

16. **La relación y el amor
en la pareja**

Versión 2

Procesos para su despertar interior

ego

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

“El amor no es un recuerdo. No es cosa de la mente o del intelecto. Adviene naturalmente como la compasión, cuando todo este problema de la existencia –miedo, codicia, envidia, sufrimiento, desesperación– ha sido comprendido y resuelto.”

Krishnamurti.



La relación y el amor en la pareja

“Nunca eres la misma persona, pero yo las quiero a todas.”

Narosky

El amor no es una relación

El amor relaciona, pero no es una relación.

Una *relación* es algo acabado, un sustantivo, una cosa, ha llegado al punto final, el cielo se cerró, terminó la luna de miel.

El *relacionarse* es algo vivo, es un verbo, algo vital, existencial.

Cuando el *relacionarse* termina, aparece la *relación*.

En la relación ya no hay alegría, no hay entusiasmo, ya ha acabado todo. Puede mantenerla, sólo para mantener sus promesas, sus compromisos, porque si la rompe le va a causar muchos problemas... Una relación significa algo completo, acabado, cerrado.

Pero el amor no es nunca una relación. El amor es relacionarse. Es siempre un río, fluyendo... hacia el mar. No es una novela que comienza en un punto y termina en otro.

El amor es un fenómeno que está ocurriendo, Ahora.

En cuanto se hace un Trabajo Interior, poco a poco la persona va comprendiendo algo que para la conciencia ordinaria parece un imposible: el enamoramiento termina, pero el amar continúa, es un *continuum*.

El amar es un verbo, no un sustantivo. Lo que importa no es el *amor*, sino el *amar*.

Pero ¿por qué reducimos la belleza del *relacionarse* a la cosa denominada la *relación*?

Porque relacionarse es algo inseguro y la relación supone una seguridad,

supone una certeza y como tal, algo que emana de la mente... no del corazón.

La *relación* está en su mente, el *relacionarse* está en su corazón.

El *relacionarse* es siempre algo incierto, porque es el encuentro de dos extraños, de dos personas en procesos continuos de cambio, de dos seres imprevisible. ¿Quién sabe lo que sucederá mañana? Nadie.

Pero tenemos tanto miedo del mañana que queremos asegurarlo, queremos que sea predecible, como una cosa; nos gustaría que el mañana fuera acorde con nuestras ideas, con nuestros deseos, con nuestras ilusiones, sin permitirle la libertad para que pueda decidirse por sí-mismo.

Como las cosas nos dan cierta garantía, transformamos el mañana en una cosa, en un deseo fijo con forma, que es una cosa.

No permitimos que la vida fluya. No permitimos que la vida se vaya manifestando a su manera, no permitimos que la realidad sea como es. No, no lo permitimos.

Hay por lo menos dos formas básicas de no permitirlo:

1. Identificándome con un deseo, con una fantasía, con una creencia, con lo cual evado la realidad.
2. Reduciendo lo intangible a lo tangible, lo metafísico a lo físico, convirtiendo el verbo en sustantivo; transformando el *relacionarse*, que es algo vivo, en la *relación*, que es una cosa muerta.

La ley no garantiza nada esencial

Cuando se enamora, enseguida empieza a pensar en casarse, en firmar un contrato legal. ¿Por qué? ¿Por qué aparece la ley en el amor? La ley aparece en el amor porque no hay amor. No es más que una ilusión, y sabe que toda ilusión termina, desaparece.

Antes de que desaparezca, legalizarlo, para que dure para siempre.

La legalización no garantiza el amor, el *relacionarse*, pero hace muy difícil, o imposible, el separarse; es decir, garantiza la *relación*.

En un mundo mejor, con más personas meditativas, con algo más de

conciencia esparcida sobre la tierra, la gente amará, podrá amar, amará muchísimo, pero su amor será un *relacionarse*, no una *relación*.

Y esto no significa que dicho amor sea momentáneo. Es probable que ese amor sea más profundo, que establezca una intimidad más esencial, que tenga más poesía, más divinidad. Y es muy probable que ese amor dure más que lo que jamás ha durado eso que llama *relación*.

Pero ese amor que nutre el *relacionarse* no nace en la mente, ni lo garantiza la ley, el juzgado, la policía, la iglesia, ni la notaría.

