

11. **Vivir sin juzgar**

Versión 2

Procesos para su despertar interior

ego

Compilado por:
Enrique González Ospina.
Cel: 315-3357297

*‘La mente es una enorme confusión,
un caos, un desorden... y desde ahí
juzgamos.*

Dhiravamsa.



Vivir sin juzgar

Un Sutra muy antiguo de la India, compartido por el Zen, dice:

*“La pureza de otras enseñanzas
es una impureza para nosotros.
En realidad, no considere nada
puro o impuro”.*

Esta idea es de muy difícil aceptación para Occidente, porque es absolutamente no-ética, no-moral. Pero no se trata de que es inmoral, sino de que es no-moral.

A las Escuelas de Conocimiento (Tantra, Zen, Tao, Sufismo) no les concierne la moralidad o la inmoralidad. Dicen que eso es irrelevante.

Sus enseñanzas son para ayudarnos a crecer más allá de la pureza y la impureza; en realidad, más allá de la división, más allá de la dualidad. Enseñan que la existencia es no-dual, es una, y todas las distinciones son hechas por la mente, todas las categorías son creadas por la mente.

Las distinciones son creadas por la mente humana: bueno-malo, puro-impuro, moral-inmoral, virtud-pecado. Todos estos conceptos son creados por el hombre. Son categorías del hombre; no son reales, no reflejan ninguna realidad. Son criterios subjetivos.

¿Qué es puro y qué es impuro? Depende de su interpretación. ¿Qué es moral y qué es inmoral? Depende de su interpretación. Algo puede ser moral para un mahometano e inmoral para un hindú; moral para un cristiano e inmoral para un judío. O algo puede ser incluso moral para la vieja generación e inmoral para la nueva generación. Depende. Es una actitud personal o cultural. Básicamente es una ficción.

Pero el hecho es simplemente el hecho, sin más; el hecho no es moral ni inmoral, ni puro ni impuro, ni bueno ni malo.

El hecho **es** un hecho, sin más.

La moralidad en Gurdjeff

Gurdjeff es el profeta del Cuarto Camino y es preciso y rotundo al respecto, como suele serlo en cualquier tema que toque. Veamos:

“El concepto de moralidad no es general. No hay una moral común: lo que es moral en la China es inmoral en Europa y lo que es moral en Europa es inmoral en la China, lo que es moral en San Petersburgo es inmoral en el Cáucaso y lo que es moral en el Cáucaso no lo es en San Petersburgo”.

Lo que es moral para una clase de la sociedad es inmoral para otra y viceversa. La moral es siempre y en todas partes un fenómeno artificial.

Está hecha de múltiples “tabúes”, es decir de restricciones y de exigencias variadas, algunas veces sensatas en su raíz, otras veces habiendo perdido todo sentido porque han sido establecidas sobre una base falsa, sobre un terreno de supersticiones y de terrores imaginarios.

La moralidad está hecha de “topes”. Y puesto que hay topes de todas clases y como las condiciones de vida varían considerablemente en los diferentes países, en diferentes épocas y entre distintas clases sociales, la moral así establecida es también muy diversa y contradictoria.

No existe una moral común a todos. Así mismo es imposible decir que hay una sola moral para toda Europa, por ejemplo. Se dice algunas veces que la moral europea es la “moral cristiana”. Pero ante todo, la idea de “moral cristiana” admite “en sí misma un número muy grande de interpretaciones, y muchos crímenes han sido justificados por esta “moral cristiana”. Luego la Europa moderna no tiene realmente casi nada en común con la “moral cristiana” cualquiera que sea el sentido que se le atribuya”.

Fragmentos. Página 212.

En todo caso, si esta es la “*moral cristiana*”, es la que ha llevado a Europa a dos guerras mundiales, en las cuales han muerto más de 50 millones de personas, la mayoría de ellos civiles; y esta fue la “moral cristiana” de las guerras religiosas, de la Santa Inquisición y es la moral perversa de muchos sacerdotes pedófilos contemporáneos nuestros.

Y remata Gurdjeff con esta cita:

*“A la gente le gusta mucho hablar de moral. Pero la moral es una simple autosugestión. **Lo que es necesario es la conciencia.** No enseñamos moral. Enseñamos cómo se puede descubrir la conciencia”.*

Ídem

La mente dividiendo

Imagine la Tierra sin seres humanos. ¿Qué sería puro y qué sería impuro? Todo será, simplemente será. Nada será puro y nada será impuro; nada será bueno y nada será malo; nada será moral y nada será inmoral.

Todo **será**, simplemente **será** así, sin más.

Con el hombre entra la mente. La mente divide. Dice: “*esto*” es bueno y “*eso*” es malo. Esta división no crea sólo una división en el mundo; crea también una división en el que divide.

Si su mente divide, usted también es dividido en esa división, y no podrá trascender su división interna al menos que olvide las divisiones externas. Todo lo que le hace al mundo, se lo ha hecho también a sí-mismo.

