a la gente, ¿pero cuál será su resultado final? ¿Qué le ocurre a un pueblo altamente desarrollado en el aspecto técnico? Será más rico, tendrá más automóviles, más aviones, más lugares de diversión, más cinematógrafos, casas mejores y en mayor número, ¿pero qué le

acontece como conglomerado de seres humanos? Que ellos se vuelven cada vez más duros, más mecánicos, menos creadores.

La violencia sienta entre ellos su reales; y el gobierno, en tales circunstancias, es la organización de la violencia. La industrialización podrá traer mejores condiciones económicas, ¡pero con qué espantosos resultados! Conventillos y barrios miserables, antagonismo entre trabajadores y no trabajadores, caudillos y esclavos, capitalismo y comunismo, es decir, todo ese caos que se extiende rápidamente a diversas partes del mundo. Suele decirse que por suerte habrá elevación del nivel de vida, que la miseria será liquidada, que habrá trabajo, libertad, dignidad y otras cosas más. Lo que hay y que continúa, mientras tanto, es la división de los hombres en ricos y pobres, en poderosos y ambiciosos de poder. ¿Y el final de todo ello, cuál es? ¿Qué ha sucedido en Occidente? Guerras, revoluciones, amenaza constante de destrucción, infinita desesperación. ¿Quién brinda ayuda a quién, y quién sirve a quién? Cuando todo cae destruido en torno nuestro, los hombres de pensamiento tienen que investigar a qué causas profundas ello obedece. ¡Son tan pocos, empero, los que parecen formularse ese interrogante! El hombre al que una bomba le hace volar la casa envidia sin duda al hombre primitivo. La civilización ha sido llevada a los pueblos "atrasados"... ¡pero a qué precio! No basta servir a nuestros semejantes; hay que considerar cuáles serán las consecuencias de dicho "servicio". Pocos son los que perciben las causas más

profundas de tanto desastre. No es posible destruir la industria ni prescindir de la aviación; lo que sí resulta posible es extirpar de raíz las causas que conducen a su mal empleo. Las causas de todo ese espanto residen en vosotros mismos. Podréis desarraigarlas, lo que representa sin duda una tarea difícil. Pero como el hombre no hace frente a esa tarea, trata de legalizar o prohibir la guerra; surgen los pactos, las ligas, la seguridad internacional y otras cosas por el estilo. Pero la codicia, la ambición, se sobreponen a ellas, lo que trae como consecuencia la guerra y las catástrofes.

Para ayudar a los demás, habréis de conoceros a vosotros mismos. Los demás, al igual que vosotros, son el resultado del pasado. Estamos todos en relación los unos con los otros. Si padecéis en lo íntimo de vuestro ser la enfermedad de la ignorancia, la mala voluntad y la ira, inevitablemente difundiréis en torno vuestro enfermedad y sombras. Si sois íntimamente sanos e íntegros, difundiréis luz y paz; no siéndolo, contribuiréis a producir peor caos y mayor miseria. Entenderse a uno mismo requiere paciencia, tolerante y despierta conciencia. El "yo" es una obra en varios tomos que no puede leerse en un día; pero una vez comenzada esa lectura, hay que leer cada palabra, cada frase, cada párrafo, ya que en ellos están las insinuaciones del todo. El comienzo de esa obra es el final de la misma. Si sabéis leerla, encontraréis la suprema sabiduría.

Pregunta: ¿La conciencia alerta es sólo posible durante las horas de vigilia?

Krishnamurti: Cuanto más conscientes seáis de vuestros pensamientos y emociones, más lo seréis de todo vuestro ser. Las horas de sueño, en tal caso, llegan a ser una intensificación de las horas de vigilia. La conciencia funciona también durante lo que llamamos “sueño”, como es bien notorio. Os ponéis a pensar profundamente en un problema durante el día, sin poder resolverlo; luego “consultais con la almohada”, como a menudo se dice. Por la mañana encontráis que todo es más claro, y os parece que ya sabéis lo que hay que hacer; o percibís un nuevo aspecto que os ayuda a aclarar el problema. ¿Cómo acontece tal cosa? Suele atribuirse a esto muchas tonterías y rodeárselo de misterio; pero qué ocurre, en realidad? En lo que llamamos “sueño”, la mente consciente —esa tenue capa mental— se halla serena y tal vez receptiva; se ha estado atormentando con el problema, y hallándose fatigada, se queda quieta y sin tensión alguna. Entonces las insinuaciones de las capas más profundas de la conciencia pueden discernirse, y cuando nos despertamos, el problema parece haberse aclarado y vuelto más fácil de resolver. De modo, pues, que cuanto más nos demos cuenta de nuestros pensamientos y sentimientos durante el día —no basta que ello ocurra durante unos cuantos segundos o en un período previamente establecido— la mente se torna más serena, alerta aunque pasiva, y capaz, por lo mismo, de responder a las voces más

profundas del ser. Pero es difícil alcanzar ese grado de conciencia alerta; la mente consciente no está habituada a semejante intensidad. Cuanto más alerta y despierta se mantenga la mente consciente, tanto más la mente profunda —subconsciente— coopera con ella, de lo cual surge un entendimiento más amplio y más hondo.

Cuanto más os mantengáis en estado de conciencia alerta durante las horas de vigilia, menos soñaréis durante la noche. Los sueños son indicaciones de nuestro pensar y sentir, es decir, actos incompletos, no comprendidos, que requieren renovada interpretación; o bien pensamientos-esperanzas frustrados, que necesitan ser plenamente entendidos. Algunos sueños carecen de importancia. Los que algo significan deben ser interpretados, y esa interpretación depende de vuestra capacidad de no identificación, de aguda inteligencia. Si sois plenamente, profundamente conscientes, tal interpretación no es necesaria; pero sois demasiado perezosos, por lo que, si os resulta posible, váis a ver a un especialista en sueños que os los interpreta según su propio entendimiento. Poco a poco empezáis a depender de él; y él se convierte en vuestro nuevo sacerdote, lo que os agrega un nuevo problema. Pero si lográis ser plenamente conscientes, así sea por un breve lapso de tiempo, veréis que ese fugaz pero intenso estado de conciencia alerta habrá empezado a despertar en vosotros un nuevo sentimiento que no es resultado del deseo sino una facultad en la que no hay ninguna limitación o tendencia personal. Esta facultad, este sentimiento, ad-

quirirá mayor ímpetu a medida que alcancéis estados de conciencia alerta más amplios y profundos, y os dará la posibilidad de manteneros espiritualmente conscientes aún cuando vuestra atención se dirija hacia otros asuntos. Aunque estéis ocupados en vuestras imprescindibles tareas y consagréis vuestra atención a la existencia cotidiana, vuestra conciencia se mantendrá alerta en lo íntimo de vuestra alma; será como una placa fotográfica sensible en la que cada impresión, cada pensamiento-sentimiento, quedará registrado para que se lo pueda estudiar, asimilar y comprender. Esta facultad, este nuevo sentimiento, es de la máxima importancia: os revelará Aquello que es eterno.

Junio 11 de 1944.

VI

En el curso de estas pláticas he estado explicando que el conocimiento propio es el comienzo del recto pensar, y que sin conocimiento propio es imposible pensar verdaderamente. Con el conocimiento propio llega el entendimiento; en él está la raíz de toda comprensión. Sin conocimiento propio no puede llegarse a la comprensión del mundo que nos rodea. Para que se produzca dicho entendimiento, tiene que haber recto esfuerzo. Sin éste, en efecto, como ya lo he explicado, nuestro pensar-sentir tiene siempre que hallarse frente al conflicto de la dualidad, del mérito y del demérito, del "yo" y de "lo mío" como opuestos al "no yo" y a lo "no mío", conflicto que es la causa de profundas angustias y sufrimientos. Este conflicto de los opuestos continuará existiendo mientras el deseo no sea observado y entendido, y con ello superado; el ansia de goces mundanales y de inmortalidad personal es la causa del dolor. Esta ansia, en sus diferentes formas, engendra la ignorancia, los antagonismos, y el sufrimiento. El deseo de inmortalidad personal no es sólo el de la perpetuación del "yo" en el más allá, sino también el de su glorifi-

cación presente; y él halla sus expresiones en el orgullo que nos inspira nuestra familia, nuestro nombre y nuestra posición, así como en el deseo de posesiones, fama y autoridad, en el misterio y en el milagro. El ansia de todo eso es el origen del dolor, y si cedemos a todo eso jamás acabarán nuestras penas.

De modo, pues, que la virtud comienza cuando el pensamiento-sentimiento se emancipa del deseo. La virtud, antes que el positivo devenir o evolución del "yo", es la negación de éste. El entendimiento negativo, en efecto, es la más elevada forma del pensar-sentir. Lo que suele llamarse "evolución positiva" o cualidades del "yo", es algo que nos limita, que nos ata al "yo" y que al hacerlo nos impide a perpetuidad librarnos del conflicto y del dolor. El deseo de devenir, de llegar a ser algo, de ascender en la evolución, por noble y virtuoso que sea, sigue estando dentro de la estrecha esfera del "yo"; dicho deseo, por ello mismo, es el factor que produce conflicto y confusión. Este proceso de constante devenir, que se supone positivo, trae la muerte con todos sus temores y esperanzas. Librar al pensamiento del deseo, aunque parezca una negación, es la esencia de la virtud porque no da impulso alguno al proceso del "yo", de "lo mío".

Como dije en anteriores conferencias, cuando libramos nuestro pensamiento-sentimiento del deseo, cuando nos damos cuenta de las modalidades del deseo, empezamos a percibir el significado de la sinceridad, del amor, del temor, de la vida sencilla, etc. No es que uno tenga que volverse sincero, honesto,

sino que, sintiendo lo que es el desco, pensando al respecto y teniendo del mismo una conciencia alerta y amplia, percíbese todo lo que él implica en el fondo, sin que por ello el "yo" se vuelva honesto, virtuoso. La virtud verdadera no es una estructura sobre la cual el "yo" pueda erigir sus construcciones, ya que en ella no hay devenir, evolución. Jamás el "yo" puede llegar a ser sincero, abierto, claro, pues por su propia naturaleza es obscuro, encerrador, confuso y contradictorio.

Darse plena cuenta de la ignorancia representa el comienzo de la sinceridad, de la honestidad. No tener noción de que se es ignorante engendra obstinación y credulidad. Cuando no se es consciente de la ignorancia, tratar de volverse honesto conduce tan sólo a una confusión mayor. Sin conocimiento propio, la mera sinceridad es estrechez y engaño. Si uno comienza a tener conciencia alerta de sí propio y observa lo que es la sinceridad, la confusión cede ante la claridad. Es la falta de claridad que conduce a la deshonestidad, a la pretensión. Cuando nos damos cuenta de nuestrás escapatorias, deformaciones, estorbos, hacemos surgir en nosotros el orden y la claridad. La ignorancia, que es la falta de conocimiento propio, lleva a la confusión, a la deshonestidad. Si no entendemos la naturaleza contradictoria del "yo", ser sincero equivale a ser duro y producir creciente confusión. Mediante la conciencia despierta y alerta de sí mismo, mediante el conocimiento propio, surgen el orden, la claridad y el recto pensar.

La más alta forma de pensamiento es la comprensión negativa. Pensar-sentir positivamente, sin entender el deseo, es cultivar valores que son separativos, destructores, y que nada crean.

Ahora bien, el amor es doloroso; sabemos perfectamente que en el amor hay sufrimiento, amargura, desilución que las penas de amor son tormentos. En él hallamos el temor y el resentimiento. No podemos escapar al amor aunque sepamos que nos tortura. Los tontos hablan contra el amor sin entender la causa de las penas que en él hallamos; y no conociendo la esencia de sus conflictos no podemos vencer la angustia a que nos somete. Si no adquirimos conciencia de la fuente de esos conflictos, que es el deseo, el amor nos hunde en el sufrimiento. Es el deseo, el ansia individual, no el amor, lo que engendra dependencia y todos los dolorosos problemas que de ella provienen. Es el deseo personal en la vida de relación, no el amor, lo que da origen a la incertidumbre; y esta incertidumbre nutre el afán de posesión, el temor y los celos. En dicho afán de posesión, en esa dependencia, existe un falso sentido de íntima unión que sostiene y alimenta la sensación puramente temporaria de bienestar, de felicidad; pero ello no es amor, conteniendo como contiene, en estado latente, el temor y la sospecha. Este estimulante externo de la aparente unidad de dos seres es parasítico: hace que el uno viva del otro. No es amor, pues en lo íntimo de cada ser hay soledad, un gran vacío y la necesidad de dependencia. La dependencia engendra temor, no amor. Cuando el deseo no ha sido comprendido, ¿la domi-

nación y la opresión no asumen la apariencia del amor? En nuestra relación con uno o con muchos seres, ese afán de poder y de dominio, con su sometimiento y aceptación, trae conflictos, antagonismo y dolor. Y si la semilla de la violencia está en uno mismo, ¿cómo puede haber amor? Si en el fondo de nosotros mismos está la semilla de la contradicción y la incertidumbre, ¿cómo puede haber amor? El amor está más allá y por encima de todo eso; supera toda sensualidad. El amor es en sí mismo eterno e independiente; no es un resultado. En él hay misericordia y generosidad, perdón y compasión. Con el amor, surgen a la existencia la humildad y la delicadeza; sin él, ellas carecen de existencia.

Pregunta: Yo soy desde ya un introvertido, y me parece, de acuerdo a lo que Ud. nos ha estado diciendo, que corro el riesgo de concentrarme cada vez más en mí mismo y volverme aun más introvertido.

Krishnamurti: Si es Ud. un introvertido por oposición a lo que podemos llamar "extrovertido", corre sin duda peligro de caer en el egocentrismo. Si os colocáis en oposición a algo, el entendimiento no surge; en tal caso vuestros pensamientos, sentimientos y acciones serán encerradores, aisladores. Pero si comprendéis inteligentemente lo externo, llegaréis inevitablemente a lo íntimo, con lo cual cesará la división en externo e interno. Si os oponéis a lo externo y os aferráis a lo interno o si negáis esto último y afir-

máis lo primero, se producirá el conflicto de los opuestos y no habrá comprensión. Para entender lo externo, el mundo, tendréis que empezar por vosotros mismos, puesto que vosotros —vuestros sentimientos, pensamientos y acciones— sois el resultado de lo externo tanto como de lo interno. Sóis el centro de toda existencia objetiva y subjetiva. ¿Cómo la entenderéis, entonces, si no empezáis por vosotros mismos? Esto no equivale a fomentar el desequilibrio mental; por el contrario, traerá entendimiento creador, íntima paz.

Si negáis lo externo, el mundo, si tratáis de huirle, si lo deformáis amoldándolo a vuestras fantasías, vuestro mundo íntimo será una ilusión que os aislará poniéndoos toda suerte de trabas. Será ese un estado de engaño que os producirá constante sufrimiento. Ser, es estar en relación con otros seres; pero vosotros podréis obstruir o deformar esa relación, asilándoos gradualmente y tornándoos de más en más egocéntricos, lo cual conduce a la enajenación mental. La raíz de todo entendimiento está dentro de vosotros, en el conocimiento propio.

Pregunta: Como muchos otros hombres de Oriente, parece Ud. estar contra la industrialización. ¿Por qué lo está?