La garantía será interior, emana de su nivel del *Ser*.

Supondrá un compromiso desde el corazón, una emanación de la conciencia, una comunión silenciosa entre dos seres.

La relación es un compromiso, y el relacionarse es el amor en acción, una comunión, un encuentro existencial.

El conflicto en la relación

La relación, la cosa, basada en necesidades mutuas, sólo trae conflicto. Nos usamos el uno al otro para un propósito, una finalidad.

Con una finalidad en perspectiva, la *relación* existe pero el relacionarse es un imposible, es inexistente.

Usted puede usarme y yo puedo usarle. En esa utilización perdemos contacto, unidad, vínculo, afecto, ternura.

Cuando nos usamos el uno al otro, sólo tenemos la imagen del fin que deseamos obtener.

El fin, el propósito, el provecho, crea la relación pero impide el relacionarse, impide la comunión, el encuentro de dos.

En el uso que hacemos del otro, por satisfactorio y confortable que pueda ser, siempre hay miedo. Para evitar este miedo tenemos que poseer, y de ese poseer surge la envidia, la suspicacia, la desconfianza y el conflicto constante.

Una relación así jamás puede ser fuente de felicidad.

Una sociedad cuya estructura se basa en las meras necesidades, ya sean fisiológicas o psicológicas, tiene que engendrar conflicto, confusión, desdicha. La sociedad es la proyección de uno mismo en su relación con otro, relación en la que la necesidad y el uso mutuo son predominantes.

Cuando usted usa a otro para sus propias necesidades físicas o psicológicas, en realidad ni siquiera existe la relación. Existirá la utilización, pero no la relación y mucho menos el relacionarse. Cuando usted usa a otro sólo existe el uso, la utilización, la cosificación, en ausencia total de un verdadero contacto, de una comunión verdadera con la otra persona.

¿Cómo puedo tener una comunión con el otro, cuando el otro es utilizado como un mueble para mi propia conveniencia y comodidad?

Cuando el otro es utilizado como una cosa, como un mueble, para mi propio propósito, no nos vincula ni siquiera la comunicación verbal. Simplemente hay un uso de una cosa.

Cuando lo que existe es la *relación*, puede haber comunicación verbal, mental, civilizada, como cuando el televisor nos habla o cuando le hablamos a un espejo.

Cuando existe el *relacionarse* como algo vivo, entonces, el vínculo es la comunicación existencial, no necesariamente verbal, pero esencial. Es la comunión de las existencias, el encuentro de dos vidas, y un único propósito: crecer, evolucionar, *Ser*, desentrañar el Misterio de la existencia que los une.

Volver a empezar

Olvídese de la *relación* y aprenda a *relacionarse*.

Una vez que establece una relación, da por hecho que el otro va a estar ahí. Eso es lo que destruye la comunión en la pareja.

La mujer piensa que conoce al hombre; el hombre piensa que conoce a la mujer. *¡Nadie conoce a nadie!*

Es imposible conocer a la otra persona. Ella es un misterio y será un misterio por siempre.

Pensar que conoce a su pareja es algo realmente ingenuo. ¿Cómo puede

conocer a la mujer? ¿Cómo puede conocer al hombre? Son *procesos*, no son cosas. Son procesos vivos, cambiantes, impermanentes, imprevisibles, inciertos.

La mujer a la que conoció ayer ya no está hoy. El hombre de ayer ya no existe, existe otro. Todo ser humano es un proceso inconsciente de cambio perpetuo, de un “yo” a otro “yo”, y los “yoes” son infinitos.

Si esa persona de ayer es diferente hoy, ¿con quién establece una *relación*? No hay con quién. Pero puede *relacionarse* de nuevo, *Aquí-Ahora*, comenzar de nuevo *Ahora...* pero no desde la mente, sino desde la comprensión de la realidad que sucede *Ahora*.

Relacionarse es un proceso vivo

Es empezar de nuevo cada día, comenzar de nuevo, no dar por un hecho al otro, no suponer nada.

Por la mañana vuelva a contemplar el rostro de la pareja con la que durmió. Ya no es la misma persona; ha cambiado mucho, muchísimo. He ahí la diferencia entre una cosa y una persona. Los muebles de la habitación siguen siendo los mismos, pero ese hombre y esa mujer ya no son los mismos.