Naropa, uno de los maestros más importantes del Yoga, dice:

“Un centímetro de división, y se separan el cielo y el infierno”.

¡Basta un centímetro de división! Pero seguimos dividiendo, seguimos poniendo etiquetas, condenando, comparando, dando significación a los hechos.

¡Mire el hecho escueto de la existencia y no le ponga etiquetas!

Sólo entonces pueden ser comprendidas las enseñanzas del Zen. Ese mirar así, sin etiquetas, es la práctica de la percepción sensorial pura, sin juicio alguno, sin proceso racional de ningún tipo.

No piense en bueno o malo, sino perciba el hecho, sienta el hecho, conéctese con la existencia del hecho, porque todo lo que sucede es la vida fluyendo... es el proceso de la vida.

No lleve su mente al hecho. Permita que sea así y que deje de ser. En el momento en que lleva su mente al hecho, que es pensar en el hecho, ha creado una ficción, un mundo virtual, una realidad mental personal.

En ese momento de la ficción, el hecho, la realidad, lo que sucede, desaparece del campo de su percepción sensorial y es sustituido por la irrealidad de la ficción personal. El hecho real desaparece y es sustituido por la proyección de su mente, y su mundo interior se pasa a vivir en ese mundo ilusorio.

Pero comprenda claramente que no se trata de la inmoralidad, sino de un estado interno de no-moralidad, no-juicio, pura percepción, pura vivencia del hecho, conciencia del hecho.

No se trata de juzgar los hechos sino de una comunión existencial con los hechos, cuando se activa la conciencia perceptiva de los hechos.

El Tantra, que es una de las Escuelas de Conocimiento, dice:

“Lo que es muy puro para otras enseñanzas, una virtud, es un pecado para nosotros, porque su concepto de la pureza divide. Para ellos, algo se vuelve impuro”.

Si llama santo a un hombre, ha creado al pecador. Ahora tendrá que condenar a alguien en alguna parte, porque el santo no puede existir sin el pecador. Los santos no pueden existir sin los pecadores. Son el otro lado de la misma moneda. No se puede destruir un lado de la moneda. Existirán los dos lados siempre. Si crea una moneda, crea dos lados. No es posible un solo lado.

¿Y qué pasa si no inventa monedas?

Los pecadores y los santos son ambas partes inherentes de una sola cosa. Si acaba con los pecadores, los santos desaparecerán del mundo. Pero no se preocupe; deje que desaparezcan, porque no han resultado ser de ningún valor para la humanidad.

Jesucristo, por ejemplo enseñó el Amor y dio ejemplo del Amor. ¿Y? Mire cómo está el mundo, mire lo que hacen muchos sacerdotes seguidores de Jesucristo. ¿Entonces?

Los pecadores y los santos forman parte de una interpretación, de una actitud ante el mundo, una consecuencia de aplicar la mente a los hechos, en lugar de percibir los hechos tal como son.

Cuando aplicamos la mente a una realidad decimos:

“Esto es bueno y eso es malo”.

Y no puede decir que *“esto es bueno”* a menos que también diga que *“eso es malo”*. Lo malo es necesario para definir lo bueno. De modo que lo bueno depende de lo malo, su virtud depende de su pecado, y sus santos no pueden existir sin sus pecadores.

Su mente está creando ese mundo de categorías.

Sin importar lo mucho que condene a los pecadores, son parte inherente del mismo fenómeno, y todo eso es mental. Los pecadores sólo pueden desaparecer del mundo cuando desaparezcan los santos; no antes de eso, y el pecado no existirá cuando no haya ningún concepto de la virtud.

En este sentido, ni el Jehová de la Biblia, ni Jesucristo, ni Confucio, ni Mahoma, fueron maestros Zen, en el sentido que aporta Suzuki:

“El Zen no es un sofisticado arte de vivir. Consiste sencillamente en vivir, siempre en la realidad, en su exacto sentido”.

Vivir siempre en la realidad... no en los conceptos. Ellos fueron moralistas que condenaron a los pecadores y exaltaron a los santos. Sin ir tan

lejos, recuerde que usted todavía carga con lo que los cristianos llaman “*el pecado original*”...

En forma simple podríamos afirmar que el cristianismo es el sentimiento del pecador ante los ojos de Dios y que el sufrimiento es la expiación del pecado.

Esa tríada – pecado, sufrimiento, expiación – no existe en ninguna de las Escuelas de Conocimiento ya mencionadas. Gurdjeff sí enseña cierto conocimiento acerca del “*sufrimiento consciente*”, pero se refiere a cierto estado interno de autoliberación que necesita ser comprendido. Para él no se trata de la expiación por los pecados cometidos, sino de la conciencia del sufrimiento que padece el hombre. Es un acto liberador.

El hecho de condenar

El Zen dice que el hecho es real y la interpretación es irreal.

El hecho es lo que es real.

El juicio es lo que no es real.

No interprete. No considere nada puro o impuro. ¿Por qué? Porque la pureza y la impureza son nuestras actitudes impuestas a la realidad.