Krishnamurti: Yo no sé si muchos hombres de Oriente están contra la industrialización, y si lo están, ignoro qué razones invocan para ello; pero creo haberlos explicado por qué considero que la simple industrialización no da solución alguna a nuestros

problemas humanos, con todos sus conflictos y sufrimientos. La mera industrialización fomenta valores mundanos: mejores y más amplios cuartos de baño, mejores y mayores coches, distracciones, diversiones y todo lo demás. Los valores externos y temporales adquieren precedencia sobre los valores eternos. Se busca la felicidad y la paz en las posesiones, ya sean materiales o intelectuales; en el apego a las cosas o al mero conocimiento. Recorred cualquiera de las calles principales y veréis tiendas y más tiendas que venden la misma cosa aunque de diferentes formas y colores; innumerables revistas y miles de libros. Nuestro deseo es que se nos distraiga, se nos divierta, se nos libre de nosotros mismos, dado que íntimamente somos tan pobres, desdichados, vacíos, y que siempre, por una causa u otra, nos agobia alguna pena. Y de ese modo, habiendo demanda, hay producción y se establece la tiranía de la máquina. Y se nos ocurre que la simple industrialización resolverá nuestro problema económico y social. ¿Lo resuelve realmente? Tal vez durante un tiempo; pero con ella llegan las guerras, las revoluciones, la opresión y la explotación, y les llevamos la "civilización" a los pueblos no civilizados.

Bueno, la industrialización y la máquina ya las tenemos, y no podemos deshacernos de ellas. Pero ellas sólo ocupan su verdadero lugar cuando el hombre no depende de las cosas para su felicidad, cuando cultiva la riqueza íntima, los imperecederos tesoros de la realidad suprema. Sin ello, la mera industrialización acarrea inenarrables horrores; acompañada

de los tesoros del alma tiene un sentido. Este no es un problema de tal o cual raza o país; es un problema humano. Sin el poder compensador de la compasión y de la espiritualidad, lo único que obtendréis con el mero acrecentamiento de la producción de cosas, de hechos y de técnica, serán mejores y mayores guerras, opresión en lo económico, mayor rivalidad de las potencias, medios más sutiles de engaño, división y tiranía.

Así como una piedra puede torcer el curso de un río, unos pocos hombres que entiendan de verdad podrán quizá desviar este terrible curso de la especie humana. Pero nos resulta difícil resistir la constante presión de la civilización moderna si no mantenemos nuestra conciencia constantemente despierta y alerta, descubriendo así los tesoros que son imperecederos.

Pregunta: ¿Cree Ud. que la meditación en grupos es ventajosa?

Krishnamurti: ¿Cuál es el propósito de la meditación? ¿El recto pensar no constituye la base para el descubrimiento de lo Supremo? Con el recto pensar surge para nosotros lo incognoscible, lo inconmensurable. Vosotros tenéis que descubrirlo, para lo cual vuestra mente habrá de estar totalmente libre de influencias. Vuestra mente tiene que hallarse silenciosa, en calma, en un estado de vacío creador. Ella debe emanciparse del pasado, de las influencias que limitan; debe cesar de crear valores.

Vosotros sois el individuo y la colectividad; el grupo y los que lo forman; sois el resultado del pasado. Sólo a través del resultado entiéndese todo este proceso. Tenéis, pues, que estudiar y examinar el resultado, que sois vosotros mismos. Para poder observar, hay que ser independiente y no obedecer a influencia alguna; hay que dejar de ser esclavo de la propaganda, sea ella sutil o burda. La influencia del medio ambiente plasma nuestro sentir y pensar; y de esto tenemos también que emanciparnos para descubrir la realidad, lo único capaz de liberarnos. ¡Con cuánta facilidad se nos induce a creer o no creer, a obrar o no obrar! Para eso están los diarios, las revistas, los cines, la radio: para plasmar nuestro pensar y sentir. ¡Cuán escasos son los que escapan a su influencia limitadora!

Tal grupo religioso cree esto, tal otro aquello; su pensar y sentir es imitativo, influenciado, dirigido. Y en esta serie de afirmaciones imitativas, en esta confusión, ¿cómo puede esperarse encontrar lo real? Para entender esta loca confusión, nuestro pensar-sentir debe librarse de la misma y volverse claro, sencillo e imparcial. Para descubrir la suprema realidad, la mente-corazón tiene que sublevarse contra la tiranía del pasado. Tiene que alcanzar la pureza de la soledad. ¡Cuán fácilmente lo colectivo, los conglomerados de hombres, se ven manejados, persuadidos, hipnotizados! El descubrimiento de lo real no es susceptible de organización. Tiene que ser perseguido por cada ser individualmente, libre de influencias y presiones, sin el aliciente de la recompensa ni el

temor al castigo. Cuando la mente cesa de crear, prodúcese la verdadera creación.

Pregunta: ¿La creencia en Dios no es necesaria en este mundo terrible y despiadado?

Krishnamurti: La creencia en Dios ha existido desde que el mundo es mundo, lo que no nos ha impedido llenarlo de horrores. Tanto el salvaje como el sacerdote altamente civilizado creen en Dios. El hombre primitivo mata con arcos y flechas, y se dedica a danzas frenéticas; el sacerdote civilizado bendice los acorazados y los bombarderos, dando para ello una serie de razones. Esto no lo digo cínicamente ni con ánimo despreciativo, de modo que no tenéis por qué sonreír. Es un asunto muy serio. Ambos son creyentes; pero están también los otros, los que no creen en nada, y que también optan por liquidar a los que se les cruzan en el camino. El hecho de adherir a una creencia o a una ideología no acaba con las matanzas, la opresión y la explotación. Por el contrario, ha habido y continúan produciéndose espantosas guerras, destrucción y persecuciones en las que se invoca la causa de la paz y el nombre de Dios. Si logramos hacer de lado esas creencias e ideologías antagónicas, e introducimos en nuestra vida diaria un cambio profundo, habrá alguna probabilidad de que surja un mundo mejor. Es la propia vida cotidiana de cada ser humano que ha provocado la actual y anteriores catástrofes. Nuestro atolondramiento, nuestros exclusivismos nacionales, nuestras barreras

y privilegios económicos, nuestra falta de compasión y de buena voluntad, han traído estas guerras y otros desastres. La mundanalidad, de naturaleza eruptiva, vomitará siempre caos y dolor.

Somos un resultado del pasado, y al edificar sobre él sin entenderlo, provocamos desastres. La mente, que es un resultado, un compuesto, no llega a entender Aquello que no está constituido por fragmentos, que carece de causa y es independiente del tiempo. Para comprender lo increado, la mente debe cesar de crear. Toda creencia pertenece forzosamente al pasado, a lo creado; y ella constituye un impedimento para la experimentación de lo real. Cuando el pensar-sentir está anclado, en estado de dependencia, el entendimiento de lo real resulta imposible. Tiene que haber una franca y serena liberación del pasado, una espontánea inundación de silencio; sólo en tales condiciones puede florecer Aquello que es real. Cuando contempláis una puesta de sol, en ese instante de belleza un júbilo espontáneo y creador os invade. Luego, cuando deseáis que la misma experiencia se repita, la puesta de sol ya no os emociona; tratáis de sentir la misma dicha creadora, pero no la halláis. Vuestra mente fue capaz de recibir cuando nada pedía ni esperaba; pero habiendo recibido una vez, quiere más y esa codicia la enneguece. La codicia es acumulativa y representa una pesada carga para la mente-corazón; no cesa de juntar; de almacenar. Nuestro pensar y sentir se ven corrompidos por la codicia, por las olas corrosivas del recuerdo. Sólo un estado de conciencia alerta y profunda pone fin a este

proceso absorbente del pasado. La codicia, al igual que el placer, siempre limita y singulariza. ¿Y cómo un pensamiento nacido de la codicia habría de entender Aquello que es inconmensurable?

En lugar de reforzar vuestras creencias e ideologías, dáos plena cuenta de vuestro pensar y sentir, pues en él está el origen de los problemas que la vida os presenta. Lo que vosotros soís, lo es el mundo; si soís crueles, sensuales, ignorantes, codiciosos; así será el mundo. Vuestra creencia en Dios, o vuestra incredulidad a su respecto, muy poco significan. Sólo con vuestros pensamientos, sentimientos y acciones, en efecto, haréis del mundo una cosa terrible, cruel, bárbara, o un lugar de paz, de compasión y de sabiduría.

Pregunta: ¿Cuál es la fuente del deseo?

Krishnamurti: La percepción, el contacto, la sensación, la necesidad y la identificación causan el deseo. La fuente del deseo es la sensación, tanto en sus más bajas como en sus más altas formas. Y cuanto mayor sea vuestra exigencia de satisfacción sensual, mayor será la parte de mundanalidad que busque continuidad en el más allá. Dado que la existencia es sensación, debemos simplemente comprender a ésta, no ser sus esclavos; así emanciparemos el pensamiento para que, superándose, se convierta en pura y alerta conciencia. El deseo de ser satisfechos tiene

que producir medios de satisfacción, cueste lo que cueste. Tal exigencia, tal deseo, puede ser observado, estudiado, inteligentemente comprendido y superado. Ser esclavo del deseo es ser ignorante y tornar inevitable el dolor.

Pregunta: ¿No cree Ud. que en el hombre hay un principio de destrucción, independiente de su voluntad de destruir y de su simultáneo deseo de vida? La vida, a su vez, parece ser un proceso de destrucción.

Krishnamurti: En todos nosotros hay una voluntad latente de destruir que se manifiesta en la mala voluntad y en la ira, y que, extendida, conduce a las catástrofes mundiales. En lo íntimo de nuestro ser hay también un deseo de ser razonable y compasivo. De modo, pues, que en nosotros se desarrolla un proceso doble, un conflicto aparentemente sin fin. El que me ha hecho la pregunta desea saber si la vida misma no es tal vez un proceso destructivo. Sí, lo es, si con ello queremos decir que en la negación está la más alta comprensión. Esta negación es la destrucción de los valores que se basan en lo positivo, en el "yo" y en "lo mío". Mientras la vida siga siendo un devenir, una evolución del "yo", siempre encerrada en el pensamiento-sentimiento del "yo" y de "lo mío", será un proceso destructivo, cruel y no crea-

dor. El devenir egoísta, positivo, afirmativo, en última instancia inflige la muerte, lo cual ha quedado claramente de manifiesto en el mundo actual. La vida, vivida positivamente bajo el signo del "yo" y de "lo mío", es destructora y engendra conflictos. Cuando se pone término a este positivo y agresivo querer o no querer, surge la clara conciencia del temor, de la muerte, de la nada. Pero si el pensamiento puede ir más allá y superar, elevándose, ese temor, halla ante sí la realidad suprema.

Junio 18 de 1944.

VII

He intentado explicar, en mis últimas conferencias, cómo se cultiva el recto pensar, cómo es que el recto pensar nos llega con el conocimiento propio. Cuando más déis cuenta de vuestro pensar y sentir, más independientes seréis; y cuantas menos identificaciones hagáis, mayor será vuestro conocimiento propio. Es este conocimiento propio lo que disuelve la ignorancia y el dolor; entendiendo el "yo", surge a la existencia el recto pensar.

La virtud, como lo he explicado, consiste en emancipar del deseo nuestros pensamientos; y para emancipar el pensamiento es preciso que haya sinceridad. La dependencia destruye el amor. El deseo tiene por fuerza que crear apego, afán de posesión, los que a su vez engendran celos, envidia y todos esos conflictos que nos son tan familiares. Donde hay dependencia y apego, no hay amor.

Entendiendo la vida de relación, descubrimos que la causa de las perturbaciones y del sufrimiento residen en el hecho de depender de otro para nuestro íntimo sustento y felicidad. Los vínculos humanos conviértense así en meros medios de autosatisfacción,

lo cual engendra el apego y el temor. La vida de relación es un proceso de autorrevelación; es un espejo en el que comenzamos a descubrirnos a nosotros mismos, nuestras tendencias, pretensiones, móviles limitados y egoístas, temores, etc. En la vida de relación, si os mantenéis despiertos y alerta, veréis que vuestro modo de ser quedará a descubierto; y ello trae conflictos y dolor. Pero el hombre sensato ve con buenos ojos este desenmascaramiento de sí mismo que le trae orden y claridad, que emancipa su pensar y sentir de tendencias aisladoras y egocéntricas. La mayoría busca tan sólo comodidad y satisfacciones en la vida de relación; casi ninguno de nosotros desea ser revelado a sí mismo tal cual es, ni estudiarse objetivamente, de modo que la vida de relación se vuelve fastidiosa y nos incita a buscar escapatorias. Buscamos la paz en la vida de relación, y si no la encontramos introducimos en ella algunos cambios que nos satisfagan hasta hallar lo que buscamos: una lánguida comodidad o ciertas distracciones que logren resarcirnos de nuestra vaciedad y dolorosos temores. Pero la vida de relación será siempre penosa, una lucha constante, hasta que de ella surja un profundo y dilatado conocimiento propio. Con el conocimiento propio llega el amor inextinguible.

Entendiendo la vida de relación y la causa de nuestra dependencia, no engendramos enemistad; y esto tiene primordial importancia. La causa de la enemistad entre los hombres no puede descubrirse si la vida de relación no es un proceso de autorrevelación. Cuando no hay causa alguna de enemistad, no

existe el amigo ni el enemigo, el perdonador ni el perdonado. La enemistad la causamos con nuestro orgullo: el que nos inspira nuestra posición, nuestro saber, nuestra familia, nuestra capacidad, todo lo cual despierta en los demás envidia y mala voluntad.

El ansia de devenir es el origen del temor; ser, realizar, y por consiguiente depender, engendra el miedo. El estado de impavidez no constituye una negación; no es lo opuesto al miedo. ni tampoco equivale al coraje. Cuando se entiende la causa del miedo, éste cesa; no es que uno se vuelva valiente, pues en todas las formas del devenir está la simiente del temor. Depender de la gente, de las cosas o de las ideas, engendra temor; la dependencia proviene de la ignorancia, de la falta de conocimiento propio, de la pobreza interior. Y el temor, a su vez causa incertidumbre en la mente y el corazón, la cual impide el entendimiento y la comunión de los espíritus. Mediante la alerta y despierta conciencia de sí mismo el hombre empieza a descubrir, y por lo tanto a comprender, la causa del temor; no sólo del temor superficial sino de los temores profundos, causales y acumulativos. El miedo es al mismo tiempo innato y adquirido; está en relación con el pasado. Para librar de él nuestro pensar y sentir, el pasado debe ser entendido a través del presente. El pasado está siempre a la espera para dar nacimiento al presente, el cual se convierte en la memoria identificadora de "lo mío", en el "yo". El "yo" es la raíz de todo temor.

Inhibir o suprimir el miedo no significa superarlo; su causa tiene que ser descubierta por nosotros

mismos, y con ello entendida y disuelta. Cuando adquirimos clara conciencia del deseo y de la dependencia que él engendra, cuando observamos con benevolente desapego sus modalidades y resultados, el temor cede ante el entendimiento. Hay, sin duda alguna, tres etapas en el conocimiento de cada problema. La primera consiste en darnos cuenta de su existencia; luego adquirimos profunda conciencia de su causa, de sus efectos y de su doble proceso; finalmente, para superarlo, el pensador y su pensamiento deben ser experimentados como una unidad.

La mayoría de nosotros es inconsciente, por así decirlo, del temor que yace en el fondo de nuestro ser. Cuando adquirimos conciencia de él nos volvemos aprensivos, le huímos, lo combatimos o lo disimulamos. Pero si logramos evitar todo esto, ante nuestra conciencia constantemente alerta irán surgiendo la causa y los procesos del miedo. Si evitamos la impaciencia y no sentimos la codicia del resultado, la llama de nuestra conciencia despierta y alerta —creadora de entendimiento— disolverá aquella causa y sus procesos en continuo desarrollo. El miedo obedece a una sola causa, pero sus modalidades y expresiones son muchas.