Vuelva a explorar, vuelva a empezar. Dedíquele toda su atención, escuche su voz, descubra el sentido de sus palabras, descubra sus necesidades, obsérvese en sus debilidades, sienta su piel, mire sus ojos, mírese en sus ojos, conéctese con su sentimiento... *Ahora*. Así renace la comunión.

Sienta su propia Presencia y la Presencia de su pareja; simultáneamente... *Ahora*.

Eso es *relacionarse*.

En la *relación* usted *supone* lo que el otro es; en el relacionarse, usted *descubre* conscientemente lo que el otro es... *Ahora*.

Relacionarse significa que siempre está empezando, siempre, sin suponer nada, como si de instante en instante le estuvieran presentando a su pareja, al otro.

Relacionarse significa que desde un estado interior de conciencia, sin juicios, puede ver, comprender y sentir las diferentes facetas de la otra persona, ahondando cada vez más en el reino de sus profundos sentimientos, en los profundos recovecos de su ser.

Es posible que nunca descubra quién es el otro, que jamás pueda develar el misterio que es el otro, porque cada ser humano es un misterio insondable, pero puede explorar *conscientemente* en el otro, sin juicio alguno, y esa es la esencia de *relacionarse*, esa es la alegría de *amar* al otro.

Amar al otro es verlo tal como es, desde la conciencia de sí-mismo, sin juicio alguno, reconociendo su ser y su existir tal como es, sin desear cambiar absolutamente nada, lleno de asombro al descubrir que estoy junto a una criatura creada por el universo, por el bien de los dos, para evolucionar.

El proceso de ver y sentir al otro, *así*, es *relacionarse*.

Esa es la comunión de las existencias.

La *relación* es el encuentro con las cosas.

El *relacionarse* es el proceso de descubrir al otro, sin juicio alguno, Ahora, de instante en instante, sin pasado ni futuro... Aquí... Ahora.

El relacionarse es un verbo, es la acción de amar.

La búsqueda inagotable

Si se relaciona con el otro sin transformar el encuentro en una relación, el otro se convertirá en su espejo, en el espejo suyo.

Al profundizar en el otro, al descubrir sus sentimientos, sus pensamientos, sus más profundos sentimientos, estará descubriendo también sus propios sentimientos, sus más profundas emociones.

Este hecho es una cualidad extraordinaria de la percepción consciente: lo que veo en el otro es lo que puedo ver... en mí. Si afinó la mirada, podré tener una mirada más sutil de mí mismo y esa sutileza me permite ver mayor profundidad en el otro.

Es que la percepción pura y consciente es el mismo instrumento que me

sirve para verme y para ver. Si puedo verme, puedo ver eso en el otro. Si puedo ver eso en el otro, puedo ver lo mismo en mí mismo. Pero es un *ver* sin juicios, sin etiquetas, sin un solo pensamiento.

Es el pensamiento el que separa.

La percepción consciente unifica lo externo y lo interno. Unifica lo que el pensamiento separa.

El pensamiento es el que crea el problema entre los dos, es el que fragmenta el vínculo, es la enfermedad del “yo” pienso que...

Si me veo conscientemente, puedo ver al otro.

Si veo al otro conscientemente, puedo verme.

Tal vez, ver y verme... es lo mismo.

Ver y verme es el proceso de relacionarme... Ahora.

Ese proceso es bello, amoroso, profundo, silencioso, existencial.

La que es fea es la relación.

En una relación, ambas personas se vuelven ciegas hacia el otro.

Si quiere constatarlo, simplemente piense en lo siguiente:

¿Cuánto tiempo ha pasado desde que miró a su pareja a los ojos?

¿Cuándo fue la última vez que soltó su miserable “yo” para mirar a su pareja desde el corazón?

¿Cuándo fue la última vez que sintió el sentimiento oculto en las palabras de su pareja?

¿Cuándo fue la última vez que focalizó toda su atención en su pareja, simplemente para verla, escucharla, sentirla?

Quizás años.

¿Quién mira a su pareja? Ha dado por hecho que la conoce, ¿qué más hace falta mirar?

Está más interesado en los desconocidos que en la persona que supuestamente ama y conoce.