Pruebe con la percepción pura sensorial, que es no aplicar la mente a los hechos.

Esta manera de vivir no es simple...porque estamos tan orientados al pensamiento dual, enraizados en el pensamiento dual, que ni siquiera somos conscientes de condenarlo todo.

Si alguien empieza a fumar, por ejemplo, puede que no lo haya sentido conscientemente pero lo ha condenado. Sin haber mirado a esa persona, la ha condenado.

No condenar, no juzgar va a ser difícil, porque el hábito está muy arraigado. Con sus gestos, con su manera de sentarse, con el movimiento de

su cuerpo, con la intensidad de su mirada, con el movimiento de sus manos, con el tono de su voz... sigue condenando, ni siquiera consciente de lo que está haciendo.

Cuando sonrío con sorna, cuando mira, cuando calla, cuando ignora a alguien, ¿qué está haciendo? Juzgando, condenando, imponiendo sus actitudes, sin darse cuenta jamás de lo que ocultan sus actitudes y sus conductas, ni darse cuenta de quién está oculto detrás de todo eso. ¿Quién está oculto ahí? El pequeño tirano que cada uno de nosotros lleva por dentro, el “yo”, el “mi”, mi ego, mi personalidad.

La dualidad interior es el resultado de estos procesos inconscientes. Si dice que algo es bonito, entonces tendrá que condenar algo como feo. Esa forma dual de ver lo externo corresponde a una actitud dual interna que lo divide a usted en dos, simultáneamente, de manera que habrá por lo menos dos personas, dos “yoes”, dentro de usted.

Veamos esto con un ejemplo. Si dice que alguien está enfadado y que la ira es mala, ¿qué hará cuando usted esté enfadado? Dirá que esto es malo y entonces empiezan los problemas porque dice:

“Esto es malo, esta ira en mí es muy mala, algo hay en mí que es malo”.

Entonces ha empezado a dividirse a sí mismo en dos personas: una persona mala, una persona maligna dentro de sí, y una persona buena, un santo. Por supuesto, se identificará con el santo interno, de modo que el diablo, Satanás, el mal que hay dentro de sí mismo será condenado.

Está dividido en dos, por lo menos en dos, y se está autocondenando. Ahora habrá una lucha, un conflicto constante entre su santo y su Satanás. Ahora no puede ser una verdad, una existencia única; será un gentío, una contradicción permanente, un problema “moral”. Ya no habrá paz, no habrá silencio. Sólo sentirá tensiones y angustia, que no se resuelven en el confesionario.

Esto es lo que vive sintiendo, sin saber por qué. Sin darse cuenta, ha creado las bases de un sufrimiento interno, del cual no tiene ni la menor idea cómo resolverlo esencialmente.

La dualidad interna

Una persona dividida no puede tener paz. ¿Cómo va a tenerla? ¿Dónde va a poner a su diablo? Tiene que aniquilarlo, pero no puede, porque ese diablo es usted.

Pero, realmente, usted no es dos.

La realidad es una, una es la existencia, una es la vida, pero a causa de su actitud divisiva ha dividido la realidad externa con sus juicios y se ha dividido a sí mismo, división que es la fuente del juicio.

Cuando usted se divide, divide todo.

Cuando usted divide el mundo externo con sus juicios, cuando lo fragmenta, es porque usted ya está dividido internamente; de otra manera, si no hay fragmentación interna no podría fragmentar lo externo. Es usted el que crea la división externa. Es su mente fragmentada la que ve fragmentada toda la realidad.

Es así como todo el mundo está luchando consigo mismo, porque creó su propia dualidad confrontadora, y está luchando contra todo el prójimo, porque su dualidad contiene un juez implacable que condena. Lo que no soporta en sí-mismo, no lo soporta en los demás.

La dualidad interior funciona como si una de sus manos estuviera combatiendo contra la otra... pero la energía es una, la vida es una. En mi mano derecha y mi mano izquierda, soy uno; estoy existiendo en ambas, estoy fluyendo en las dos, aunque puedo engañarme a mí mismo al creer que la mano derecha ha ganado y la izquierda ha caído. Mi santo derrotó a mi diablo. Pero esto es una falacia, porque existo en las dos, simultáneamente.

No dividir

El Zen dice: no divida, sólo entonces será uno. ¿Cómo no dividir? ¿Cómo no estar dividido? No condene, no juzgue, no diga “esto” es bueno y “eso” es malo.

Abandone todas las concepciones de la pureza y la impureza.

Mire el mundo, pero no diga qué es.

No le ponga mente a los hechos.

Practique la **percepción sensorial pura** de los hechos externos y la **observación pura** de los procesos internos.

Sea un poco ignorante, no sea demasiado erudito, demasiado racional, demasiado lógico.

No ponga etiquetas, no juzgue, perciba los hechos con atención plena, permanezca en silencio observando, percibiendo, sin condenar, sin dar significación a nada.

Si puede permanecer en silencio con respecto al mundo, con el tiempo, este silencio penetrará en su interior.