El simple hecho de inhibir y prohibir el miedo no extirpa su causa; sólo produce nuevos factores de perturbación y sufrimiento. Mediante la observación tolerante del temor, dándonos cuenta de todo suceso en que él interviene, le permitimos que se muestre ante nosotros. Siguiéndolo a través de sus movimientos, sin identificación, con delicada imparcialidad,

surge en nosotros el entendimiento creador; y sólo éste disuelve la causa del temor sin desarrollar su opuesto, que es otra forma del mismo temor.

Pregunta: ¿Por qué no hace Ud. frente a los males económicos y sociales, en vez de refugiarse en una actitud mística y oscura?

Krishnamurti: He hecho lo posible por señalar que sólo dando importancia a las cosas primordiales, los problemas secundarios podrán ser entendidos y resueltos. Los males sociales y económicos no podrán remediarse sin comprender qué es lo que los causa. Para entenderlos y de tal modo efectuar un cambio fundamental, tenemos que empezar por comprendernos a nosotros mismos, causantes de esos males. Nosotros, individual y colectivamente, hemos engendrado el desorden, las luchas económicas y sociales. Sólo nosotros somos responsables de todo eso; y es por ello que nosotros mismos, individual y quizá colectivamente, podremos establecer el orden y la claridad. Para actuar colectivamente, tenemos que empezar por la acción individual. Para obrar como agrupación, cada cual tiene que entender y alterar radicalmente dentro de sí mismo aquellas causas que engendran conflictos y constante dolor. Con ayuda de leyes podréis obtener determinados resultados benéficos; pero si no se altera lo que hay en el fondo de todos los males, es decir, las causas fundamentales de todo conflicto y antagonismo, la obra legislativa terminará por ser subvertida y cederá su lugar a un nuevo

desorden. Las reformas meramente externas exigirán nuevas reformas, y por ese camino se llega a la opresión y a la violencia. El orden y la paz creadores y duraderos vendrán tan sólo si cada cual establece la paz y el orden dentro de sí mismo.

Cada uno de nosotros, sea cual sea su posición, busca el propio engrandecimiento; es codicioso, sensual o violento. Si no pone término a eso dentro de sí mismo, las reformas externas podrán, por cierto, dar buenos resultados superficiales; pero éstos, en un momento dado, serán anulados por hombres que andan constantemente en busca de fama, de posición, de poder. Para producir los cambios indispensables y fundamentales en el mundo externo, con sus guerras, rivalidades y tiranías, es evidente que deberéis empezar por vosotros mismos, transformándoos profundamente. Me diréis que en esa forma llevará un tiempo enorme modificar el mundo. ¿Y qué hay con eso? ¿Acaso una revolución superficial, por rápida e implacable que sea, alterará el hecho íntimo? ¿Sacrificando el presente podrá crearse un mundo futuro de felicidad? ¿Empleando malos medios podrán lograrse buenos fines? Esto no se nos ha probado, a pesar de lo cual continuamos haciendo siempre lo mismo, ciegamente, irreflexivamente con el resultado de que el mundo ha llegado a la más extrema destrucción y miseria. No es posible alcanzar la paz y el orden si no es por medios ordenados y pacíficos. ¿El propósito de las revoluciones meramente externas, económicas y sociales, es acaso libertar al hombre ayudándole a pensar y sentir plenamente, a vivir de

un modo completo? Los que quieren cambios rápidos, inmediatos, en el orden económico y social, también crean normas rígidas de conducta y de pensamiento. No aspiran a que se sepa "cómo pensar"; dictan "lo que hay que pensar". ¿No es así? El cambio brusco defrauda, pues, su propio objetivo, y el hombre vuelve a ser juguete del medio ambiente.

He tratado de explicar en estas conferencias que la ignorancia, la mala voluntad y la concupiscencia engendran dolor, y que si el hombre no se purifica, no elimina de su ser esos estorbos, inevitablemente produce conflictos, desorden y miseria. La ignorancia, es decir, la falta de conocimiento propio, es el mayor de los males. La ignorancia impide el recto pensar y pone el principal acento en cosas que son secundarias, con lo cual la vida se torna vacía, monótona, mera rutina mecánica de la que buscamos salida en diversas formas: arrojándonos al dogma, a la especulación y a una serie de engañosos espejismos. Nada de eso es misticismo. Pero si procuramos entender el mundo externo, alcanzaremos el mundo interior; y éste, cuando se lo busca acertadamente y se lo entiende de verdad, conduce a lo Supremo. Esta realización no es fruto de ninguna escapatoria, y sólo esta realización traerá orden y paz al mundo.

El mundo se ha sumido en el caos porque nosotros hemos perseguido valores falsos. Hemos dado importancia a lo terrenal, a la sensualidad, a la gloria y a la inmortalidad personales, cosas todas que engendran conflictos y dolor. El verdadero valor se halla en el recto pensar; y no hay recto pensar sin

conocimiento propio. El conocimiento propio nos llega cuando adquirimos clara y alerta conciencia de nosotros mismos.

Pregunta: ¿No cree Ud. que hay naciones agresivas y naciones amantes de la paz?

Krishnamurti: No lo creo. El término "nación" es en sí mismo separativo, exclusivo, y por lo tanto causa de disputas y de guerras. No hay nación amante de la paz; todas son agresivas, dominadoras, tiránicas. Mientras cualquiera de ellas siga constituyendo una unidad separada de otras, orgullosa de su segregación, de su patriotismo, de su raza, engendrará incontables males para sí misma y para las demás. No se puede lograr la paz manteniendo exclusivismos nacionales. No se puede mantener fronteras nacionales y raciales, sociales y económicas, sin provocar celos y enemistades, temores y sospechas. No es posible vivir en la abundancia cuando otros se mueren de hambre, sin incitar a la violencia. La verdad es que no hay tal separación: todos somos seres humanos, y nada más. Vuestro dolor es el dolor de los demás; matando a otros os matáis a vosotros mismos; odiando a los demás vosotros mismos padecéis. Vosotros en efecto, sois "los otros". A la buena voluntad y al espíritu fraterno no se llega mediante nacionalidades y fronteras excluyentes y separadas; hay que prescindir de ellas para llevar la paz y la esperanza a la especie humana.

Además; ¿por qué os identificáis con determinada nación, grupo o ideología? ¿Ello no es acaso fomentar vuestro pequeño "yo", alimentar vuestras vanidades mezquinas y homicidas, sustentar vuestra gloria egoísta? ¿Por qué ha de enorgullecernos este "yo" que produce guerras y miseria, conflictos y desorden? Toda nación es la magnificación, la glorificación del "yo", y por lo mismo una fuente de luchas y de dolor.

Pregunta: Me siento muy atraído por todo lo sexual, que sin embargo me inspira temor. Cuando este problema se vuelve para nosotros un tormento, ¿cómo habremos de resolverlo?

Krishnamurti: El sexo se ha vuelto un problema agotador porque hemos dejado de ser creadores. Intelectual y moralmente, nos hemos convertido en meras máquinas de imitar. En lo religioso, lo único que hacemos es copiar, aceptar autoridades que obran sobre nosotros como narcóticos. Nuestra educación nos torna estrechos. Nuestra sociedad, con sus luchas y rivalidades, nos consume. El cinematógrafo, la radio, los periódicos, nos dicen continuamente lo que tenemos que pensar, nos estimulan en un sentido falso y sensual. Buscamos el ruido incesante, y él nos alimenta. Encontramos, pues, alivio en lo sexual, que se convierte en torturante problema.

Mediante la conciencia alerta y despierta de uno mismo, entra en la zona luminosa del entendimiento el hábito mental de repetir, que confundimos con el

proceso de pensar. Observándolo, examinándolo con benevolente desapego, suspendiendo todo juicio al respecto, empezaremos a despertar el entendimiento creador. En esto consiste el proceso de desligar nuestro pensamiento-sentimiento de todos los estorbos y limitaciones. Y una vez que dicho proceso sea en nosotros plenamente consciente, todos nuestros problemas, triviales y complejos, pueden serle sometidos, extrayéndose de él un entendimiento creador. Hay que comprender bien esto: la negativa o la aceptación, el juicio o la comparación —y todo ello implica identificación— impide el pleno florecimiento del pensar-sentir. Si no identificáis, seguid hasta el final vuestro pensamiento-sentimiento mientras fluye, entendedlo y sentidlo tan extensa y profundamente como os sea posible dándoos así cuenta de todo lo que él implica en esencia. De ese modo la mente estrecha, encerrada en sí misma, rompe las limitaciones y obstáculos que ella misma se había impuesto. Y este proceso de clarificación provoca en nosotros un júbilo íntimo y creador.

Resolved del mismo modo el problema sexual. Como ya lo he dicho, la mera inhibición o represión no resuelve el problema sino que obra como nuevo factor de excitación, de perturbación, fortaleciendo el proceso limitador del "yo" y de "lo mío". Dáos cuenta del problema tan extensa y hondamente como os sea posible, con lo que descubriréis su causa. No os identificuéis con dicha causa juzgándola o comparándola, condenándola o aceptándola. Observadla expresarse de muchos modos diferentes; seguidla hasta el final, pen-

sad acabadamente a su respecto, sentidla inteligentemente, con tolerante desapego. En esta conciencia despierta y amplificada, el problema queda resuelto y superado.

Hay una diferencia entre dominar la sensualidad, y el estado de no sensualidad. En dicho estado, el pensamiento-sentimiento deja de ser esclavo de los sentidos, mientras que dominar significa volver a ser dominado. La conciencia despierta y alerta, de la que nace el entendimiento creador, libra nuestro pensar-sentir de toda concepiscencia; pero hallarle a ésta substitutos significa seguir siendo sensual. No hay otro modo de escapar al conflicto y el dolor que el recto pensar. La conciencia despierta y alerta nos lleva a descubrir las modalidades del "yo"; y es este descubrimiento creador lo que nos trae la libertad. El amor es casto, pero una mente no lo es por el mero hecho de conspirar para serlo.

Pregunta: ¿No cree Ud. que en la vida hay un principio de destrucción, una ciega voluntad totalmente independiente del hombre; siempre latente, lista para manifestarse en actos y que jamás puede ser superada?

Krishnamurti: Sabemos, ciertamente que dentro de nosotros hay dos capacidades opuestas: la de destruir y la de crear, la de ser buenos y la de ser nocivos. Ahora bien, ¿son ellas independientes la una de la otra? ¿La voluntad de destruir está separada de la voluntad de vivir, o esta voluntad de

vivir, de devenir, es en sí misma un proceso de destrucción? ¿Qué es lo que nos lleva a destruir? ¿Qué es lo que nos torna iracundos, ignorantes, brutales? ¿Qué es lo que nos induce a matar, a vengarnos, a engañar? ¿Es una voluntad ciega, algo sobre lo cual no tenemos dominio alguno —llamémosle “el diablo”— y que constituye una fuerza independiente para el mal, o es una ignorancia invencible? ¿El instinto destructor es insubstancial, o responde a una más honda exigencia de vida, de ser, de devenir? ¿Esta reacción no podrá nunca ser superada, o se la puede sujetar para examinarla y de ese modo comprenderla? Sujetar, contener una reacción, es posible. ¿Pero hay acaso algún punto ciego que no consiente ser examinado, algún resultado de la herencia, algo innato que ha condicionado nuestro pensamiento hasta el extremo de tornarnos incapaces de observarlo? Por ello solemos creer que existe un poder de destrucción, una fuerza para el mal que no puede ser superada.

No hay duda de que todo lo que ha sido creado, constituido, puede ser entendido por quienes lo han creado. Este doble proceso del bien y del mal está en nosotros para crear y para destruir. Nosotros lo hemos creado, de modo que nosotros podemos comprenderlo; más para ello debemos poseer la facultad de imparcial observación de nosotros mismos, la cual requiere un estado de conciencia grandemente alerta, despierta y flexible. También solemos decir que en nosotros existe el mal en estado latente, un poder que en sí mismo es destructor. Aunque seamos afe-ctuosos, generosos, compasivos, este poder, al igual

que un terremoto, sería totalmente impersonal y tendería a manifestarse brusca y violentamente a través de nosotros.

¿Es ello realmente así? ¿Nosotros no podríamos, entendiéndonos a nosotros mismos, entender las fuerzas que en nosotros existen para destruir y para crear? Si nos es dado empezar por disipar la confusión que existe en la capa superficial de nuestra mente consciente, en ella se proyectarán luego, una vez despejada y clara, las capas más profundas de la conciencia con todo su contenido. Esta clarificación de la capa superficial se produce cuando el pensamiento-sentimiento se mantiene apartado, sin identificarse con nada, capacitándose en esa forma para observar sin comparar ni juzgar. Sólo entonces puede la mente consciente descubrir lo que es verdadero. Podréis así verificar por vosotros mismos si en vosotros hay o no algún elemento que escape totalmente a vuestro control, algún elemento de destrucción. Entonces descubriréis si él es un resultado de la limitación, si se trata de la ignorancia, o si, por último es algún punto ciego o alguna maligna fuerza independiente, imposible de controlar. Sólo cuando podáis descubrir si es lo uno o lo otro, seréis capaces de superar ese elemento de destrucción.

Cuando más os comprendéis a vosotros mismos y así lleguéis al recto pensar, tanto menos comprobareis en vosotros la presencia de influencia o tendencia alguna que no podáis superar. Y en el curso de este proceso hallaréis el éxtasis que trae consigo el entendimiento, la sabiduría. No es la fe ni la esperan-

za de los tontos. Entendiéndonos a nosotros mismos completamente y creando así la facultad de penetrar en lo más hondo de nuestro ser, hallaremos que no hay nada susceptible de escapar al examen y a la comprensión. De este conocimiento propio emana el entendimiento creador. No entiéndonos a nosotros mismos, en cambio, vivimos hundidos en la ignorancia. Lo que el pensamiento ha creado, el pensamiento puede superar.

Pregunta: ¿Por qué hay en el mundo tanta gente insana, desequilibrada?

Krishnamurti: ¿En qué consiste esta "civilización" que hemos construido? Es una civilización surgida del deseo de los hombres y cuyo factor dominante es la satisfacción de los sentidos. Y habiendo producido un mundo en el que imperan los valores sensuales, es natural que las sensibilidades creadoras hayan sido destruidas, deformadas u obstruidas. Los valores de los sentidos no conducen a ninguna liberación. Es por ello que los seres humanos recurren consciente o inconscientemente a la creación de espejismos diversos, lo cual conduce a la división y al aislamiento. A menos que los valores mundanos cedan ante los valores eternos continuarán los espejismos y las luchas, el desorden y la guerra. Para efectuar un cambio radical de valores, el hombre debe tornarse reflexivo y desechar constantemente, con alerta conciencia y conocimiento propio, los valores vinculados al "yo" y al deseo.

Pregunta: Yo me siento terriblemente solo. No logro zafarme de esta angustiada situación. ¿Qué debo hacer?

Krishnamurti: Este no es únicamente un problema individual; el pensamiento humano en su totalidad se siente solo. Si esto pudiéramos entenderlo a fondo, sentirlo íntimamente, seríamos capaces de superarlo. Como ya lo he explicado, el deseo hace surgir en nosotros un proceso doble. Nacen así el "yo" y el "no yo", "mi" trabajo, "mis" realizaciones y tantas otras cosas. Habiéndose creado en nosotros, por obra del deseo, este proceso y este conflicto del "yo" y del "no yo", su consecuencia natural es el aislamiento, la soledad más completa. Si en la vida activa y de relación predomina un pensar y sentir egocéntrico, éste tiene por fuerza que erigir en torno nuestro muros aisladores que nos traen intensa soledad y tristeza.