Conoce toda la topografía del cuerpo de su pareja, sabe cómo reacciona, sabe que lo que ha ocurrido volverá a ocurrir una y otra vez, supone que lo sabe todo de ella, entonces ¿qué hay por descubrir? *Nada*, dice su mente.

Pero no es así. En realidad, no es así.

Nada se repite, todo es nuevo cada día, cada instante.

La realidad de cada instante es irrepetible, única, absoluta, lo único que hay.

El cambio perpetuo es una ley del Universo.

Amar es un eterno descubrir

Sólo sus ojos envejecen, sus suposiciones envejecen, su mente es cada día más vieja y rutinaria, su espejo tiene ya tanto polvo que es incapaz de reflejar al otro.

En una *relación* el que en realidad está muerto es... usted. Porque ya no ve, ya no descubre, ya no percibe, ya no investiga, ya no indaga. Usted está muerto, aunque respire.

Eso es lo que se denomina un sonámbulo, un zombi, un ser inanimado... que piensa y respira.

Por eso es necesario *relacionarnos*, para permanecer continuamente en el gozo de la convivencia viva.

Continuemos buscándonos el uno al otro. Descubriendo nuevas formas de vernos, descubriéndonos el uno al otro. Tal como somos, sin quitar ni agregar nada.

Descubriendo nuevas formas de amarnos el uno al otro, nuevas formas de estar con la otra persona, nuevas maneras de convivir, cada vez más sutil, más profundo, más sensible, más amorosos, sin necesidad de expresarlo verbalmente, porque expresarlo de palabra supone profanarlo.

Decir “Te amo” no es amar.

Amar es sentir amor, aunque no lo diga.

Amar es amar al otro, aunque no lo conozca.

Amar es amar al otro porque existe, porque es así. Amarlo es amar su existencia, su vida, su ser, tal como es, porque es así.

Cada individuo es un misterio tan infinito, inagotable e insondable, que nunca podrá decir:

“Ya lo conozco”

Como mucho podrá decir:

“He hecho todo lo posible, pero el misterio sigue siendo un misterio”.

De hecho, cuanto más conoce al otro, más misterioso se vuelve el otro, porque el ser del otro cambia, evoluciona, crece, sin límite en su profundidad.

De esta manera, el *relacionarse* es una aventura amorosa constante, entre dos misterios que evolucionan hacia la *Unidad*.

Del deseo al amor

Amar es prácticamente imposible en el estado habitual de la mente humana, en el ordinario estado de vigilia.

Amar es posible únicamente cuando ha logrado ser, despertar. Nunca antes, y Ud. despierta cuando activa el estado de conciencia de sí-mismo.

Antes de que esto suceda es siempre otra cosa.

Seguimos llamándolo amor, pero es otra cosa.

Un hombre se enamora de una mujer porque le gusta la forma de caminar, o su voz, o sus ojos, o sus cejas...

Nada hay de malo en eso, de hecho las cejas pueden ser preciosas, pero si usted se enamora de unas cejas, tarde o temprano se decepcionará, porque

las cejas no son una parte realmente esencial de la persona.

¡Y la gente se enamora de este tipo de cosas irrelevantes! ¡Nos enamoramos de esas cosas! Ya no me da pena reconocer que una vez me enamoré de unos zapatos azules... pero aprendí la lección, dura, muy dura. Pero ya pasó.

Las formas, los ojos... no son cosas esenciales, porque cuando vive con otra persona no está viviendo con las proporciones de su cuerpo, ni con el color del pelo, ni con la forma de sus labios, ni con el color de sus zapatos... vive con el ser de esa persona, con lo que la persona es,

Cuando vive con una persona... una persona es algo grande e inmenso... casi indefinible, y todas las cosas superficiales, tarde o temprano, pierden todo su sentido. Y entonces, ¿qué hacer?, ¿qué queda? Comienza el hastío... porque la causa de su enamoramiento ya desapareció.

Todo amor comienza de una manera romántica. Cuando termina la luna de miel, termina casi todo, porque uno no puede vivir con un romance. Uno tiene que vivir con la realidad, y la realidad es algo totalmente diferente.

La realidad es "*lo que es*", tal como es, y no como la imagino o la deseo.

Cuando ve a una persona, no ve la totalidad de la persona, sólo ve la superficie.

Es como si se enamorara de un auto por su color; puede que no tenga motor y el color no le va a servir para nada.