Y si no hay división externamente, la división desaparecerá de la conciencia interna, porque ambas sólo pueden existir juntas. Si hay una de las dos, estará la otra. Si no está una de las dos, la otra no existe.

El repudio social

Esta actitud de no juzgar tiene unas implicaciones que no son aceptadas por la sociedad. La persona que vive así parece muy peligrosa. Nada es moral, nada es inmoral; nada es puro, nada es impuro. Las cosas son lo que son. Así es. Esto es así.

Pero la sociedad no comprende que para que un individuo viva así, sin dualidad, debe lograr un estado elevado de conciencia de sí-mismo.

La sociedad no sabe cuáles son los contenidos éticos de un estado superior de conciencia. ¡No lo sabe, ni lo puede saber!

Un practicante del Zen o del Tantra no dirá que un ladrón es malo; dirá que es un ladrón; eso es todo. Y al utilizar la palabra "*ladrón*" no hay ninguna

condena en su mente. Este “*ladrón*” es simplemente un hecho, no una condena.

Para el Zen, afirmar que este hombre es un santo y este otro es un ladrón, es igual que decir que esto es una rosa y eso no es una rosa, este árbol es alto y ese árbol es bajito, la noche es oscura y el día es luminoso... pero sin comparación, sin juicio valorativo, sin asignar una significación de naturaleza mental.

Al afirmar que “*este árbol es alto*”, por ejemplo, está describiendo un hecho; no está juzgando, ni comparando.

Una persona que viva así no es aceptada por la sociedad, porque la sociedad no puede existir sin condenar una cosa y sin valorar la otra. La sociedad existe sobre la dualidad, por lo cual reprime al individuo no-dual.

Una persona no-dual, ni moral, ni inmoral, es considerado antisocial, pero no lo es, porque esa actitud misma de no-dualidad es trascendental; trasciende los conceptos de bien-mal, justo-injusto, moral-inmoral, correcto-incorreto.

No es una actitud antisocial, sino trascendental; está más allá de la sociedad, por lo cual jamás será comprendida, ni aceptada.

Crear la unidad interior

Pruebe esto. Entre en el mundo, sin valores personales, sólo con hechos naturales: alguien es esto, alguien hace eso, sin juicios. Y entonces, con el tiempo, sentirá una no-división dentro de sí-mismo.

Sus polaridades se juntarán, su “*bueno*” y su “*malo*” se unirán. Se fundirán en uno, y usted se volverá una unidad. No habrá nada considerado puro, nada considerado impuro, pero esa es una percepción que nace de la unidad interior, no de la mente.

Esta actitud no-moral, no salida de la mente, es una característica que debe tenerse en cuenta al juzgar si el Zen y el Tantra son inmorales o no-morales... o trascendentes.

No se puede opinar sobre este delicado tema desde la mente ordinaria, porque la mente ordinaria es dual. Sólo quien ha vivenciado el estado interno de no-dualidad puede comprender la no-dualidad.

Hay enseñanzas que se basan en la no-violencia. Dicen que la violencia es mala y la no-violencia es buena, como predicaba Gandhi en la India. El Zen dice que la violencia es la violencia y la no-violencia es la no-violencia. Nada es bueno y nada es malo. Todo es como es. Todo es así. Así es. La realidad, los hechos son así, ni buenos ni malos, simplemente son así.

El celibato

Hay enseñanzas que están basadas en el celibato. Dicen que el celibato es bueno y el sexo es malo. El Zen y el Tantra dicen que el sexo es el sexo. Un hombre es célibe y otro no. Pero estos simples hechos no implican ningún juicio de valor.

Nunca dirán que el célibe es bueno y es malo el que practica el sexo. Nunca dirán eso porque aceptan las cosas como son. ¿Y por qué? Para crear una unidad interior.

La técnica de la no-dualidad es para crear una unidad dentro de sí-mismo, para tener dentro una existencia total, no dividida, no fragmentada, sin conflicto, no enfrentada, y estas son condiciones que van creando un espacio interno vacío y un silencio, que facilitan la manifestación de lo inmensurable.

Alguien que está tratando de ir a algún sitio contra algo, nunca puede tener paz. ¿Cómo va a tenerla si está contra algo?

Alguien que está dividido dentro de sí-mismo, luchando consigo mismo, ¿quién va a vencer? Nadie va a vencer, y estará muy confuso, porque disipará su energía luchando innecesariamente contra un fragmento de sí-mismo.

Esta es una técnica para crear una unidad dentro de sí, a partir de la **observación pura** de los procesos internos y la **percepción sensorial pura** de los eventos externos. Y la palabra “**pura**” significa no juicio, no pensamiento, no valoración, no significación, no procesos racionales.

Estos dos procesos internos van eliminando la polaridad dualista y entonces... no juzgará.