El deseo engendra temores; y éstos son la causa de la dependencia en que nos hallamos frente a las cosas, la gente y las ideas. Cuanto mayor sea nuestra dependencia, mayor será nuestra pobreza interior. Cuando os dáis cuenta de esta pobreza, de esta triste soledad, tratáis de llenar el vacío enriqueciéndoos mediante el saber o la actividad, las diversiones o el misterio. Cuanto más procuréis llenar o disimular el vacío interior, más profundamente se enterrará la causa real de vuestra soledad. El "yo" es insaciable, y no hay modo de satisfacerlo. Es como un recipiente roto, sin fondo, que resulta imposible de llenar.

Cuando os déis cuenta de que el pensamiento-sentimiento crea su propia esclavitud y dependencia, con lo cual produce el aislamiento; cuando os resulte claro que el cultivar valores sensuales trae inevitablemente pobreza interior, de esta conciencia despierta, de esta expandida y meditativa comprensión, surgirá el descubrimiento de un imperecedero tesoro. Si este estado de conciencia constantemente despierta logra desarrollarse en el recto sentido y adquirir creciente profundidad y amplitud, de él surgirá la serenidad y la dicha de la suprema sabiduría.

Junio 25 de 1944.

VIII

En las últimas conferencias hemos debatido el problema de cómo desarrollar la facultad mediante la cual se descubre lo que es verdadero, y en la cual tan sólo se halla la paz creadora y la serenidad. Esta facultad, como lo he explicado, ha de desarrollarse mediante el recto pensar, que no es sinónimo de recto pensamiento condicionado. Cuando nos tornamos plenamente conscientes, nos encontramos con el conflicto de la dualidad, el cual, si nuestra comprensión no es profunda, determina esfuerzos en dirección errada. El recto esfuerzo consiste en que nuestro pensar y sentir se libre del conflicto entre mérito y demérito, devenir y no devenir. Para desarrollar la percepción de la verdad tiene que haber sinceridad, integridad de entendimiento, lo que sólo se consigue con la humildad. Como ya lo he dicho, la virtud no consiste en desarrollar buenas condiciones de carácter, ya que tal cosa equivale a cultivar los opuestos y por lo tanto a conducir el esfuerzo por un mal camino. Sólo emancipando del deseo nuestro pensar y sentir surge la virtud.

Hemos debatido también, en parte, lo que se refiere a la vida de relación, la dependencia, el temor y el amor; y cómo habremos de emancipar nuestro pensamiento-sentimiento del temor y de la dependencia, que corrompen el amor.

Dije que hoy trataríamos de comprender en qué consiste la vida sencilla, pura. La vida pura y sencilla es estar libre de espíritu adquisitivo, de apegos y de distracción. Para emanciparnos del espíritu adquisitivo tenemos por cierto que entender la causa que en nosotros provoca el conflicto de la codicia y la envidia. Cuanto más adquirimos, mayor es nuestra demanda de nuevas posesiones; y el mero hecho de negar, es decir, de afirmar que ya no queremos adquirir nada, en modo alguno puede resolver el problema de la codicia y de la envidia. Si, por el contrario, nos limitamos a observar nuestra codicia, si tenemos clara noción del proceso de la adquisición y de la envidia en los diferentes niveles de nuestra conciencia, empezamos a comprender el profundo significado del mismo con todo lo que él implica en lo económico, en lo social y en nuestro fuero íntimo. El estado de conflicto adquisitivo, de rivalidad en el afán de poseer, no conduce a la vida pura y sencilla que es esencial para entender lo real. Mas si os dáis cuenta del espíritu de adquisición que hay en vosotros, y de los problemas a que da origen, comenzaréis a percibir con amplitud lo que él involucra en el fondo. No se trata, evidentemente, de colocaros en pugna con dicho espíritu, pues con ello os pondríais desarrollar la cua-

lidad opuesta del desprendimiento y revelaríais otra forma de codicia.

Comprenderéis gradualmente que una mente prisionera de la codicia y de la envidia no puede experimentar la beatitud de la Verdad. Una mente propensa a competir, enredada en los conflictos del devenir, y que piensa en términos de comparación, es incapaz de descubrir Aquello que es real. Sólo un pensar-sentir intensamente despierto y alerta vive el proceso de un constante autodescubrimiento, el cual, siendo verdadero, es creador y libertador. El autodescubrimiento nos libra del espíritu adquisitivo y de la complicada vida del intelecto. Es esta vida compleja del intelecto, la que encuentra satisfacción en las diversas modalidades del apego: curiosidad destructiva, especulación, mero conocimiento, capacidad, chismografía, etc. Trátase de estorbos que tornan imposible una vida sencilla y pura. Una especialización, el apego a algo en particular, da sagacidad a la mente y es un medio de concentrar el pensamiento, pero no es para nuestro pensar y sentir el florecimiento en la suprema realidad.

Librarnos de la distracción es más difícil, puesto que no entendemos plenamente el proceso del pensamiento-sentimiento, que de por sí se ha convertido en medio de distracción. Siendo siempre incompleto, capaz de curiosidad y formulación especulativas, posee el poder de crearse sus propios estorbos e ilusiones que impiden percibir la realidad. Nuestro pensar-sentir llega de ese modo a ser su propia distracción, su propio enemigo. Y como la mente es capaz de

engendrar ilusión, este poder habrá de ser entendido antes de que ella pueda verse totalmente libre de las distracciones que se crea. La mente tiene que quedarse enteramente quieta, silenciosa, ya que todo pensamiento viene a ser una distracción. El deseo es el factor de deformación. ¿Cómo una mente que cede a los espejismos puede llegar a conocer lo profundamente simple, lo real? Hasta que el deseo en sus múltiples formas sea entendido y superado, no es posible sentir la dicha de la vida interior, pura, sencilla y plena. Si comenzáis a daros cuenta de las distracciones externas y llegáis a través de ellas hasta su origen que es íntimo, vuestro pensar y sentir —convertido en el medio de su propia evasión, en la causa de su propia ignorancia— podrá zafarse de su maraña de distracciones. De las distracciones externas: posesiones, vinculaciones, diversiones, placeres, apegos, tenemos que tener clara y alerta conciencia para poder descubrir las distracciones íntimas: evasiones, conocimientos, especulaciones, creencias autoprotectoras, recuerdos, etc. Cuando conocemos a ciencia cierta las distracciones externas y las íntimas, surge en nosotros un entendimiento profundo; y sólo entonces nos resulta natural y fácil dejarlas atrás. Disciplinar forzosamente el pensamiento para que no se distraiga, impide entender la naturaleza y la causa de la distracción; y es por ello que la disciplina se convierte a su vez en una escapatoria, en un medio de distracción.

La vida pura y sencilla no consiste en poseer muy pocas cosas sino en estar libre del afán de poseer y

de no poseer, en esa indiferencia hacia las cosas que proviene del entendimiento profundo. El mero hecho de renunciar a tales o cuales bienes con el fin de alcanzar mayor felicidad, satisfacciones más nobles que se nos prometen, es buscar una recompensa; y esto limita el pensamiento, le impide que florezca y que descubra la suprema realidad. Dominar nuestro pensar y sentir para lograr algún premio o un resultado más halagüeño, es tornarlo mezquino, ignorante, lastimoso. La pureza del vivir viene con la riqueza interior, con la íntima liberación del deseo, del afán adquisitivo, del apego y de la distracción.

Alcanzada esta pureza y sencillez de vida, se llega a esa firme determinación que no es un resultado de la absorción egocéntrica sino de una conciencia expandida, alerta, y del entendimiento meditativo. La vida pura y sencilla no es el resultado de circunstancias externas; el contentarse con poco revela la riqueza del entendimiento íntimo. Si dependéis de las circunstancias para estar satisfechos de la vida, engendraréis miseria y caos porque entonces soís meros juguetes del ambiente; y es sólo cuando las circunstancias se ven superadas por el entendimiento que surgen el orden y la claridad. Tener constante y clara noción de nuestro proceso adquisitivo, del de nuestro apego y distracción, permite emanciparnos de ellos. Y en esa liberación está la vida pura y verdadera.

Pregunta: Mi hijo fue muerto en la guerra. Tengo otro hijo de doce años y no quiero perderlo a él

también en una nueva guerra. ¿Cómo se la podrá evitar?

Krishnamurti: Estoy seguro de que esta misma pregunta ha de hacerla toda madre y todo padre a través del mundo. Es un problema universal. Y yo me pregunto, a mi vez, qué precio los padres estarán dispuestos a pagar para impedir otra guerra, para evitar que sus hijos sean asesinados, para impedir estas aterradoras matanzas de hombres; qué quieren exactamente decir cuando afirman que aman a sus hijos, que la guerra debe ser evitada, que tiene que haber fraternidad, que hay que encontrar algún medio de poner fin a todas las guerras.

Para crear nuevas formas de vida tendrá que operarse un cambio revolucionario en nuestro pensar y sentir. Habrá otra gran guerra., forzosamente la habrá, si continuamos pensando en términos de nacionalidades, de prejuicios raciales, de fronteras económicas y sociales. Si cada uno de nosotros considera realmente en el fondo de su corazón, lo que hay que hacer para impedir una nueva guerra, verá que tiene que dejar de lado toda idea de nacionalidad, la religión particular a que pertenezca, su codicia y su ambición. Si esto no se lleva a efecto, habrá una nueva guerra, pues estos prejuicios y el pertenecer a tal o cual religión son tan sólo expresiones externas de la ignorancia, del egoísmo, de la mala voluntad y del sensualismo de los hombres.

Me responderéis, sin duda, que tomará demasiado tiempo la transformación de cada uno de vosotros y

el convencer a todos vuestros semejantes en el mismo sentido; que la sociedad no está preparada para acoger esta idea; que a los políticos no les interesa; que los dirigentes son incapaces de concebir un gobierno o Estado mundial sin soberanías separadas. Diréis probablemente que sólo un proceso evolutivo producirá gradualmente el cambio necesario. Si le respondiéseis de ese modo a un padre cuyo hijo está destinado a morir en una nueva conflagración, y si él quiere realmente a su hijo, ¿creéis que hallaría alguna esperanza en este proceso evolutivo gradual? Lo que quiere es salvar a su hijo, y por eso pregunta cuál es el medio más seguro de terminar con todas las guerras. No podrá quedar satisfecho con vuestra teoría de la evolución gradual. ¿Esta teoría evolucionista de la paz progresiva es verdadera, o la hemos inventado para racionalizar nuestra pereza, la tendencia egoísta de nuestro pensar y sentir? ¿No es acaso una teoría incompleta, y por lo tanto falsa? Se nos ocurre que tenemos que atravesar todas las etapas: la familia, el grupo, la nación, la sociedad internacional, para alcanzar tan sólo en última instancia la paz. En ello hay una tentativa de justificar nuestro egoísmo y estrechez de miras, nuestro fanatismo y nuestros prejuicios, en vez de eliminar resueltamente el peligro que nos acecha, inventamos una teoría del desarrollo progresivo y a ella le sacrificamos la felicidad de los demás y de nosotros mismos. Si aplicamos nuestra mente y corazón, empero, a curar la enfermedad mortal de la ignorancia, y del egoísmo, crearemos un mundo sano y feliz.

No tenemos que pensar y sentir horizontalmente, por así decirlo, sino verticalmente. Veamos lo que ello significa. Hasta ahora, y con la idea de que eventualmente se llegará a un paraíso sobre la tierra, nuestro pensamiento ha concebido un proceso gradual de evolución, de lento esclarecimiento a través del tiempo, siguiendo una corriente de conflictos y miserias sin fin de asesinatos en masa y de treguas llamadas "paz". ¿Por qué, en vez de pensar y sentir a lo largo de esos senderos horizontales, no habríamos de pensar verticalmente? ¿No podríamos zafarnos de la continuación horizontal del desorden y las luchas, y pensar-sentir de nuevo, alejándonos de todo eso, sin el sentido del tiempo, es decir, verticalmente? Dejando de pensar en términos de evolución, lo cual tiende a racionalizar nuestra pereza y continua postergación, ¿no podríamos pensar y sentir directamente, simplemente? El amor de una madre la lleva a pensar y sentir directa y simplemente, pero su egoísmo, su orgullo nacional y otros factores contribuyen a que piense y sienta horizontalmente, en términos de evolución gradual.

El presente es lo eterno; ni el pasado ni el futuro pueden revelarlo. Sólo a través del presente se realiza Aquello que es independiente del tiempo. Si deseáis realmente salvar de otra guerra a vuestros hijos, y por consiguiente a la humanidad, habréis de pagar el precio que corresponde: dejar de ser codiciosos y mundanos, y no tener mala voluntad hacia ningún ser. La concupiscencia, la mala voluntad y la ignorancia, en efecto, engendran conflictos, desorden y

antagonismos; nutren el nacionalismo, el orgullo y la tiranía de la máquina. Sólo si estáis dispuestos a libraros de la sensualidad, de la mala voluntad y de la ignorancia, salvaréis a vuestros hijos de una nueva guerra. Para lograr la felicidad del mundo, para poner término a estos asesinatos en masa, tiene que producirse una completa revolución en los espíritus. Ella nos traerá una nueva moral que no se basará en valores sensuales sino en la liberación de toda sensualidad, mundanidad y ansia de inmortalidad personal.

Pregunta: Nos ha hablado Ud. de conciencia despierta y meditativa, pero nunca de oraciones. ¿Es Ud. contrario a la oración?

Krishnamurti: En la oposición no hay entendimiento. La mayoría de nosotros tiene afición a la plegaria, a pedirle algo a Dios; y este modo de orar cultiva y fortalece la dualidad de observador y observado, que son en realidad un fenómeno conjunto. Sólo cuando cesa esta dualidad realizase el todo. Por mucho que supliquéis y pidáis, la respuesta estará siempre en consonancia con la demanda, es decir, no estará en la esfera de lo real. La respuesta a un deseo está en el deseo mismo. Sólo cuando la mente se halla absolutamente quieta, totalmente silenciosa, surge ante ella el todo, lo eterno.

Hace algún tiempo me encontré con alguien que había estado rogando a Dios. Uno de sus pedidos consistía en un refrigerador. Os ruego que no riáis. Y no

sólo pudo conseguir un refrigerador sino que además adquirió una casa, de modo que, habiendo surtido efecto sus plegarias, Dios era para él —así lo afirmaba— una realidad.

Cuando pidáis, recibiréis; pero os costará caro. Según sean vuestros pedidos, se os responderá... pero, ¿a qué precio? La codicia responde a la codicia. Cuando pidáis movidos por la necesidad, por la codicia, por el miedo, obtendréis la correspondiente respuesta, pero el precio que en definitiva pagaréis consistirá en una serie de luchas, miserias y guerras. Los siglos de permanente codicia, crueldades, mala voluntad e ignorancia se os manifiestan cuando los invocáis. Dedicarse, pues, a la oración sin entendimiento ni conocimiento propio, resulta desastroso. La conciencia despierta y meditativa de que os he hablado es la consecuencia del conocimiento propio, en el cual únicamente, está el recto pensar; y éste es lo que libra a la mente-corazón del proceso doble por el cual hay un observador y un observado, que son un fenómeno conjunto, hechos correlativos. El observador está siempre condicionando al observado; y es sumamente difícil colocarse por encima de ambos, más allá y por encima de lo creado. El pensador y su pensamiento deben cesar para que lo Eterno sea.

En mis conferencias he procurado explicar cómo se disipa la confusión existente entre el observador y lo observado, el pensador y su pensamiento, mediante el conocimiento propio y el recto pensar. Sin esta clarificación del "yo", en efecto, el observador no cesa de condicionar lo observado y por lo tanto queda

preso al no poder transponer los límites de sí mismo. Se enreda en su propio engaño. Para lograr la realización de lo increado, de Aquello que no ha sido constituido, nuestro pensar-sentir tiene que superar lo creado, el resultado, el "yo"; tiene que dejar de pedir, de adquirir, de permitir que forma alguna de ritualismo o de recuerdo lo distraiga. Si esto lo experimentáis, descubriréis cuán extremadamente difícil es para el pensamiento emanciparse en absoluto de sus propias creaciones. Pero sólo cuando él se halle libre hasta ese extremo, sólo cuando observador y observado hayan cesado, surge lo Inconmensurable.