Cuando dos personas se encuentran, sus realidades interiores se encuentran y el exterior se vuelve insignificante.

¿Qué ocurre con las cejas, el pelo y los zapatos? Prácticamente, y pronto, empieza a olvidarse de eso. Ya no lo atraen, porque son **cosas** que están ahí. Ahí están.

Cuanto más inconscientemente conoce a una persona, más miedo tiene, porque empieza a conocer su locura y la otra persona empieza a conocer la locura de usted. Entonces, ambos se sienten engañados, ambos empiezan a sufrir el desencanto, puede empezar la venganza, como si la otra persona hubiera mentido.

Nadie engaña a nadie, a pesar de que todo el mundo es engañado en el

proceso inicial del enamoramiento instintivo, pasional e inconsciente.

Si resuelve ese acertijo, es porque fue engañado, y entonces... comprende.

El infierno de la costumbre

En general, todo el problema en la *relación* radica en que cada uno se sentía atraído por el otro porque eran unos desconocidos el uno para el otro, y porque ignoraban a gusto la naturaleza biológica de esa atracción.

Lo desconocido era la atracción, ahora cada uno conoce a la otra persona muy bien... o eso supone.

Han hecho el amor muchas veces y casi se ha convertido en una rutina. Como mucho en algo relajante, como un hábito, pero ha desaparecido el romance. Así que ambos se aburren.

El hombre se convierte en una costumbre, la mujer se convierte en otra costumbre. Ya no pueden vivir sin el otro por la costumbre, y ya no pueden vivir juntos porque ya no hay romance.

Ese es el infierno que le faltó al Dante en su Divina Comedia, porque, tal vez, era célibe.

Percibir y encontrar

Si usted se ha *relacionado* con esa persona desde la búsqueda consciente de su ser, de lo que es, entonces usted ama eso que es, sea lo que sea, porque el amor no radica en amar eso, sino en la percepción pura de eso, sea lo que sea.

Comprenda esto, por favor. Es la búsqueda consciente del *ser* del otro lo que crea el *relacionarse* y da origen al amor al otro.

Es el proceso de la percepción lo que crea el amor al otro; la percepción consciente, no la búsqueda egoísta. Lo que importa es la *percepción consciente*, no lo que busca.

Amar no es buscar, sino encontrar, pero también es encontrarse.

¿Y qué ama en el otro? No lo superficial, sino lo que encontró en su ser más profundo, porque eso que usted encontró en el otro es lo que encuentra en sí-mismo. Pero también podría amar lo superficial del otro...

Usted ama eso que encontró en el otro, *porque eso es usted*.

Usted ama eso que encontró, porque lo percibió conscientemente.

En últimas, el *amar* es el proceso de percibir y encontrar conscientemente, y el *amor* es la fragancia de ese estado de conciencia.

Cuando usted ama así, se ama; y cuando se ama así, ama. Amarse y amar es lo mismo.

Usted ama lo que encontró en el otro, porque se encontró a sí-mismo.

Pero para encontrar eso, hay que buscar en el otro, y para buscar en el otro es necesario estar presente, consciente, despierto, alerta, vivo.

Todo esto parece un juego de palabras, pero no lo es. Lea esto despacio, relea desde su corazón, y *sentirá* la verdad que hay ahí. Es posible que su mente no entienda, lo cual está bien, pero es seguro que su corazón *sentirá*, y eso está mejor.

Cuando la mente no entiende... voy bien.

En el estado habitual de la mente, no es posible lo que hemos llamado amor.

Sólo ocurre cuando tiene un *ser* integrado, lo cual se refiere a la armonía posible entre los centros mental, emocional y corporal. Pero tal armonía no surge por sí sola. Es el resultado de un Trabajo Interior.

Lo que no exige ningún esfuerzo es la desarmonía interior, que es el estado ordinario en que vivimos, estado que puede crear el deseo, la ilusión, la fantasía, la búsqueda de placer, la búsqueda de una supuesta seguridad, pero nada de eso es amor.

Pueden ser emociones positivas o negativas, sensaciones positivas o negativas, pero todas reactivas, compulsivas, e inconscientes, que conducen al desencanto.

El amor es una cualidad de la conciencia-de-sí-mismo, una emanación de la conciencia subjetiva, la fragancia de la Presencia Interior. Es una expresión de la armonía interior.