Dice Krishnamurti:

*“Una vez creada la dualidad, el conflicto es inevitable. Uno ha de comprender, pues, todo este proceso de la dualidad; no es que no haya hombre y mujer, verde y rojo, luz y oscuridad, alto y bajo; todos esos son **hechos**.”*

“El desperdicio de la energía tiene lugar en el esfuerzo que dedicamos a esta división entre el hecho y la idea, entre el hecho y el juicio acerca del hecho”.

Jesucristo

Jesús dijo:

“No juzguéis, para que no seáis juzgados”.
Mateo 7,1, Biblia.

Pero esta propuesta fue imposible de comprender para los judíos, porque toda su concepción estaba y está centrada en la moralidad y en el juicio: *“Esto es bueno y eso no es bueno”.*

Veamos unas pocas citas del Antiguo Testamento:

“Porque Jehová juzgará a su pueblo”.
Deuteronomio 32,36, Biblia.

“Porque Jehová viene a juzgar la tierra”.
1 Crónicas 16,33, Biblia.

“Júzgame, oh Jehová, conforme a mi justicia”.
Salmo 7,8, Biblia.

“Al justo y al impío juzgará Dios”.

Eclesiastés 3,17, Biblia.

“Porque Jehová juzgará con fuego y con su espada a todo hombre”.

Isaías 66,16, Biblia.

El juicio moral es la esencia del judaísmo. Por esta razón, el *“no juzgues”* de Jesús era imposible de comprender para los judíos, porque toda la concepción judía está basada en la moralidad:

“Esto es bueno y eso no es bueno”.

Jesús, con su enseñanza *“No juzgues...”*, sólo esa primera parte de su expresión, está hablando desde el punto de vista del Tantra, anterior a él, y según el Zen, posterior a él, porque se está oponiendo al juicio moral judío, tal vez una de las motivaciones para su sacrificio.

La primera parte de su expresión: *“No juzgues...”* es una propuesta pura; simplemente no juzgue. Pero la segunda parte de su enseñanza desvirtuó la verdad del *“No juzgues...”*.

La segunda parte *“...para que no seáis juzgados”*, desvirtuó la primera parte.

¿Por qué? Si no juzga, si no adopta ningún enfoque moral, si simplemente observa los hechos como son, sin interpretarlos con arreglo a sí mismo, entonces no puede ser juzgado por nadie, ni autojuzgado por sí mismo. Ya no hay necesidad de que sea juzgado por ningún poder divino.

Su ser no dual se ha vuelto divino. No puede juzgar, no puede ser juzgado, no puede juzgarse.

“¡Sé un Testigo, no un juez!”

Pero, cuando Jesús dijo: *“No juzguéis...”*, hasta ahí era Zen perfecto - desde nuestra perspectiva de hoy- de haberlo dejado así. Pero quizás porque le hablaba a los judíos y debía expresarse en sus términos, añadió:

“...para no ser juzgado”.

Desde nuestra comprensión de hoy, fuera del contexto de Jesús, eso ya no es Zen. Es un trato. “*Te doy para que me des*”. Esta adición destruyó la pureza, la calidad, la profundidad misma de su enseñanza.

“*No juzgarás*” es suficiente; no es necesario agregarle nada más.

“*No juzgarás*” significa que no viva juzgando.

“*No juzgarás*” significa mirar la vida sin hacer valoraciones. No evaluar, no pensar que “*esto es bueno y esto es malo*”. No ser moralista. No ser dualista. No diga que algo es divino y lo otro es malvado.

“*No juzgarás*” es una afirmación extraordinaria que indica que no hay ni Dios ni demonio.

Si Jesús lo hubiera dejado ahí, si sólo hubiera dicho esas dos palabras, tal vez habría cambiado todo el carácter del cristianismo. Pero añadió algo que lo desvirtuó. Dijo:

“...*para no ser juzgado*”.

Y así le dio un carácter condicional. Ya no es ausencia de evaluación sino un simple negocio, “*para no ser juzgado*”.

Es como una transacción comercial.

No juzgue por temor a ser juzgado. Pero, ¿cómo es posible abstenerse de juzgar por temor? El temor no puede librarlo de los juicios de valor, porque el temor, en su raíz, es un juicio de valor. ¿Cómo podría “*no juzgar*” si tengo temor, que es un juicio?

De manera que en el “*No juzgarás y no serás juzgado*” está el yo-miedoso, está el temor del ego, es una noción egocéntrica, es egoísta. Toda la belleza y profundidad de la frase, y de la intención, se destruye.

Si no lo juzgo... usted no me juzga. Es un acuerdo entre egos, es una transacción, un negocio moral. La frase se torna ordinaria, oculta la dualidad del yo -que-no-juzga y el yo-que-no-será juzgado.

Ahí hay dos.

Toda la frase de Jesús se convierte apenas en un buen consejo para las relaciones humanas, pero no entraña transformación alguna. Es un magnífico consejo para evitar los conflictos, pero no conlleva nada radical.

La segunda parte de su enseñanza crucifica la primera parte.

Pero esta dualidad en la frase de Jesús no es de extrañar. Él era frecuentemente dualista.