Pregunta: He estado haciendo anotaciones, como Ud. nos insinuó. Encuentro que no puedo ir más allá de los pensamientos triviales. ¿Es porque la mente consciente rehusa reconocer los deseos y exigencias subconscientes, encerrándose en una actitud de obstrucción?

Krishnamurti: Yo insinué que, para disminuir la velocidad de la mente con el fin de examinar el proceso de vuestro pensar-sentir, deberíais anotar todos vuestros pensamientos y sentimientos. Si uno desea entender, por ejemplo, el funcionamiento de una máquina que gira a gran velocidad, tiene que frenarla un poco, no pararla del todo, pues en tal caso se convierte en cosa inerte. Para estudiar su estructura, su movimiento, hay que hacerla girar con lentitud. Del mismo modo, si deseamos entender nuestra mente, debemos imprimir lentitud a nuestro pensar, no de-

tenerlo: es preciso poder seguirlo sin dificultad en todo su curso. Para hacer esto, indiqué que anotáseis todos vuestros pensamientos y sentimientos. Es claro que no se los puede anotar a todos sin excepción, dado que son tan numerosos; pero bastará que escribáis algo diariamente para que empecéis bien pronto a conocerlos. Empezaréis a daros cuenta de que en vuestra conciencia hay muchas capas y sectores diversos, conectados los unos con los otros. Esta percepción es bastante difícil, pero si deseáis llegar lejos tendréis que comenzar por lo que está cerca.

Ahora bien, el que me ha hecho la pregunta encuentra que sus pensamientos son triviales y que no puede ir más allá. Quiere saber si esa trivialidad es el resultado de una evasión, de que no surgen a la superficie los deseos y exigencias más profundos del ser. Lo es, en parte; pero ocurre también que nuestros pensamientos y sentimientos son de por sí mezquinos, triviales, pequeños. La raíz del entendimiento está en la comprensión, precisamente, de lo pequeño y lo trivial. Sin entender lo pequeño, nuestro pensar y sentir no puede ir más allá de sí mismo. Es preciso que os déis cuenta de que hay en vosotros trivialidades, estrechez mental, prejuicios, para poder comprenderlos; y esa comprensión sólo es posible cuando hay humildad, cuando no se juzga ni se compara, cuando no se acepta ni se niega. Así comienza la sabiduría. Casi todo nuestro pensar-sentir es trivial. ¿Por qué no reconocer y entender su causa: el "yo", resultado a su vez de la ignorancia, vasta y mezquina? Del mismo modo que, siguiendo una angosta veta, se

puede llegar hasta una gran riqueza oculta, si seguimos, pensamos y sentimos acabadamente lo trivial podremos descubrir profundos tesoros. Lo pequeño podrá ocultar lo profundo, pero tenéis que seguirlo. Lo trivial, si lo estudiáis, contiene la promesa de algo que está más allá. No lo desechéis; adquirid plena conciencia de **todo** pensamiento-sentimiento, pues ninguno carece de significación.

Las obstrucciones podrán producirse ya sea porque la mente consciente no quiere responder a los requerimientos profundos —y ello quizá exigirá una línea de conducta diferente, y por lo mismo acarreará perturbaciones y dolor— o bien porque es incapaz de pensar y sentir más amplia y profundamente. Si se trata de falta de capacidad, sólo podréis crearla mediante la persistencia de un estado de conciencia alerta, y también investigando, observando, estudiando.

Yo os insinué que anotárais todo pensamiento-sentimiento como medio de cultivar ese estado de conciencia expandida, comprensiva que es bien diferente, sin duda, de la concentración exclusivista y de la que representa un aislamiento egocéntrico. Ese estado de conciencia despierta, alerta y expandida se alcanza con el entendimiento, no mediante el juicio, la comparación, la negativa o la aceptación.

Pregunta: ¿Qué garantía puedo tener de qué en mí se desarrollará la nueva facultad a que Ud. se ha referido?

Krishnamurti: Mucho me temo que ninguna. Esto, evidentemente, no es una inversión de dinero. Si lo que buscáis es la certeza, hallaréis la muerte; pero si os sentís inseguros y os ponéis a explorar con espíritu de aventura, podréis descubrir Aquello que es real. Deseamos que se nos garantice, queremos estar seguros del resultado aun desde antes de intentar nada; es que somos perezosos y atolondrados. y lo menos que deseamos es emprender el largo viaje del autodescubrimiento. No nos aplicamos; queremos que se nos asegure la iluminación a cambio de nuestro esfuerzo. Esto indica, de parte nuestra. afán de seguridad en la posesión. Pero en la seguridad no reside el descubrimiento de Aquello que es real; la búsqueda de seguridad es afán de proteger el "yo" y en el "yo" sólo cabe la ignorancia y el dolor. Para entender y descubrir lo real, es preciso abandonar el "yo" tiene que haber comprensión negativa para llegar a Aquello que está más allá de las astutas maquinaciones del "yo" Lo que se descubre buscando el conocimiento propio, es verdadero; y es esta verdad lo único creador y libertador, no mi garantía de que alcanzaréis la liberación, cosa que sería el mayor absurdo. Vivimos en medio del conflicto, de la confusión, del dolor; y es este sufrimiento, no la promesa de recompensa alguna, que habrá de constituir la fuerza motriz para haceros buscar, investigar y descubrir Aquello que es real. Esta investigación debe ser realizada por cada uno de nosotros, y el conocimiento propio habrá de cultivarse manteniendo la conciencia constantemente alerta. El recto pensar pro-

viene del conocimiento propio, que es lo único que trae paz y entendimiento. La codicia nos aleja del fin perseguido.

Pregunta: ¿Está mal tener un Maestro, un instructor espiritual en otro plano de existencia?

Krishnamurti: Esta misma pregunta la he contestado en diversas oportunidades, habiéndome sido formulada en términos algo diferentes cada vez; pero parece que muy pocos son los que desean comprender. Es difícil prescindir de las supersticiones, ya que la mente las crea y se transforma en su esclavo.

¡Cuán difícil es descubrir qué hay de verdad en lo que uno lee, en lo que uno piensa y en las relaciones que mantiene! Prejuicios, tendencias y limitaciones dictan nuestra opción; pero todo ello debe ser hecho a un lado para descubrir la verdad. La mente tiene que desechar los pensamientos estrechos que la restringen. Descubrir lo que es verdadero en nuestros actos, pensamientos y sentimientos, es sumamente difícil; ¡y cuánto más no ha de serlo discernir lo que pueda haber de verdadero en un mundo que suponemos espiritual! Si necesitamos un instructor, un "gurú", bastante arduo resulta hallarlo de carne y hueso, de lo cual puede deducirse cuánto más compleja, confusa y sujeta a engaños ha de ser la búsqueda de un maestro en un mundo llamado espiritual, en otro plano de existencia. Aun si un supuesto instructor espiritual os elijé como discípulos, sois vosotros, en realidad, quienes elijen, no el supuesto instructor. Si

no podríais entenderos a vosotros mismos en ese mundo de acciones recíprocas, de sensualidad, mala voluntad e ignorancia, ¿cómo podríais confiar en vuestro juicio, en vuestra capacidad de discernir, en un mundo que suponéis espiritual? Si no os conocéis a vosotros mismos, ¿cómo podríais discernir lo que es verdadero? ¿Cómo sabéis que vuestra mente —que tiene el poder de engendrar ilusiones— no ha creado ella misma al instructor, al Maestro? ¿Y no es vuestra vanidad la que os ha persuadido de buscar al Maestro y os dice que él os ha elegido?

Había una vez un muchacho que fue a ver a un instructor para pedirle que lo condujese ante el Maestro. El instructor le dijo que así lo haría, siempre que él —el muchacho— hiciese exactamente lo que se le pidiera. El muchacho quedó encantado. Se le dijo que durante siete años tenía que vivir en una caverna cercana y seguir allí las indicaciones del instructor. Primero tuvo que sentarse tranquilamente, apaciblemente, y concentrar su pensamiento. Luego, durante el segundo año, el Maestro estaría con él en la caverna. El tercero, tendría que hacer que el Maestro se sentase cuando él se sentaba. El cuarto año, tendría que hablar con él. Durante el quinto, el Maestro habría de moverse con él de un lado al otro de la caverna. Y en el sexto año, tendría que salir con él de aquel encierro. Transcurrido el sexto año, el instructor le pidió al alumno que saliese y le dijo: “Ahora sabes quién es el Maestro”.

La mente tiene el poder de engendrar ignorancia o de discernir lo que es verdadero. En esta búsqueda

del Maestro está siempre latente el deseo de ganar algo, de lo cual surge el temor; y una mente que busca una recompensa y por lo tanto se abre al temor, no puede entender Aquello que es verdadero. Es el colmo de la ignorancia pensar en términos de recompensa y castigo, de lo superior y lo inferior. Por lo demás, ¿puede alguien ayudarnos a descubrir lo que haya de verdadero en vuestro pensar y sentir? Otros podrán formular indicaciones, pero vosotros mismos habréis de investigar y descubrir lo que es verdadero.

Si esperáis que alguna otra persona os salve del sufrimiento y de la ignorancia, de este mundo bárbaro y caótico, lo único que haréis será engendrar mayor desorden, mala voluntad, ignorancia y dolor. De vuestros pensamientos y sentimientos soís vosotros los únicos responsables; sólo vosotros podréis introducir en ellos claridad y orden. Sólo vosotros podréis salvaros de vosotros mismos. Únicamente con vuestro propio entendimiento superaréis la codicia, la mala voluntad y la ignorancia.

Supongo que cada uno de los aquí presentes está empeñado en la búsqueda de lo real, de lo imperecedero, y no se dejará distraer por la belleza de los altares que encuentre al borde del camino, por los adornos que ostenten los postes indicadores, por el ritualismo. No hay en el universo autoridad alguna que pueda conducirnos a la realidad suprema; y esa realidad reside en el comienzo al igual que en el fin. No os detengáis ante los postes indicadores ni os dejéis enredar en las mezquindades de tal o cual agru-

pación. No os enamoréis de los cánticos, del incienso, del ritual. Confiar en otra persona para llegar al conocimiento propio, a lo único que conduce es a acrecentar la ignorancia, ya que la otra persona soís vosotros mismos. La raíz del entendimiento yace oculta en vuestro fuero íntimo. La percepción de lo verdadero reside en el recto pensar, en la humildad, en la compasión, en la vida pura y sencilla, no en la autoridad de nadie. La autoridad de otro ser humano, por grande que él sea, sólo conduce a mayores sufrimientos e ignorancia.

Julio 2 de 1944.

IX

En toda época, y especialmente en épocas de grandes sufrimientos y confusión, tiene importancia que hallemos dentro de nosotros la dicha y el entendimiento creadores. Tenemos que descubrirlos nosotros mismos; pero la sensualidad, la prosperidad y el poder personal, en todas sus diferentes formas, impiden la paz y la felicidad creadoras. Si empleamos nuestras energías en satisfacer nuestros sentidos, inevitablemente creamos valores que traen prosperidad material; pero con ésta llegan la guerra, el desorden y el sufrimiento. Si buscamos la gloria personal, alimentaremos la ambición del poder que se expresa en múltiples formas: nacionales, raciales, económicas, etc. Esa ambición engendra grandes y notorios desastres.

En las primeras ocho conferencias hemos debatido estos temas. Es indispensable que nos entendamos a nosotros mismos, pues al hacerlo empezaremos a pensar rectamente; y en el proceso del recto pensar descubriremos lo que significa vivir con hondura y de un modo creador, realizar Aquello que supera toda medida. Para vivir plenamente y de un modo creador tiene que haber conocimiento propio; y para llegar

a conocernos necesitamos sinceridad y humildad, amor, y un pensamiento enteramente libre de temor. La virtud reside en la liberación del deseo. Este engendra multiplicidad y repetición; y la vida, por causa suya, se convierte en una serie de complicaciones, penas y tormentos.

Una vida pura y sencilla, como lo he explicado, no consiste tan sólo en poseer pocas cosas sino en vivir rectamente, libre de distracción, apegos y espíritu posesivo. La liberación del espíritu adquisitivo nos brindará los medios de vivir rectamente. Hay medios de vida cuya inconveniencia es obvia; y éstos son los que surgen de la codicia, de la tradición y de la ambición de poder. Pero aún en tiempos como los actuales, en que todos nos hallamos sujetos a determinada clase de trabajo, es posible encontrar ocupaciones convenientes. Tenemos todos que darnos cuenta de lo que significan las ocupaciones inconvenientes, con sus desastres, miserias, fastidiosas rutinas y métodos homicidas. ¿No es acaso necesario que cada cual perciba por sí mismo en qué consisten los rectos medios de vida? Si somos avaros, envidiosos, ambiciosos de poder, nuestros medios de vida corresponderán a nuestras exigencias íntimas, y producirán, por consiguiente, un mundo de rivalidades, opresión y crueldad que finalmente desembocará en la guerra.

Es indispensable, sin duda alguna, que todos mediten en este problema. Tal vez, aunque nada podáis hacer de inmediato, por lo menos os será dado pensar seriamente al respecto, lo cual acarreará la acción correspondiente. El talento y la capacidad presentan sus

peligros, que habrán de acecharnos si no tenemos de ello la menor noción. Los esclavos del talento y la capacidad actúan de un modo antisocial y provocan la destrucción de la especie humana. Sin el recto entendimiento, esas altas cualidades se convierten en un fin por sí mismas y acarrean consecuencias desastrosas, tanto al que las posee como a sus semejantes.

Si no descubrimos y entendemos Aquello que es real, no alcanzaremos la paz ni la dicha creadora; nuestra vida será una continua lucha en medio del dolor; nuestros actos y nuestra vida de relación carecerán de significado. Ninguna medida legislativa ni gubernativa podrá jamás producir riqueza interior, los tesoros que son imperecederos. Y para entender lo real, es preciso que tengamos conciencia del proceso de nuestro pensar, del curso de nuestra memoria y de las diversas capas de nuestra mente, conectadas las unas con las otras. Nuestro pensamiento es un resultado del pasado. Nuestro ser tiene sus cimientos en el pasado. Orgánicamente, y en lo que atañe al pensamiento, somos meras copias. En lo orgánico nos es posible entender las copias que somos, y mediante ese entendimiento podemos comprender nuestras reacciones, acciones y respuestas imitativas. Pero si nuestro pensar-sentir es meramente imitativo, si no es más que el resultado de la tradición y del medio ambiente, poca esperanza habrá de que se supere a sí mismo. Sólo si reconocemos y entendemos los límites de las influencias ambientales y nos revelamos capaces de dejar atrás sus restricciones imitativas, descubriremos

mos que hay un estado de conciencia libre de toda copia, y que en él está Aquello que es real.

Una copia, una cosa resultante de la acumulación de otras, es decir, el "yo", no podrá jamás entender Aquello que no ha sido formado, lo increado. Es tan sólo cuando la copia, el "yo" y "lo mío", deja de ser, que surge el éxtasis de lo imperecedero. El "yo" piensa y siente en términos de acumulación y de experiencias; piensa y siente en términos del pasado, del futuro o de la continuación del presente. Este proceso acumulativo de la memoria robustece al "yo", que es la causa de la ignorancia y del dolor. Por no entender las modalidades del "yo", aquellos de nosotros que tienen inclinaciones políticas y sociales se hallan propensos a sacrificar el presente con la esperanza de crear en lo futuro un mundo mejor. Otros desean prolongar el presente, y los hay que invocan el pasado. Sin la comprensión y la superación del "yo", empero, todo ello conduce a resultados calamitosos. Adquiriendo conciencia del proceso del "yo" con su memoria acumulativa, empezaremos a entender su carácter temporal, el deseo de continua identificación. Tal como es el "yo" es el medio ambiente en lo político y en lo social.