El amor no es romance, no es enamoramiento, no es placer, no es sensación, no es emoción. No tiene nada que ver con eso.

El amor se orienta directamente a la persona amada y mira en su alma, observa en la profundidad de su *ser*.

El amor al otro es, entonces, una especie de afinidad con el *ser* más profundo de la otra persona, una comunión entre su *ser* y mi *ser*, una fusión consciente existencial, un encuentro de los dos cuando cada uno encuentra el *ser* del otro.

Ese proceso de buscar los *seres* mutuos es el amor.

En ese proceso uno debe estar consciente y permanecer alerta, para descubrir.

La adversidad en la relación

Si su amor sólo consiste en las tonterías de las cejas, el pelo... desaparecerá rapidito. No vale la pena preocuparse por él. Pero si es auténtico, si tiene cierta profundidad, si es de naturaleza consciente, entonces sobrevivirá a toda adversidad.

Entonces, simplemente contemple la adversidad... como mirando las nubes que pasan amenazando lluvias torrenciales. Descubra que la percepción pura y amorosa de la adversidad señala la acción correcta necesaria.

Puede que llueva o no llueva, eso no importa. Lo importante es contemplar las nubes de la adversidad. El amor trasciende esas circunstancias.

Todo es conciencia

Pero, mirando más fino, y no es una contradicción sino una percepción más profunda, si la naturaleza del amor es la conciencia, entonces el amor no es la cuestión... sino la conciencia.

Si hay conciencia, hay amor, que es su emanación.

Si no hay conciencia, no hay amor, pero puede haber *relación*, enamoramiento, pasión, placer...

Si hay conciencia, hay un *relacionarse*.

Si no hay conciencia, hay *relación*.

A mayor conciencia, el amor aumenta su calidad, su cualidad, su potencial para *relacionarse* con el ser amado, sin que nunca haya *relación*.

La comunión que se da entre dos seres que se aman surge de la conciencia subjetiva de cada uno y de la percepción consciente del ser del otro.

Así, no importa lo que el otro sea.

Usted lo ama, porque es así, porque así es. Porque existe, sea como sea. Como dice Narosky:

“Nunca eres la misma persona, pero yo las quiero a todas.”

Dimensiones del amor

Entre el enamoramiento y el AMOR hay tres dimensiones.

Una es de tipo animal: es sólo deseo, un fenómeno físico, una expresión hormonal, corpórea, una exigencia de la naturaleza.

La otra es humana, va más allá del deseo, de la sexualidad, de la sensualidad. Es el amor al cual nos hemos referido en este artículo.

Es el amor humano, fruto de la Conciencia Subjetiva.

En la *primera*, la otra persona es utilizada como un instrumento para

satisfacer propósitos biológicos. Es la relación.

En la *segunda*, la otra persona es igual a mí, por lo cual no puede ser explotada. El otro es un fin en sí mismo y el amor entre los dos consiste en un mutuo compartir del *ser*, compartir las alegrías, compartir los afanes de la vida, compartir el gozo de existir, compartir la vida y compartir la muerte.

Y ese compartir es mutuo, al *relacionarse*.

El primero es posesivo; el segundo, no.

El primero crea una atadura; el segundo da libertad.

La *tercera* dimensión del amor es divina, eterna: cuando no hay un objeto al que amar, cuando no existe el otro a quien amar, cuando el amor no consiste en una *relación* ni en un *relacionarse* en absoluto, cuando el amor se convierte en un estado del *Ser*, una cualidad del *Ser*.

Cuando el amor es un *estado* del *Ser* significa que no es un sentimiento, ni una cualidad, ni una fragancia, sino la naturaleza misma del *Ser*.

Usted simplemente ama, no ama a nadie en particular, sino que es simplemente un estado de amor, así que, haga lo que haga, lo hace con amor, lo hace por amor, porque no puede hacerlo de otra manera. No tiene opciones.

Cuando toca una piedra, cuando auxilia a un animalito, cuando mira a un árbol, cuando está frente a su ser amado, o lejos de él; cuando inhala y exhala la energía del universo, cuando descubre el movimiento de sus manos, cuando escucha los sonidos circundantes, cuando siente en su piel el frío de nuestra sede en Sesquilé, todo eso está lleno de amor.