Por ejemplo en esta cita:

“Vosotros sois de abajo, yo soy de arriba; vosotros sois de este mundo, yo no soy de este mundo”.

San Juan 8,23, Biblia.

El Zen

El Zen no va más allá de: *“No juzgues”*.

Porque el Zen afirma que todo es como es, ni bueno ni malo. Las cosas son como son. Un árbol es alto y otro es bajo. Es un hecho. Alguien reza mientras otro sale a robar. Es un hecho. Así son las cosas. Este animalito es una gallina y este otro es un caballo. Son hechos, no juicios, ni ideas, ni evaluaciones. Son eso, hechos. Así son. Eso son.

¡He ahí el toque trascendente! Es algo que infunde temor, que provoca miedo, porque la mente ordinaria no puede comprender esto, ni nunca podrá comprenderlo, porque la comprensión existencial surge de la **observación pura** de los procesos internos y de la **percepción sensorial pura** de los eventos externos.

Esta es la razón por la cual no hay mandamientos en el Zen. No dice: *“haz esto pero no hagas aquello”*. No trata de lo que debemos hacer y no debemos hacer. No crea presiones con el cerrojo del *“deber”*.

El Zen no es moralista, ni perfeccionista.

El psicoanálisis reconoce que el perfeccionismo es una especie de neurosis. El Zen acepta. Y su aceptación es tan total, tan infinitamente

completa, que ni siquiera llama ladrón al ladrón, o asesino a un asesino. Ni eso. Trata de ver la pureza del espíritu, la trascendencia que emana de la existencia, pase lo que pase.

Todo es como es.

Pero esta “*aceptación*” no tiene nada que ver con la resignación frente a la realidad. No. No es eso. Esa palabra “*aceptación*” se toma en el sentido de un **reconocimiento** de la realidad tal como es, de una percepción pura y directa de la vida tal como es, sin intermediación de ni un solo pensamiento, ni un solo juicio.

El Zen desecha incondicionalmente los valores creados por la mente, pues cuando se establecen condiciones se pierde la libertad para la autoindagación.

Si alguien o algo me define lo que es bueno y malo, moral e inmoral, justo o injusto, quedo condicionado a un manual de instrucciones morales, sin libertad para indagar dentro de mí, por mí-mismo, qué es lo que es esencialmente bueno, moral y justo.

En el Zen no hay premio ni castigo, Dios ni demonio, no hay cielo ni infierno. Sólo hay la vida tal cual es, Aquí y Ahora.

El Zen no despierta la codicia de la gente atrayéndola con una carnada, prometiéndole los premios del cielo. Tampoco provoca miedo creando concepciones espantosas del infierno.

El Zen no conoce la retribución, ni el castigo. Sencillamente arroja la luz liberadora de la conciencia sobre las cosas. Es una luz que no se basa en la codicia ni en el miedo.

Todas las religiones fomentan la codicia del cielo y el temor al infierno. Por eso se dice que una persona religiosa siente “*temor de Dios*”, y no le faltan razones. Veamos un par de citas del Antiguo Testamento, cuyo sólo texto mete miedo:

“Hoy comenzaré a poner tu temor y tu espanto sobre los pueblos debajo de todo el cielo, los cuales oirán tu fama,

y temblarán y se angustiarán delante de tí”.

Deuteronomio 2,25, Biblia.

Y veamos una muestra de terrorismo puro:

“Aullad, porque cerca está el día de Jehová; vendrá como asolamiento del Todopoderoso.

Por tanto, toda mano se debilitará, y desfallecerá todo corazón de hombre, y se llenarán de terror; angustia y dolores se apoderarán de ellos...”

Isaías 13,6, Biblia.

Pero, ¿cómo puede ser religioso el miedo? Es imposible. Solamente la ausencia de todo miedo puede ser religiosa en su sentido esencial.

Pero cuando se tiene la noción del bien y del mal, que es el sustento del juicio, no se puede estar libre del miedo. Las nociones del bien y del mal nos hacen sentir culpables, desvalidos y paralizados.

Todas las religiones populistas se basan en una codicia y un temor ordinarios. La misma codicia de dinero se va transformando en codicia de Dios. El dinero se convierte en Dios y Dios se convierte en dinero. Los dos son lo mismo, porque los dos son codicia.

La única ley

El Zen está libre de todo juicio de valor.

A partir de la comprensión, permita que esto penetre en la profundidad de su ser. Sólo le deseo que comprenda. Que su única ley sea comprender, porque no hay otra ley sagrada.

No viva guiado por el miedo, de lo contrario vagará en la oscuridad. Y no viva de acuerdo con la codicia, porque ella no es nada más que la otra cara del miedo.

Solamente claridad, lucidez, atención alerta y relajada, observación pura, percepción sensorial pura, Testigo del flujo de la vida viendo las cosas tal como son, porque así son. ¡Nada más!

¿Acaso no puede aceptar y comprender la existencia tal como es?

Por no haberla aceptado nada ha cambiado. ¿Qué ha cambiado?