Es el carácter temporal del "yo" y su memoria identificativa que deben ser estudiados, entendidos y superados. El deseo, y especialmente el deseo de lo placentero, es "singularista"; y es la memoria que confiere continuidad identificada al "yo" y a "lo mío". Cuando el pensar y el sentir —que siempre están en movimiento, en constante flujo y reflujo—

se identifican con el "yo" y "lo mío", líganse al tiempo y confieren identificada continuidad al recuerdo, al "yo". Es este recuerdo, en estado de constante aumento y multiplicación, que debe ser abandonado. El recuerdo, la memoria, es lo que hace surgir la copia y mover el pensamiento de lo conocido a lo conocido, impidiendo por dicha causa la realización de la verdad, de lo increado. Es preciso que la memoria se convierta en una especie de conchilla vacía de todo organismo viviente. Para descubrir la incognoscible realidad, habremos de superar esa cualidad del "yo" que lo liga al tiempo, es decir, la memoria identificativa. Se trata, por cierto, de una tarea muy ardua. Colocándonos en un estado de conciencia alerta y meditativa llegaremos a entender el proceso del recuerdo, que nos ata al tiempo; manteniéndonos constantemente conscientes de cada pensamiento-sentimiento nuestro, observaremos y entenderemos el ansia de identidad. De ese modo, gracias al estado de alerta y pasividad de la conciencia, el pensar-sentir se emancipa del carácter temporal de la memoria, del "yo" y de "lo mío". Tan sólo cuando el "yo" cesa en su creación, surge lo increado.

Pregunta: En el Bhagavad Gita, Krishna incita a Arjuna a entrar en combate. Usted ha sostenido que para alcanzar buenos fines hay que emplear buenos medios. ¿Es Ud. contrario a las enseñanzas de Krishna?

Krishnamurti: Tal vez algunos de vosotros no hayan oído hablar de ese libro. Es el libro sagrado de los hindúes, en el cual Krishna —de quien se cree que es una manifestación divina— incita a Arjuna, el guerrero, a entrar en batalla. El que me ha hecho la pregunta desea saber si yo soy contrario a la enseñanza según la cual Arjuna tenía que combatir. Esta enseñanza puede ser interpretada de muchos modos diferentes, cada uno de los cuales provoca controversias; pero yo no quiero entregarme a la especulación al respecto porque me parece inútil. Apliquémonos a pensar y sentir sin la carga aplastante de la autoridad espiritual. Esto reviste primordial importancia para entender lo que es real.

Aceptar alguna autoridad, especialmente en asuntos relativos al recto pensar, es necedad pura y simple. El aceptar una autoridad nos ata y nos estorba espiritualmente; y el culto de la autoridad es mero culto del “yo”. Es una forma de holgazanería y atolondramiento que conduce a la ignorancia y al dolor.

Casi todos nosotros deseamos que haya un mundo de paz y de fraternidad en el que la crueldad y la guerra no tengan cabida, y en el que reinen, por el contrario, la benevolencia y la tolerancia. ¿Cómo crearemos ese mundo? Es evidente que para alcanzar buenos fines hay que emplear buenos medios. Si deseáis que haya tolerancia, **vosotros** tendréis que ser tolerantes; toda intolerancia tendrá que desaparecer de **vuestra** alma. Si queréis que haya paz, **vosotros** habréis de emplear para ello los medios apropiados, no

los métodos errados de la brutalidad y la violencia. ¡Esto es evidente, o no lo es? Si queréis demostrar amistad a alguien, tendréis que tratarlo con bondad y cortesía, suprimir todo enojo o causa de enemistad. Deberéis, en otros términos, emplear buenos medios para alcanzar ese buen fin, ya que el fin está en los medios. Fin y medios no son separables; no pueden alejarse el uno de los otros. De modo, pues, que si queréis que haya paz en el mundo, tendréis que usar medios pacíficos. Por buenos que sean vuestros propósitos, los medios errados no los realizarán. Este es un hecho evidente; pero por desgracia la ignorancia, la propaganda y el prestigio de la autoridad nos seducen. La cosa es en sí misma sencilla y clara. Si deseamos que haya un mundo fraterno, unificado, hemos de alejar toda causa de desunión: enemistades, envidias, codicia y afán adquisitivo, nacionalidad, prejuicios raciales, orgullos, etc. Pero somos muy pocos los que estamos dispuestos a hacer de lado nuestras ansias de poder, nuestras diversas religiones, nuestra mala voluntad y tantas otras cosas. No estamos dispuestos a abandonarlas, y sin embargo decimos que queremos un mundo sin rivalidades, cuerdo y en paz...

No es posible establecer la paz en el mundo por medios que no sean pacíficos. Es indispensable que desarraiguéis de vosotros mismos las causas de enemistad mediante actos apropiados y recto pensar. Con el conocimiento propio se cultiva el recto pensar. Pero siendo casi todos nosotros ignorantes de nosotros mismos, y nuestro pensar-sentir contradicto-

rio con sí mismo, nuestro pensamiento resulta inexistente. Es por ello que se nos lleva y se nos trae, se nos arrastra y se nos obliga a aceptar. Tornándonos constantemente conscientes de todo pensamiento-sentimiento nuestro, conoceremos las modalidades del "yo"; y de ese conocimiento propio emana el recto pensar. El recto pensar creará los rectos medios para el establecimiento de un mundo cuerdo y pacífico.

Pregunta: ¿Cómo podré emanciparme del odio?

Krishnamurti: Preguntas análogas me han sido hechas con respecto a la ignorancia, la ira, los celos. Al responder a esta pregunta, espero responder también a las otras.

Ningún problema puede ser resuelto en su propio plano, en su propio nivel. Tiene que ser entendido, y por lo tanto, **disuelto**, desde un plano diferente y más profundo de abstracción. Si aspiramos tan sólo a emanciparnos del odio suprimiéndolo o tratándolo como cosa molesta y embarazosa, no lo disolveremos; volverá a presentarse una y otra vez en formas diferentes, ya que en ese caso lo habríamos enfrentado desde su propio nivel, limitado y mezquino. Pero si empezamos a entender sus causas íntimas y sus efectos externos, tornando con ello nuestro pensar-sentir más amplio y profundo, más sagaz y más claro, el odio desaparecerá de un modo natural. Habremos alcanzado, en efecto, niveles superiores de pensamiento y sentimiento.

Si sentimos ira y somos capaces de vencerla, o nos dominamos a nosotros mismos en forma tal que ella no vuelve a surgir, nuestra mente sigue siendo tan pequeña e insensible como antes. ¿Qué habríamos ganado con nuestro esfuerzo para no experimentar ira, si nuestro pensar y sentir continuase lleno de envidia y de miedo, de estrechez y limitaciones? Podemos librarnos del odio y de la ira, pero si nuestra mente sigue siendo necia y mezquina suscitará otros problemas y otros antagonismos, lo que hará que el conflicto no tenga fin. Si empezamos, en cambio, a mantener nuestra conciencia despierta y alerta, entendiendo por lo tanto las causas y efectos de la ira, ciertamente ampliaremos nuestro pensar-sentir y lo libraremos de la ignorancia y del conflicto. En ese estado de conciencia alerta empezaremos a descubrir las causas del odio y de la ira, que son el miedo y el afán de protección del "yo" en sus diferentes aspectos. Encontramos de tal suerte, por ejemplo, que nuestro enojo se produce al ser atacadas nuestras creencias religiosas; y llevando más a fondo el examen llegamos a preguntarnos si las creencias y los credos son realmente necesarios. Mediante este proceso nos damos más amplia cuenta de todo lo que ello significa; percibimos cómo los dogmas y las ideologías dividen al género humano y dan origen a los antagonismos, a las diversas formas de la crueldad y del absurdo. De modo, pues, que con esta conciencia alerta y expandida, con esta comprensión de lo que la ira significa en el fondo, ella no tarda en desvanecerse; mediante dicho proceso la mente se vuel-

ve más profunda, más serena, más sabia, luego de lo cual las causas del odio y de la ira ya no encuentran cabida. Librando nuestro pensar-sentir de la ira y del odio, de la codicia y de la mala voluntad, nace en nosotros una exquisita delicadeza. A esta dulzura, a esta compasión, no se llega suprimiendo ni substituyendo nada sino alcanzando el conocimiento propio y el recto pensar.

Pregunta: Si bien Ud. nos ha explicado lo que se refiere a la concentración mental, yo la encuentro extremadamente difícil. ¿Querría tener la bondad de insistir en el tema?

Krishnamurti: ¿Prestar atención con profundo interés no es necesario para llegar a entender? Lo es, de un modo especial, cuando se trata de entendernos a nosotros mismos, puesto que nuestros pensamientos y sentimientos son errabundos, rápidamente cambiantes y en apariencia desconectados entre sí. Para entendernos a nosotros mismos es necesario un estado de conciencia alerta y expandida, no una mente excluyente, con sus juicios y rechazos, ni una concentración tendiente a la estrechez. De una conciencia alerta y expandida surge la dirección firme y definida de la mente, la concentración verdadera.

Ahora bien, ¿por qué encontramos tan difícil la concentración? ¿No es acaso porque casi todo nuestro pensar es mera disipación, simple distracción? Ya sea por la fuerza del hábito y de la pereza, o por causa de determinados intereses, o porque nuestro pensar-

sentir no se ha completado, el pensamiento se desvía o se vuelve reiterativo. Si se desvía en diversas direcciones por razones de interés, el mero hecho de sujetar o dominar el pensamiento de muy poco sirve, ya que dicho control es un factor más de perturbación. El pensamiento volverá siempre a aquel interés, por trivial que éste sea, hasta que su valor desaparezca del todo. Si el pensamiento, pues, se desvía impulsado por un interés, ¿por qué no agotar el examen de éste en vez de resistir la desviación? Seguid ese pensamiento interesado aunque sea estúpido y mezquino, daos cuenta de todo lo que él implica, estudiadlo imparcialmente hasta que podáis entenderlo y por lo mismo disolverlo. Descubriréis así, mediante ese proceso de conciencia expandida y alerta, que esos pensamientos recurrentes, engendrados por un interés trivial, se agotan y cesan; y ellos cesan cuando se los examina y se los siente acabadamente, no cuando se los ahoga. Si el pensamiento se desvía por la fuerza del hábito, lo único que hace es repetir y copiar de un modo mecánico; y eso, evidentemente, no es pensamiento. Si examináis tales hábitos mentales, veréis que son engendrados por la educación, el temor al "qué dirán", las influencias religiosas y del ambiente, y otras causas análogas. Vuestro pensamiento, en consecuencia, marcha por surcos trazados de antemano y se ajusta a una norma que revela vuestra condición espiritual. Puede ser por causa de la pereza que el pensamiento se desvía, lo que representa un indicio interesante. Darse cuenta de que en uno hay pereza en volverse alerta; realmente perezoso es quien

no tiene noción de que lo es. Caemos en la holgazanería cuando no prestamos atención a nuestra salud, y nuestra alimentación, por ejemplo, es impropia; o bien cuando las circunstancias o nuestras relaciones nos adormecen el espíritu. De modo, pues, que cuando percibimos las causas de nuestra pereza provocamos en nosotros una perturbación íntima que se refleja en lo externo, por lo cual preferimos ser perezosos. Nuestro pensamiento es reiterativo porque no tiene oportunidad alguna de completarse. Así como una carta no terminada se convierte en fuente de irritación, el pensar-sentir incompleto, no acabado, tórnase reiterativo.

Manteniendo un estado de conciencia constantemente alerta, empezaráis a descubrir por qué vuestro pensar y sentir se desvía o es reiterativo: si es por interés, por costumbre, por pereza o porque no ha sido completado. Si seguís vuestros pensamientos y sentimientos diligentemente, en estado de alerta, observándolos pasiva e imparcialmente, llegaréis a esa concentración extensiva que resulta esencial para la comprensión de la suprema realidad. Una mente que se complace en formular sus propias creaciones no puede entender lo increado. ¿Cómo una mente disipada y bulliciosa podría comprender lo inconmensurable? ¿Qué valor puede ofrecer para un niño una hermosa obra de arte? Sólo jugará con ella un rato, y después dejará de tomarla en cuenta. Eso es lo que nos ocurre a casi todos. Creemos o descreemos; nos basamos en las experiencias y el conocimiento de los demás. Nuestra mente es mezquina, cruel, ignorante;

está prácticamente desmenuzada, sin integración ni quietud. ¿Cómo podría una mente en ese estado entender Aquello que supera toda medida, toda formulación? Para lograr una concentración verdadera es preciso que cese toda valuación. La conciencia despierta y alerta fluye hacia los estanques profundos y tranquilos de la meditación.

Pregunta: ¿Puede decirse que yo no debo nada a mi raza, a mi nación, a mi agrupación?

Krishnamurti: ¿Qué es vuestra raza, vuestra nación? Cada cual dice “mi nación”, “mi grupo”, “mi raza”. De tales irreflexivas afirmaciones surgen el desorden y los conflictos, inenarrables sufrimientos y degradación. Vosotros y yo somos una sola y misma cosa; no hay nada que se pueda llamar el Oriente ni el Occidente. Todos somos seres humanos, no etiquetas. Artificialmente hemos creado naciones, razas, grupos, en oposición a otras naciones, razas y grupos. Los hemos creado, vosotros y yo, en nuestro afán de gloria y de poder; en nuestro deseo de ser exclusivos; en el deleite que nos procuran las apetencias “singularistas” y egocéntricas. Por obra de nuestra codicia, mala voluntad e ignorancia han surgido las barreras nacionales, raciales y económicas. Nos hemos separado artificialmente de nuestros semejantes. ¿Un hombre sensato debe algo a aquello que es una consecuencia de la ignorancia y la mala voluntad? Si continuáis formando espiritualmente parte de tal raza, nación o grupo —creaciones de la codicia y del

temor— ese mero hecho os torna responsables de la crueldad y del dolor humano. En tal caso vuestra raza, vuestra nación, vuestro grupo, será lo que sois vosotros. ¿Por qué, entonces, estaríais en deuda con algo que vosotros mismos habéis formado? Sólo cuando os colocáis en oposición a la masa, vuestra reacción individualista y excluyente os hace contraer una deuda. Pero tal reacción, sin duda alguna, es falsa, dado que vosotros sois el grupo, la nación, la raza. Esta ha surgido de vosotros; sin vosotros carece de existencia.

El problema, pues, no consiste en saber si estáis en deuda con ella sino en cómo la superaréis, cómo dejaréis atrás las causas que han producido esas colectividades exclusivas y separadas. Indagando cuál es vuestro deber, vuestro "karma", vuestra relación con la masa, con la nación, os planteáis un interrogante erróneo que sólo podrá tener una respuesta equivocada.

Habéis creado la nación en vuestro deseo de propia exaltación, de gloria egoísta; y todo lo que ese deseo obtenga estará condicionado por el mismo. La respuesta a un deseo está en el deseo mismo. Se trata, entonces, de saber cómo superaremos las reacciones de la individualidad, de la masa o de la nación. Sólo podréis sobreponeros a ellas mediante una conciencia despierta y alerta en la que el "yo" —causa del conflicto, de los antagonismos y de la ignorancia— se vea observado desinteresadamente, y por lo mismo comprendido y disuelto. El precio del recto pensar es su propia recompensa.

Pregunta: ¿Hay senderos diferentes que conducen a la Realidad?