No puede evitarlo, no tiene opción. No tiene libertad para no-amar.

El *primero* utiliza a la otra persona como un instrumento.

En el *segundo*, la otra persona ya no es un instrumento.

En el *tercero*, la otra persona ha desaparecido por completo.

El primero crea una atadura, el segundo da libertad y el tercero trasciende ambos, supone la trascendencia de toda realidad.

En el tercero ya no hay amante ni amado, sólo hay Amor.

Ese es el estado supremo de Amor y ése es el fin que hay que buscar en la vida, pero previamente el segundo tipo de amor debe ser colmado completamente.

Del primer amor hay que hastiarse, del segundo hay que colmarlo a plenitud y en el tercero está la posibilidad de la autorrealización suprema.

La mayor parte de la gente se queda en el primero, algunos entran en el segundo, y muy pocos tienen acceso al tercero.

Sólo hay unas cuantas personas, aquí y allá, que han entrado en la tercera dimensión del amor.

Sin embargo, si sus ojos siguen fijos en las estrellas lejanas, es posible.

Si Ud. mira más allá de las “*formas*”, es posible.

Si Ud. medita con lo que sucede, es posible.

Y cuando se convierte en realidad, se siente colmado, pleno; a la vida no le falta nada, y esa plenitud es alegría, gozo, una eterna alegría, un éxtasis.

Tal vez ni la muerte puede destruirla, si es que la muerte existe.

El amor y la meditación

Una ***relación*** es un rompecabezas al cual le faltan fichas claves, pero usted no lo sabe. Por más que intente resolverlo, nunca será capaz de hacerlo. Está hecho de tal manera que seguirá siendo siempre un rompecabezas, término que debe ser tomado literalmente... rompe-cabezas.

¿Por qué?

Somos dos... hechos de distinta manera... condicionados de diferente manera... cada uno el polo opuesto del otro... halando en distintas direcciones... manipulando a la otra persona... intentando poseerla... dominarla... somos dos... uno y otro... dos egos... egocéntricos... inconscientes... cada uno con sus propios miedos... cada uno con sus propósitos... cada uno con sus emociones negativas... cada uno con su propia historia personal... cogidos de la mano.

Esos son elementos de la ***relación***, que deben ser trascendidos para poder

relacionarse. ¿Ve la dificultad? ¿Ve la posibilidad?

El reto es de titanes, pero la posibilidad es muy bella. Podría darle sentido a la vida, podría darle dignidad a la vida fatua. Pero es obra de titanes, de gente seria, de personas con carácter y compromiso.

¿Qué puede resultar al mezclar todos esos componentes... de dos, en un único recipiente? Muchas dificultades... muchas.

El *relacionarse* es mucho más difícil que la *meditación*, infinitamente más difícil, porque se trata de encontrar la armonía y los seres de dos.

Cuando medita, el único problema es cómo estar en silencio, cómo no ser invadido por los pensamientos, cómo practicar la observación pura.

Pero en la relación casi todo puede ser un problema: permanecer en silencio o hablar, llegar temprano o tarde, preguntar o no preguntar, comer o no comer, mirar o cerrar los ojos, indagar o ignorar, hacer el amor o no hacer el amor. En fin.

Diga lo que diga, será malinterpretado. Haga lo que haga...

Ninguna *relación* puede llegar nunca a un punto donde no haya problemas. Si ve alguna *relación* sin problemas, quiere decir que ya no es una *relación*. La *relación* ha desaparecido, los luchadores se han agotado, la competencia ha terminado, han empezado a aceptar las cosas como son. Están aburridos, ya no quieren luchar más. Lo han aceptado, en el sentido de resignarse. Ya no quieren mejorar nada, ni luchar, ni ganar, ni perder, ni hacer el amor, ni nada.

El hastío se apodera de la *relación*, y entonces todo ha terminado, aunque sigan tomados de la mano.

Mientras la *relación* no se transforme en un *relacionarse* vivo, palpitante, todo puede terminar muy mal. Por eso un cínico afirma que la mayoría de los matrimonios termina mal... y el resto termina bien.

¿Pero cómo?

A menos que haya resuelto algo fundamental en su interior, no será capaz de resolver nada.