¿Pero es que acaso un juicio mental acerca de un hecho real, cambia el hecho?

Puede cambiar el juicio, o eliminar el juicio, pero el hecho es así, tal cual, tal como es.

Durante miles de años hemos rechazado muchas cosas, juzgándolas, y no por ello han desaparecido; al contrario, las hay cada vez más... ladrones, prostitutas, políticos, negociantes, especuladores, explotadores, personas vulgares... Nada de eso ha sido aceptado y todo eso permanece ahí, formando parte de la existencia.

Todo eso ha sido motivo de juicios y nada de eso ha cambiado. El juicio no cambia nada externo, pero sí deforma el ser interno del que juzga.

Jesucristo, que era judío, juzgaba:

“¡Ay de vosotros, escribas y fariseos, hipócritas! Que sois como sepulcros...”

Lucas 11,44, Biblia.

No es necesario juzgar, pero es necesario comprender, a partir de la observación y la percepción.

¿Qué es la percepción pura?

Para comprender bien la idea del **no-juicio** necesitamos acercarnos a los conceptos de la observación y la percepción puras; tomemos algunos fragmentos de las enseñanzas de Krishnamurti, extraídos de “*El Libro de la vida*”, con el propósito de dejar muy claro que la no-moralidad no es libertinaje,

que el no-juicio no es permisividad, ni que la aceptación de la realidad es un tipo de resignación frente a lo que la vida nos ofrece. Nada de eso es verdad.

“La forma más elevada de energía, el apogeo de la energía, es el estado de la mente cuando cesan las ideas, los juicios, los pensamientos, todo sentido de dirección o motivo; cuando la mente es energía pura”.

Junio 6

“Cuando usted ve el hecho, la percepción misma de ese hecho es la liberación respecto del hecho percibido. El ver algo como un hecho, ese ver mismo, tiene un efecto extraordinario sin que intervenga el esfuerzo del pensamiento”.

Junio 7

“Para comprender algo de manera total, usted debe concederle atención completa. Pero pronto descubrirá cuán extraordinariamente difícil es eso, porque su mente está habituada a las distracciones; si cuando mira algo está totalmente alerta, atento, libre de todo juicio, hallará que tiene lugar una completa transformación, y que lo bueno es esa atención total”.

Junio 12

“La percepción alerta es ese estado en el que la mente observa algo sin condenarlo, en el que nuevamente se enfrenta a la cosa tal como es...sin conocimiento alguno”.

Junio 15

“En la percepción alerta no hay un devenir, no hay objetivo alguno que alcanzar. Hay observación silenciosa sin opción ni condena, y en ella surge la comprensión...”

Esta percepción revela ese vacío creador que no puede ser imaginado ni formulado.”

Junio 20

La comprensión

El Zen dice que el cambio interior viene con la comprensión, no con la imposición de lo que “*debe ser*”.

El Zen no juzga, no condena, solamente comprende. Dice:

“Trata de comprender las cosas tal y como son. Trata de comprender a la humanidad tal y como es, no impongas ideales, ni digas cómo deben ser las cosas”.

Cuando tenemos un ideal, un ideal de perfección, ninguna persona podrá estar a su altura, así que todo el mundo será juzgado y condenado.

“Al Zen no le interesa cómo debes ser, sino cómo eres en realidad; verlo, y verlo con ojos de amor y compasión”.

El Zen es una Escuela libre de valoraciones, porque no actúa desde la mente sino desde la percepción y la comprensión de la realidad.

Tan pronto decimos que una persona es buena o mala, dejamos de mirarla. Le hemos puesto una etiqueta, una categoría. ¿Cómo podemos continuar mirándola a los ojos si la calificamos de mala?

Entonces procedemos a relacionarnos con esos rótulos y no con la realidad de esa persona. Pero la persona real continúa cambiando, porque la persona real es una energía en movimiento, es un río que cambia de color. ¿Cómo podría rotularla?

¡La persona real está viva, cambia!

Mientras un árbol esté vivo, aparecerán flores, brotarán hojas nuevas, otras caerán, llegarán los pájaros a anidar en él... las cosas seguirán cambiando.

Todas las posibilidades se mantienen abiertas mientras estamos vivos. Pero tan pronto como rotulamos a una persona diciendo que es buena, mala, moral, inmoral, religiosa, atea, creyente, bonita, fea, vulgar, esto o aquello, la vemos como si estuviera muerta.

Coloco rótulos cuando la conducta de una persona no satisface mis expectativas, pero nadie está aquí para satisfacer mis expectativas.

Un ser humano de verdad ignora las expectativas que los demás tienen de él, porque no ha venido a este mundo para someterse a la presión de las ideas de nadie.

Permanecerá libre. Siempre será inconsistente, porque de eso se trata la libertad. Hará una cosa un día, y hará algo totalmente contrario al día siguiente.

Un ser humano genuino es inconsistente.

Un ser humano real y verdadero alberga contradicciones.

Es la libertad pura.