Krishnamurti: ¿No sería mejor hacer la pregunta de un modo diferente? Cada uno de nosotros tiene varias tendencias, y cada una de ellas crea su propia dificultad. En cada uno de nosotros hay una tendencia dominante, intelectual, emotiva o sensual; una tendencia hacia el conocimiento, la devoción o la acción. Todas presentan sus complejidades y nos sujetan a sus propias pruebas. Si os entregáis a una sola, exclusivamente, rechazando las otras, no descubriréis la plenitud, la suprema realidad; dándoos cuenta, empero, de las dificultades de cada tendencia, y por lo mismo entendiéndolas, realizase el Todo. Cuando preguntamos si no hay diferentes senderos que conducen a la Realidad, ¿no será porque deseamos saber cuáles son las dificultades y obstáculos con que tropieza cada tendencia, y cómo se los supera para descubrir Aquello que es real? Para superar esas dificultades y obstáculos, tendréis que ser conscientes de cada tendencia y observarlas en estado de alerta, con desinterés y pasividad. Manteniendo vuestra conciencia constantemente despierta y meditativa, esas tendencias diversas, con los obstáculos que nos presentan y la dicha que nos procuran, serán entendidas e integradas en un solo todo.

Julio 9 de 1944.

X

He explicado que no es acordando importancia a lo inmediato que se resuelve el muy complejo problema humano. Entiendo por "lo inmediato" la urgente consideración de los sentidos y su satisfacción. Dicho de otro modo: acentuar los valores económicos y sociales en lugar de lo primordial y eterno, determina acciones deformadas y terribles. Lo inmediato se convierte en lo futuro cuando los valores sensuales y su satisfacción prométense mediante el sacrificio de lo presente. Cuando se sacrifica lo presente en la esperanza de una felicidad futura o de un bienestar económico futuro, comienza el desastre nacido de una cruel irreflexión. Semejante actitud tiene inevitablemente que llevarnos a situaciones de caos cada vez peores, ya que, al atribuir importancia a lo que es secundario, dejamos de entender lo total, lo real, produciendo en consecuencia el desorden y la miseria. Todo ser humano tiene que percibir por sí mismo de un modo acabado, mental y sentimentalmente, lo que lleva implícito el acordar importancia primordial a la satisfacción de los deseos sensuales. Ceder ante los valores de los sentidos es engendrar en última

instancia la guerra, las catástrofes económicas y sociales. Buscar nuestro enriquecimiento en las cosas, sean ellas de origen manual o intelectual, es asegurar nuestra pobreza íntima, lo que acarrea inenarrable y continuo sufrimiento. Dar importancia a la acumulación, despoja a nuestro pensar y sentir de la realización de lo real; y sólo ésta podrá traer orden, claridad y felicidad.

Si procuramos cultivar primero lo íntimo, lo real, y luego tan sólo lo secundario, un orden económico y social aceptable podrá establecerse; de otro modo, continuarán a perpetuidad los sacudimientos políticos y sociales, el desorden y las guerras. Buscando lo Eterno será posible que establezcamos el orden y la claridad. La parte no es jamás el todo; y el cultivo de la parte acarrea incesante confusión, conflicto y antagonismos.

Para comprender la totalidad tenemos que entendernos primero a nosotros mismos. La raíz del entendimiento está en uno mismo, y sin la comprensión de uno mismo, de lo que uno es realmente, no hay posible comprensión del universo. Uno mismo, en efecto, es el universo. El "otro": amigo, pariente, enemigo, vecino, esté cerca o esté lejos, es uno mismo.

El conocimiento propio representa el comienzo del recto pensar; y en el proceso del conocimiento propio descúbrese lo Infinito. El libro del conocimiento propio no tiene comienzo ni fin; es un constante proceso de descubrimiento, y lo que uno descubre es verdadero, y la verdad es libertadora y creadora. Si

en ese proceso de autodescubrimiento buscamos algún resultado, dicho resultado nos sujeta, nos encierra y nos traba; y entonces no puede surgir lo Inconmensurable, Aquello que es independiente del tiempo. Procurar un resultado cualquiera es buscar un valor; y así se cultiva el deseo, con lo que se engendra la ignorancia, el conflicto y el dolor. Pero si procuramos entender, leer aquel libro tan rico y complejo, descubriremos toda su riqueza infinita. Leer el libro del conocimiento propio es tornarse consciente y alerta. En ese estado de conciencia despierta en que uno se contempla tal cual es, cada pensamiento-sentimiento se examina sin someterlo a juicio, lo que le permite florecer; y eso trae entendimiento. Es que siguiendo hasta el final, plenamente, cada uno de nuestros pensamientos y sentimientos, encontramos que en él está contenido todo nuestro pensar. Y sólo podemos pensar y sentir de un modo completo cuando no perseguimos fin ni resultado alguno.

En este proceso del conocimiento propio surge el recto pensar; y éste emancipa a la mente del deseo. La liberación del deseo es la virtud. La mente tiene que librarse del deseo, que es la causa de la ignorancia y del dolor. Para que una mente sea virtuosa, libre de apetencias, es esencial que posea sinceridad y honestidad completas, las cuales nacen de la humildad. Tal integridad no es una virtud, no es un fin en sí misma, sino el residuo que queda cuando el pensamiento se ha despojado del deseo, cuyo proceso se manifiesta principalmente en la sensualidad, la mundanalidad, la búsqueda de gloria o inmortalidad

personal. Al despojarse del deseo, el pensamiento comprenderá la naturaleza del temor y lo superará; y de ello nacerá el amor, que es eterno de por sí. La vida pura y sencilla no consiste únicamente en contentarse con pocas cosas, sino, más bien, en emanciparse del afán adquisitivo, de la dependencia y de la distracción, tanto íntimas como externas. La conciencia constantemente despierta y alerta determina la cesación del proceso por el cual la memoria, atándonos al tiempo, e identificándonos, edifica el "yo". Sólo entonces puede surgir ante nosotros la suprema realidad.

Entenderse uno mismo, es decir, esta compleja entidad que somos, es sumamente difícil. Una mente cargada de valores y prejuicios, de conceptos y comparaciones, no es apta para la comprensión de sí misma. El conocimiento propio se produce cuando hay estado de conciencia alerta sin opción, y cuando el deseo ya no deforma el pensar-sentir. En esa plenitud cuando la mente alcanza una quietud absoluta y creadora, surge lo Supremo.

Pregunta: Yo tenía un hijo que murió en la guerra actual. El no quería morir. Quería vivir para impedir que este horror llegase a repetirse. ¿Tengo yo la culpa de que haya muerto?

Krishnamurti: Todos nosotros tenemos la culpa de que continúen los horrores actuales. Son el resultado externo de nuestras realidades íntimas, de nuestra diaria vida de codicia, mala voluntad, sensualidad,

envidia, afanes adquisitivos y religión especializada. La culpa es de todos los que, entregándose a esas fuerzas, han engendrado esta espantosa calamidad. Es porque somos individualistas, nacionalistas, vengativos, que cada uno de nosotros ha contribuido a este asesinato en masa. Se os ha enseñado a matar y a morir, pero no a vivir. Si de todo corazón aborreciéseis las matanzas y la violencia en cualquiera de sus formas, encontraríais el medio de vivir pacífica y constructivamente. Si este fuese vuestro fundamental interés, os pondríais a averiguar dónde están las causas, los instintos, que engendran la violencia, el odio y los asesinatos en masa. ¿Os anima ese interés total y apasionado en suprimir la guerra? Si la respuesta es afirmativa, tendréis que arrancar de vosotros mismos los motivos que inducen a emplear la violencia y a matar. No existen para ello razones válidas. Si deseáis acabar con las guerras, tendrá que producirse una revolución íntima y profunda que os llene a todos de tolerancia y compasión; vuestro pensar y sentir tendrá que librarse del patriotismo, de la codicia, de toda identificación con determinados grupos y de todas las causas que engendran enemistad.

Una madre me dijo una vez que el abandono de todas esas cosas no sólo sería extremadamente difícil, sino que provocaría una gran soledad y terrible aislamiento, insoportables para ella. ¿No era ella, entonces, también responsable de estas indescriptibles desgracias? Algunos de vosotros tal vez concuerden con ella; y de ser así, con vuestra pereza y atolondramiento estaríais echando leña a la hoguera siempre

creciente de la guerra. Si, por el contrario, intentáis seriamente desarraigar de vosotros las causas íntimas de enemistad y violencia, abrá paz y regocijo en vuestro corazón, lo que surtirá inmediato efecto en torno vuestro.

Tenemos que reeducarnos para no asesinar por motivo alguno, no liquidarnos los unos a los otros por causa alguna, así aparezca ella enteramente justificada, vinculada a la felicidad futura de la humanidad, ni por ideología alguna, por magníficas que sean sus promesas. Nuestra educación no tiene que ser meramente técnica, pues ello contribuye a engendrar crueldades; debe enseñarnos a contentarnos con poco, a ser compasivos y a buscar lo Supremo.

La prevención de estos horrores y destrucciones siempre en aumento depende de cada uno de nosotros; no de tal o cual organización o plan de reforma, ni del triunfo de ninguna ideología, ni de la invención de mayores instrumentos de destrucción, ni de ningún jefe o dirigente, sino de cada uno de nosotros. No creáis que las guerras no pueden evitarse partiendo de una base tan humilde e insignificante; una piedra puede alterar el curso de un río. Para llegar lejos tenemos que empezar cerca. Para comprender el caos y la miseria mundiales, tendréis que entender vuestra propia confusión y dolor, pues de éstos provienen los más vastos problemas del mundo. Y para entenderos a vosotros mismos tendréis que manteneros constantemente en estado de conciencia alerta y meditativa, lo cual hará surgir a la superficie las causas de violencia y de odio. Estudiando dichas causas

sin identificación, el pensamiento las supera. Nadie, salvo vosotros mismos, puede conducirnos a la paz. No hay más jefe ni sistema que pueda poner término a la guerra, a la explotación y a la opresión, que vosotros mismos. Sólo con vuestra reflexión, con vuestra compasión y con el despertar de vuestro entendimiento, podrá establecerse la paz y la buena voluntad.

Pregunta: Aunque Ud. ya nos explicó la semana pasada lo que hay que hacer para desechar el odio, le agradeceré que nos diga algo más al respecto. Me parece de gran importancia el tema por Ud. desarrollado.

Krishnamurti: El odio es un producto de las mentes pequeñas y mezquinas. Toda mente estrecha es intolerante. Sólo una mente cautiva es capaz de resentimiento. Es claro que si una mente pequeña se dice a sí misma que no debe odiar, no por eso dejará de ser pequeña. En la mente ignorante está la causa de la enemistad y de los conflictos.

El problema, pues, no consiste en poder desechar el odio sino en disipar la ignorancia, el "yo", causante de la estrechez en el pensar y sentir. Si os limitáis a vencer el odio y no entendéis las modalidades de la ignorancia, ésta producirá otras formas de antagonismo, con lo cual nuestro pensar y sentir será violento y estará en constante conflicto. ¿Cómo, pues, libraréis vuestra mente de la ignorancia, de la necesidad? Manteniendo vuestra mente constantemente despierta y alerta; dándoos cuenta de que vuestro pen-

sar-sentir es pequeño, mezquino y estrecho y no avergonzándose de ello; y entendiendo las causas que lo han empuerqueñado y encerrado dentro de sí mismo. Comprendiendo esas causas profundas y extensivas, la inteligencia, la benevolencia y la generosidad desinteresada se desarrollan; y el odio cede ante la compasión. Una conciencia constantemente alerta hará que se descubra, se entienda y se disuelva la causa de la ignorancia, el proceso del "yo", con su carga de todo eso que llamamos "mío": "mi" triunfo, "mi" patria, "mis" propiedades, "mi" Dios. Para que haya entendimiento no tiene que haber juicio ni comparación, aceptación ni negativa, puesto que toda identificación impide ese estado de conciencia alerta y pasiva sin el cual no puede llegarse al descubrimiento de lo que es verdadero. Y sólo este descubrimiento es creador y libertador. Si la mente está negativa y pasivamente alerta, hállese abierta y es capaz de descubrir su cautiverio, las influencias o las ideas que la limitan, y por lo tanto, puede alcanzar su liberación.

Ningún problema, como queda dicho, puede resolverse en su propio nivel; hay que resolverlo en un nivel diferente de abstracción. El pensar es un proceso de expansión, de investigación inclusiva, no una afirmación o negativa concentrada. Tratando de entender el odio y sus causas, procurando librar el pensamiento-sentimiento de estorbos y engaños, la mente se torna más profunda y extensiva. En lo mayor lo menor deja de ser.

Pregunta: ¿Hay algo después de la muerte, o ella representa el fin de todo? Algunos dicen que hay continuación, otros aniquilación. ¿Qué dice usted?

Krishnamurti: En esta pregunta hay muchas cosas involucradas; y, siendo como es, compleja, la analizaremos profunda y abiertamente si os parece bien. En primer término, ¿qué entendemos por individualidad? No estamos, en efecto, refiriéndonos a la muerte en abstracto, sino a la muerte de un individuo, de lo particular. El "yo" individual, con nombre y forma, ¿habrá de continuar o cesará de existir? ¿Se reencarnará en un nuevo cuerpo? Antes de contestar esta pregunta tenemos que saber qué es lo que constituye la individualidad. Una pregunta equivocada no puede tener respuesta acertada; sólo una pregunta justa puede tener respuesta. Y ningún interrogante relativo a los problemas profundos de la vida puede tener respuesta categórica, pues cada cual habrá de descubrir por sí mismo lo que es verdadero. Sólo la verdad nos trae la libertad.

¿La individualidad, independientemente de sus múltiples formas y nombres, no es el resultado de una serie de reacciones acumuladas y recuerdos del pasado, del ayer? Cada uno de nosotros es un resultado del pasado, y el pasado os contiene a vosotros y a todos, a usted y a aquel otro. Sois el resultado de vuestro padre y madre, de todos los padres y todas las madres; sois el padre, el hacedor del pasado, así como el padre de lo futuro. Así, pues, en virtud de la memoria que identifica, se crea el "yo" y "lo

mío"; el "yo" llega a ser lo que nos liga al tiempo. De ahí surge este interrogante: ¿el "yo" continúa o queda aniquilado después de la muerte? Y la respuesta tiene que ser esta: sólo cuando el "yo" —el que deviene y el que no deviene, el creador del pasado, del presente y del futuro, el que nos liga al tiempo— se ve superado, sólo entonces cabe Aquello que es inmortal, independiente del tiempo.

En esto se halla también involucrado el problema de la causa y el efecto. ¿Entre la causa y el efecto hay separación, o el efecto está contenido en la causa? La verdad es que ambos fluyen juntos, existen juntos y representan un fenómeno conjunto, imposible de separar. Aunque el efecto pueda requerir "tiempo" para manifestarse, el germen del efecto está en la causa, coexiste con la causa. Ya no se trata de la causa y del efecto sino de un problema mucho más sutil y delicado sobre el que hay que pensar a fondo, que debe ser experimentado. La causa-efecto conviértese en un medio de restringir, de condicionar la conciencia, y esas restricciones producen conflictos y dolor. Sutiles e íntimas, ellas tienen que ser objeto de autodescubrimiento y comprensión, lo que terminará por emancipar el pensamiento de la ignorancia y del dolor.