El problema del amor en la *relación* se puede resolver sólo cuando se ha

resuelto el problema de la meditación; no antes. Porque quienes crean los problemas son dos personas no meditativas. Dos personas confundidas que no saben quiénes son, ni qué son.

Cada uno multiplica la confusión del otro, la magnifica, la alimenta.

A menos que medite, el amor fácilmente se transforma en infelicidad.

Una vez que ha incorporado la meditación a su vida, una vez que ha aprendido a vivir solo, con sí-mismo, una vez que ha aprendido a disfrutar la sencilla existencia, sin ninguna razón especial, entonces podrá resolver el complicado problema de dos personas que viven juntas... siendo distintas.

Sólo dos personas que mediten pueden vivir en amor; entonces el amor no será un rompe-cabezas. Pero tampoco será una *relación* tal como se entiende de ordinario.

Será sólo un estado de amor, no un estado de relación.

Cuando esté enamorado no se olvide de la meditación.

El amor, solo, no va a resolver nada. El amor sólo le va a mostrar qué es usted, dónde está, cuáles son sus dificultades, sus límites, sus miedos, sus hábitos, sus condicionamientos. El amor le muestra toda la confusión y el caso que hay en usted mismo.

¡Es el momento de meditar!

Si acompaña el amor con la meditación, tendrá dos alas, podrá volar, estará equilibrado.

También ocurre lo contrario.

Cuando una persona empieza a profundizar en la meditación, empieza a evitar el amor, porque piensa que si se enamora esto afectará a su meditación.

Esa idea es equivocada. No afectará a la meditación. Será una ayuda.

¿Por qué?

Porque el amor le seguirá mostrando qué problemas sigue habiendo, dónde están. Sin amor no será consciente de sus problemas, y la conciencia meditativa de esos problemas es el principio de la solución.

El hecho de que no tenga espejo no significa que no tenga rostro.

Su pareja es el espejo... bendita sea... pero no es fácil.

El amor y la meditación deben ir unidos. Ame y medite, medite y ame, y poco a poco verá como surge la armonía, la comunión existencial, el encuentro.

El amor y la meditación son los procesos que componen el *relacionarse* con el ser amado.

Resumen

Existen por lo menos tres estados de conciencia:

1. La conciencia ordinaria.
2. La conciencia de sí-mismo, subjetiva.
3. La conciencia de la realidad, objetiva.

Más allá... Dios, el Absoluto, el Principio, Eso, la Conciencia.

Desde el estado de conciencia ordinaria, mental y emocional, usted sólo puede crear la *relación*, que es la cosificación de algo que era vivo. Esa *relación*, esa cosa, es temporal, tiene propósitos ocultos y produce sufrimiento.

Desde la conciencia-de-sí-mismo, producto de la meditación, usted ahora puede *relacionarse* con el ser amado, lo cual es un proceso vivo, existencial, amoroso, humano, profundamente humano, que también puede producir sufrimiento... pero es consciente del sufrir.

Ese sufrimiento consciente es necesario para crecer y sanarse... sumergido en él, porque soy este sufrimiento, porque este sufrimiento contiene toda mi energía.

Desde la Conciencia Objetiva... eso es otra cosa.

Su posibilidad por ahora, es pasar de la conciencia ordinaria a la Conciencia Subjetiva, mediante esfuerzos específicos, frecuentes, intensos, apasionados, serios, como los que se explican y practican en el grupo de Trabajo Interior.

De ahí surge el *relacionarse*.

Pero no es fácil, gratis ni rápido. Infortunadamente lo fácil, barato, rápido y trivial es la *relación*. Pero causa sufrimiento.

A propósito, ¿Ud. podría ser un titán?

¿Podría iniciar el encuentro consciente del *Ser* de su pareja?

Si su respuesta es negativa es porque vive una *relación*.

Si su respuesta es positiva, necesita iniciar de inmediato la búsqueda de su propio *Ser*.

¡No es fácil... pero es bello!

¡Este es el verdadero sentido de la vida, la razón de existir!

Bibliografía

- Osho. Amor, libertad, soledad.
- Joko Beck. La vida tal como es.
- Krishnamurti. Sobre el amor y la soledad.
- Gary Zucav. El lugar del alma.
- Ignacio Lepp. Psicoanálisis del amor.
- Dalai Lama. El arte de la felicidad.