Puede ser esto y también puede ser aquello.

Es su libertad la que decide qué hacer en un momento determinado.

Entonces, ¿qué rótulo ponerle?

Si la vida es un proceso continuo de cambio, ¿qué etiqueta le pongo?

La mente, que es un archivo viejo, puede juzgar y condenar la realidad, pero jamás podrá ver la realidad, comprender la realidad, percibir la realidad.

Todo juicio es mental, egocéntrico, subjetivo, que ignora la realidad de lo que es, y crea un conflicto relacional con lo que es.

Sólo la percepción pura ve la realidad, comprende, ilumina la realidad, activa los sentimientos del amor y la compasión.

No hay bueno ni malo.

Sencillamente las cosas son como son.

Todo es como es.

Todo es perfecto, porque es así, pero esta perfección existencial, que es la vida misma fluyendo, no puede ser captada por la mente, pero sí puede ser comprendida por la percepción pura de la realidad.

Retomemos a Krishnamurti:

“Tenemos un solo instrumento de percepción, que es la mente, y la mente es también el cerebro.

Por lo tanto, para descubrir la verdad en esta cuestión, uno debe comprender las modalidades de la propia mente, ¿no es así? Si la mente es torcida, uno no podrá ver rectamente; si es muy limitada, uno no puede percibir lo ilimitado. Si está condicionada por el pasado, ¿cómo puede percibir los hechos del presente?

La mente es el instrumento de percepción y, para percibir con exactitud, la mente debe tornarse libre, libre de “todo condicionamiento, libre del pasado, libre la experiencia, libre de toda autoridad y libre de toda creencia. Sólo una mente así, en estado de inocencia, puede descubrir aquello que es más que el cerebro y que la mente misma”.

Octubre 14

Resumamos todos estos conceptos en una frase de Shunryu Suzuki:

“El Zen no es un sofisticado arte de vivir. Consiste sencillamente en vivir, siempre en la realidad, en su exacto sentido”.

No se trata de juzgar los hechos de la vida; eso es mente aplicada a los hechos.

Se trata de comprender la realidad; esa comprensión es la emanación de la percepción pura... y ese es un estado interior *“que puede descubrir aquello que es más que el cerebro y que la mente misma”.*

Las circunstancias de la vida son alternativas, pero la Vida es perfecta, la Vida es un gozo, un éxtasis, una dicha.

Las cosas son así.

Los hechos son así.

Así es.

¿Y?

¿Qué es lo que juzgamos?

Ya sabemos que la que juzga y condena es la mente egocéntrica.

Pero, ¿qué es lo que juzga? Juzga las circunstancias: las cosas, las personas, los eventos que suceden.

Las circunstancias siempre son dinámicas, variables, siempre son las que uno necesita y las que le llegan.

Ahora, **cómo** uno las vive, **cuál** es la evolución o la involución de la persona en medio de esa cotidianidad, eso es lo interesante.

Lo importante no es lo que ocurre, sino **cómo** vivo lo que ocurre.

La vida de una persona es la vida interior, que es la vivencia de ese **cómo**.

La vida exterior son peripecias aleatorias, sucesos, eventos circunstanciales, pero la importancia que le damos a esa vida exterior es terrible, es nuestra esclavitud.

Esa importancia desmesurada a lo externo es lo que hace que la mente egocéntrica y dualista juzgue.

Le damos demasiada importancia a las circunstancias y nos pasamos la vida juzgando y reaccionando a ellas, en lugar de jugar con ellas, estar desapegado, observando, percibiendo, siendo Testigo, comprendiendo que realmente dan lo mismo una que otra.

Lo que importa en mi vida es mi Vida Interior.

Todo lo que sucede es muy interesante, pero lo importante es sólo la vida y lo que hacemos con ella.

Cuando comprendo esto entonces cualquier circunstancia es bienvenida, y todas me sirven de apoyo para percibir conscientemente eso que sucede. Claro, habrá circunstancias que me harán sufrir, habrá circunstancias que me darán placer, sí, pero en realidad eso da igual. Unas y otras son las que necesito.

Siempre estamos en medio de ciertas circunstancias, cuyas impresiones activan mi aparato psíquico.

Puedo relacionarme con ellas mediante el juicio inútil que produce sufrimiento interno y sufrimiento en las personas cercanas.

Pero podría utilizarlas para verlas, para observarlas, para percibir las sin ningún proceso racional, para ser Testigo del acontecer de la vida externa y, entonces, la mente dispondría de la energía más pura que hace posible que lo inmensurable, lo eterno, se manifieste. Desde este punto de vista todo es sagrado.

¿Cuáles son las opciones?

Juicio mental o percepción pura de la realidad.

Juzgar o Ver.

Bibliografía

- Osho. El libro de los secretos.
- Olivier Laignel. Lo real permanece invisible.
- Krishnamurti. El libro de la vida.
- Sri Nissargadatta. Yo soy eso.
- Dhiravamsa. La vía del despertar.
- Suzuki. Zen