En esta cuestión del nacimiento y de la muerte, de la continuidad y de la aniquilación, ¿no está implícita la idea de progreso, de "gradualismo"? ¿Algunos de nosotros no creen acaso que gradualmente, a través de repetidos nacimientos y muertes, con el andar del tiempo, el "yo" se hará de más en más

perfecto y alcanzará finalmente la suprema beatitud? ¿El "yo" es una entidad permanente, una esencia espiritual? ¿Acaso no es un compuesto, una acumulación de elementos, y por lo tanto "impermanente"? ¿No es el "yo" un resultado, y no, por consiguiente, una esencia espiritual? ¿La continuidad que el "yo" posee no es acaso debida a la memoria "identificativa", sujeta al tiempo y por lo tanto efímera y transitoria? ¿Cómo es posible que lo que en sí mismo carece de permanencia, lo que es un resultado, una acumulación de elementos, llegue a alcanzar lo que es sin causa, lo Eterno? Aquello que es la causa de la ignorancia y del dolor, ¿cómo puede alcanzar la suprema bienaventuranza? ¿Aquello que es un producto del tiempo puede acaso conocer lo que no depende del tiempo?

Percibiendo el carácter no permanente del "yo", algunos dicen que lo permanente puede ser hallado expeliendo las múltiples capas del "yo", lo cual requiere tiempo e impone la necesidad de la reencarnación. Si el "yo", resultado del deseo y causa de la ignorancia y del dolor, no se ve superado, es evidente que persiste; pero para entenderlo y superarlo es preciso no pensar en términos de tiempo. A través del tiempo no puede realizarse Aquello que no depende del tiempo. Este modo de llegar a la realidad mediante el "gradualismo", por un lento proceso evolutivo a través de los nacimientos y de las muertes, ¿no representa, en virtud de lo que antecede, algo erróneo? ¿No es, a decir verdad, la racionalización del pensa-

miento condicionado, de la postergación, de la pereza y de la ignorancia?

Este concepto del "gradualismo" existe porque no sabemos pensar-sentir directa y simplemente. Optamos por una explicación satisfactoria, una racionalización de nuestro esfuerzo confuso y perezoso. Ahora bien, ¿el pensamiento condicionado y la postergación indefinida pueden conducir al descubrimiento de lo real? ¿Acaso el "yo", que es la causa de la ignorancia y del dolor, puede llegar gradualmente, con el andar del tiempo, a ser perfecto? ¿O bien el "yo" puede disolverse con el andar del tiempo? ¿Algo que por su propia naturaleza es la causa de la ignorancia, puede acaso iluminarse? ¿No deberá, más bien, extinguirse antes de que pueda hacerse la luz? ¿Su extinción es cuestión de tiempo, es decir, un proceso horizontal, o es la iluminación únicamente posible cuando ese proceso horizontal del tiempo se abandona, llegándose, en consecuencia, a pensar-sentir directamente, verticalmente? Por este sendero horizontal del tiempo, de la postergación, de la ignorancia, no se llega a la Verdad; sólo se la puede encontrar verticalmente, en cualquier etapa del proceso horizontal, si el pensar-sentir logra zafarse de dicho proceso emancipándose del deseo y del tiempo. Esta liberación no depende del tiempo sino de la intensidad con que la conciencia esté despierta y alerta, y de la plenitud del conocimiento propio.

¿El pensamiento tiene forzosamente que atravesar las etapas de la familia, el grupo social, la nación y la sociedad internacional para alcanzar la realiza-

ción de la unidad humana? ¿Es imposible acaso pensar-sentir directamente la unidad humana, sin tener que pasar por esas etapas? Nuestras múltiples limitaciones nos lo impiden. Racionalizamos nuestra limitación, le encontramos justificativos, porque resulta más fácil aceptar lo que está establecido, ser perezoso e irreflexivo, que ponerlo todo vigorosamente en tela de juicio para descubrir dónde está la verdad. Pero racionalizando nuestra limitación y por consiguiente aceptándola, jamás realizaremos la unidad humana; y las guerras, y los peores desastres, continuarán indefinidamente. Nos da miedo examinar nuestra limitación porque se nos ocurre que podemos descubrir temores ocultos, causar mayores conflictos y dolor, vernos obligados a desarrollar una línea de conducta capaz de traernos incertidumbre, inseguridad, aislamiento, etc. Aceptamos, pues, seguir condicionados, inventamos una teoría de la evolución progresiva hacia la unidad humana final, y forzamos nuestro pensar, nuestro sentir y nuestros actos a someterse a esa cómoda teoría.

Similarmente; ¿no aceptamos con satisfacción la misma teoría del "gradualismo", del desarrollo evolutivo, aplicada a la perfección espiritual? ¿No es verdad que la aceptamos porque mitiga nuestro ansioso temor a la muerte, a la inseguridad, a lo desconocido? Pero el hecho es que, al aceptarla, se produce nuestra limitación y nos hacemos esclavos de ideas erróneas y de esperanzas falsas. Tendremos que abrirnos paso por entre las limitaciones, pero no con

el andar del tiempo, en el futuro, sino ahora mismo, en el presente. En lo presente está lo Eterno.

Sólo el recto pensar puede librarnos de la ignorancia y del dolor; y el recto pensar no es un resultado del tiempo. Podemos lograrlo dándonos intensamente cuenta, en el momento presente, de todas las limitaciones que impiden la claridad y el entendimiento.

A la realización de Aquello que no cesa, que es inmortal, no se llega por el sendero de la continuidad del "yo". Tampoco reside en lo opuesto a dicha continuidad. En los opuestos hay conflicto pero no está la verdad. Con la alerta y despierta conciencia de sí mismo, y a la luz del conocimiento propio, llega el recto pensar. La capacidad de realizar la verdad está en nosotros. Cultivando el recto pensar, fruto del conocimiento propio, nuestro pensamiento se abre a la Realidad, a Aquello que no depende del tiempo.

Se me dirá que no he respondido a la pregunta, que la he eludido, que he andado con rodeos. ¿Qué desearíais que os diga: qué hay o qué no hay? ¿No es más importante aprender a descubrir por uno mismo que oír de labios de otro lo que es? Esto último sería puramente verbal y muy poco habría de significar, mientras lo primero trae experiencia verdadera y reviste por lo mismo gran importancia. Si afirmo simplemente que hay continuidad después de la muerte o que no la hay, el único efecto de tal afirmación será robustecer una u otra creencia; y ese es, precisamente, el obstáculo que se interpone en el sendero

de la suprema realidad. Lo que resulta indispensable es que dejemos atrás nuestras estrechas creencias y formulaciones, nuestras apetencias y esperanzas, para experimentar Aquello en que no caben el tiempo ni la muerte.

Pregunta: ¿Los hombres de ciencia salvarán al mundo?

Krishnamurti: ¿Qué entiende Ud. por "hombres de ciencia"? Los que trabajan en los laboratorios y fuera de ellos son seres humanos como nosotros, con prejuicios nacionales y raciales, codiciosos, ambiciosos, crueles. ¿Qué es lo que podrán salvar? ¿Acaso están salvando al mundo? ¿No están empleando sus conocimientos técnicos en destruir más que en curar? Tal vez en sus laboratorios busquen el saber y el entendimiento, ¿pero es que no los mueve el "yo", el espíritu de rivalidad, las pasiones, como a los otros seres humanos?

Hay que tener mucho cuidado con las organizaciones; hay que observarlas atentamente. Cuando más organizados, controlados y dirigidos estén los hombres, tanto menos capaces son de pensar de un modo total, completo. Piensan parcialmente, lo que trae calamidades y miserias. Hay que tener cuidado con los profesionales; tienen intereses creados y miras estrechas. De los especialistas en cualquier materia hay que desconfiar. Especializándose, concentrando la atención en la parte, no se entiende el todo. Cuanto más confiéis en ellos y dejéis a su cargo el librar

al mundo de la miseria y del caos, peores desórdenes y catástrofes habrá. ¿Quién, en efecto, podrá salvaros, excepto vosotros mismos? El dirigente, el partido, el sistema, surgen de vuestro propio ser, y lo que vosotros seáis, ellos serán. Si soís ignorantes y violentos, codiciosos y propensos a la rivalidad, ellos representarán lo que vosotros soís.

Tanto los hombres de ciencia como los legos, somos nosotros mismos. Pensamos parcialmente, desechando lo total; irreflexivamente nos dejamos influenciar por la sensualidad, la mala voluntad y la ignorancia. El temor y la dependencia en que vivimos, hacen que nos dejemos regimentar y oprimir. ¿Qué es lo que podrá salvarnos, a no ser nuestra propia capacidad de librarnos de las servidumbres que nos traen conflictos y constante dolor? Nadie puede reeducarnos, salvo nosotros mismos; y esta reeducación representa una ardua tarea.

En nosotros mismos está el todo, el comienzo y el fin. Hallamos difícil leer el libro del conocimiento propio; y a causa de nuestra impaciencia por lograr resultados positivos apelamos a los hombres de ciencia, a los grupos organizados, a los profesionales, a los caudillos. La consecuencia de ello es que nunca nos salvamos. Nadie, en realidad, puede libertarnos de nuestras desgracias, ya que la liberación de la ignorancia y del dolor sólo se halla en nuestro propio entendimiento. Para entender el universo, el ser humano debe entenderse a sí mismo, pues él es el universo. Nuestra reeducación es una complicada tarea que exige gran flexibilidad mental y un estado de

conciencia constantemente alerta; no requiere dogmas sino entendimiento. Del conocimiento propio, lo repito, proviene el recto pensar. Y sólo el recto pensar traerá orden, claridad y paz creadora. Si deseamos renovar totalmente nuestro pensar y sentir en lo relativo a los dolores de la existencia, tenemos que tornarnos conscientes y estar con la mente alerta para que cada pensamiento y sentimiento nuestro represente un proceso acabado; y ello no es posible cuando hay juicio o identificación.

Pregunta: No me interesa de un modo especial lo que se refiere a la nacionalidad o a la virtud. Pero me ha impresionado lo que Ud. suele expresar acerca de lo increado. Le agradeceré que ahonde algo en el tema, aunque sé que es difícil.

Krishnamurti: No es posible tomar uno de esos temas, optar por él y aislarlo de los otros; la nacionalidad, la virtud y lo increado son asuntos correlativos. No es posible aceptar lo agradable y desechar lo que nos desagrada. Lo agradable y lo desagradable, el ritualismo y el dolor, la virtud y el mal, están en relación entre sí; optar por lo uno y rechazar lo otro es caer en la red de la ignorancia.

Ponerse a pensar en lo increado sin que la mente se haya emancipado del deseo, es entregarse a la especulación y a la superstición. Para experimentar lo increado, lo inconmensurable, la mente tiene que dejar de crear. Debe dejar de lado su afán de adquirir y su costumbre de copiar; y tiene que despojarse

de la mala voluntad. La mente debe dejar de ser un almacén de recuerdos acumulados. Aquello que adoramos es una creación nuestra, y no es, por consiguiente, lo real. Para que lo increado sea, el pensador y su pensamiento deben dejar de ser.

Lo increado podrá surgir únicamente cuando el espíritu se revele capaz de una quietud absoluta. Una mente hendida, abrasada por el deseo, jamás podrá estar tranquila. Sólo cuando el pensamiento empieza a emanciparse del deseo surge el recto pensar. Y es éste el que en última instancia nos dará claridad de percepción. Hay, sin duda, una diferencia entre lo que puede ser pensado y aquello que se puede experimentar. Nuestra experiencia se basa en lo conocido, en lo que formulamos e imaginamos; pero son muy pocos los que pueden experimentar sin símbolos, sin formulaciones y sin imaginación. El entendimiento negativo libra a la mente de la copia, de lo creado. Tenemos nuestro espíritu lleno de recuerdos, conocimientos, cosas, actos espontáneos y actos en respuesta a la acción ajena. Nos falta la quietud íntima, exenta de pretensión y de apetencias, por lo cual no se produce en nosotros el vacío creador. Una mente rica en actividad, en posesiones, en recuerdos, no se da cuenta de que es fundamentalmente pobre. Esa mente es incapaz de comprensión negativa; incapaz de experimentar lo increado; y la suprema sabiduría está fuera de su alcance.

Pregunta: ¿No es necesario practicar con regularidad una disciplina determinada?

Krishnamurti: Un bailarín o un violinista, por ejemplo, practican muchas horas por día para mantener sus dedos ágiles y sus músculos flexibles. En lo que atañe a la mente, ¿se la mantiene flexible, reflexiva, compasiva, practicando un sistema determinado de disciplina? ¿O se la conserva alerta y sagaz dándonos constante cuenta de lo que pensamos y sentimos? Pensar y sentir realmente, es imposible si se pertenece a algún sistema. El pensar cesa cuando se efectúa en los límites de un sistema; se transforma en pensamiento especializado, que no es lo mismo. La práctica de una disciplina para llegar a tal o cual resultado, no hace otra cosa que dar al pensamiento la fuerza necesaria para que funcione en un surco, lo que equivale a limitarlo. En cambio, si nos damos plena cuenta de que nuestro pensamiento está sistematizado, sometido a fórmulas y a moldes, comenzamos a librarnos de todo eso y nuestro pensar-sentir se vuelve flexible, alerta y penetrante. Si logramos pensar en todo momento hasta el final, ir con nuestro pensamiento tan lejos como podamos, nuestro entendimiento y experiencia serán amplios y profundos. Este estado de conciencia despierta, alerta, profunda y expansiva, trae consigo su propia disciplina, la que no se nos impone desde afuera o desde adentro de acuerdo a un sistema o norma, sino que es el fruto del conocimiento propio y por consiguiente del recto pensar y entender. Es una disciplina creadora, que no engendra hábitos ni fomenta la pereza.

Si os dáis cuenta de cada uno de vuestros pensamientos, por triviales que ellos sean; si vuestro pensar

y sentir es en todo momento tan profundo y extenso como sea posible, terminará con las limitaciones que se había impuesto. Así se produce un ajuste comprensivo, una disciplina mucho más efectiva y flexible que la disciplina impuesta por cualquier sistema. Si no despertamos nuestra inteligencia más alta manteniéndonos en estado de conciencia alerta, la práctica de una disciplina sólo engendra hábito e irreflexión. El conocimiento propio y el recto pensar crean su propia disciplina. Los buenos medios crean el buen fin, ya que el fin reside en los medios.

Pregunta: ¿Qué hacer para aquietar la mente y que en esa quietud pueda realizarse algo capaz de contribuir a la solución de nuestros diarios problemas? ¿Y cómo se puede mantener la mente quieta?

Krishnamurti: Así como un lago está en calma al cesar el viento, cuando la mente llega a comprender y por lo tanto a superar los conflictos y problemas que se ha creado, prodúcese en ella una gran quietud. Semejante tranquilidad no puede ser obtenida por un mero acto de voluntad; es el resultado a que se llega cuando todo deseo ha sido superado.

Nuestra llamada "meditación" consiste en aquietar la mente con diversos métodos, lo que sólo fomenta una concentración exclusiva y egocéntrica; y con esa concentración cada vez más estrecha se logran ciertos resultados que no son, por cierto, el entendimiento extensivo ni la suprema inteligencia y sabiduría que traen tranquilidad a la mente, de un

modo natural, sin compulsión alguna. Este entendimiento habrá de ser cultivado dándonos cuenta en todo momento de nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, de toda perturbación, pequeña o grande. Entendiendo, y por lo mismo disolviendo, los conflictos y las perturbaciones de que es teatro la mente consciente en sus capas externas, se logra la claridad. La mente consciente puede entonces tornarse pasiva y comprender las capas más profundas de la conciencia —relacionadas entre sí— con sus acumulaciones, impresiones y recuerdos. De tal modo, mediante ese estado de conciencia constantemente alerta, el profundo proceso del deseo —causa del “yo” y por consiguiente del conflicto y del dolor— puede ser observado y entendido. Sin conocimiento propio y recto pensar no hay meditación que valga, y sin conciencia alerta y meditativa no puede haber conocimiento propio.

Julio 16 de 1944.

I N D I C E

	Pág.
I.	7
II.	18
III.	33
IV.	49
V.	64
VI.	82
VII.	96
VIII.	112
IX.	130
X.	145