

**53. Su proceso evolutivo
y
La soledad existencia**

Procesos para su despertar interior

ego

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

‘No sé si alguna vez se ha sentido angustiosamente solo; cuando de pronto se da cuenta de que no tiene relación con nadie -no es darse cuenta intelectual, sino factual- se da cuenta de que está completamente aislado.

Se hallan bloqueadas todas las formas del pensamiento y la emoción; usted no puede dirigirse a ninguna parte, no hay nadie a quien acudir; los dioses, los ángeles, todos se han ido más allá de las nubes, y tal como las nubes se desvanecen, también ellos se han desvanecido; usted está absolutamente aislado, separado de todo -no usaré aquí la palabra “solo”.

“Solo” tiene un significado muy diferente, tiene belleza. Estar “solo”, en ese sentido, es algo por completo diferente. Y uno debe estar “solo”. Cuando el hombre se libera de la estructura social de codicia, envidia, ambición, arrogancia, logro, posición; cuando se libera de todo eso, está completamente “solo”.

Esa soledad es muy diferente de la soledad del aislamiento. En ella hay una gran belleza, existe el sentimiento de una energía inmensa”.

Krishnamurti.



Su proceso evolutivo y la soledad existencial

“La conciencia del aislamiento es precisamente fruto de la convivencia. Pero en la soledad desaparece el aislamiento. La persona se lanza en vibraciones amplias. Ninguna dirección vuelve sobre sí misma. El sujeto puede dilatarse hasta coincidir con el mundo.”
Keyserling.

El proceso evolutivo es el proceso de desarrollo de la conciencia.

Este es el propósito que en todos los tiempos y en todas las culturas, con diferencias en los métodos, han propuesto los Maestros que dejaron un legado para la humanidad: Rama, Hermes, Orfeo, Pitágoras, Platón, Buda, Lao-Tse, Jesús, Zoroastro, Bodhidharma, Eckart, Ramakrisha, Vivekananda, Gandhi, Aurobindo, H.P.Blavatsky, Jalil Gibrán, René Guénon, Carlos Castaneda, Alan Watts, Carl Jung, Gurdjieff, Nisargadatta, Osho, Susuki, Krishnamurti...

Todos ellos, cada uno a su manera, propusieron la necesidad de trascender la mente ordinaria en la dirección de la conciencia, entendida como la *“Esencia de toda realidad manifiesta”*.

La situación actual del hombre

Los árboles son más conscientes que las rocas; los animales son más conscientes que los árboles, el hombre es más consciente que los animales, y los Budas son más conscientes que el hombre.

La cualidad del Buda, la conciencia de Cristo y la iluminación, apuntan a lo mismo: el florecimiento de la conciencia total.

La materia es totalmente inconsciente; un Buda es totalmente consciente.

El hombre se encuentra en algún punto intermedio: ni en un extremo ni en el otro. Vive en un estado de limbo. Ya no es sólo un animal, que es su origen, pero aún no ha despertado a estados superiores de conciencia.

Ya no es lo que fue, pero aún no es aquello en lo cual se puede transformar.

Lo viejo no ha terminado de morir, y lo nuevo no ha empezado a nacer.

Está en el limbo, pero él no puede darse cuenta de su estado de inconsciencia actual, salvo que reciba ayuda para iniciarse.

¿Y qué es la inconsciencia?

La palabra “*inconsciencia*” es benigna. Pareciera que se refiere a un estado distraído, atontado, disperso, pero es algo más grave que eso. Es un estado interior patológico, que Gurdjieff define así:

“Uno de los errores más graves del hombre, dijo, que debe recordársele constantemente; es su ilusión con respecto a su “yo”.

El hombre tal como lo conocemos, el hombre máquina, el hombre que no puede “hacer”, el hombre con quien y a través de quien “todo sucede”, no puede tener un “yo” permanente y único.

Su “yo” cambia tan rápidamente como sus pensamientos, sus emociones, sus humores, y comete él un error profundo cuando se considera siempre una sola y misma persona; en realidad, siempre es una persona diferente, nunca es el que era un momento antes.

El hombre no tiene un “yo” permanente e inmutable. Cada pensamiento, cada humor, cada deseo, cada sensación

dice “yo”. Y cada vez parece tenerse por seguro que este “yo” pertenece al “Todo” del hombre, “al hombre entero”, y que un pensamiento, un deseo, una aversión, son la expresión de este “Todo”.

En efecto, no hay prueba alguna en apoyo de esta afirmación...

El hombre tiene un “yo” individual. En su lugar, hay centenares de “yoes” separados, que la mayoría de las veces son hostiles unos a otros, exclusivos e incompatibles.”

Y se ratifica contundentemente así:

“Los hombres son máquinas, y de las máquinas no puede esperarse otra cosa que acciones mecánicas.”

Este es el estado de inconciencia, el estado interior dominado por la mecanicidad, el automatismo, la reacción, el condicionamiento, el sonambulismo, los hábitos, las creencias, y la ignorancia de sí-mismo.

Usted es un mecanismo biológico, adaptado para reaccionar ante los estímulos externos, pero puede ser consciente de sus procesos automáticos, lo cual constituye su posibilidad evolutiva.

La evolución biológica, inconsciente

Es usual encontrar en las enseñanzas de los Maestros del espíritu un comentario como el siguiente:

“La evolución inconsciente finaliza al aparecer el hombre, y la evolución consciente comienza sólo si eliges que así sea.”

Veamos qué quiere decir esto. El hombre aparece como resultado de la evolución natural del cerebro. Primero, el cerebro de reptil (peces, reptiles, dinosaurios); luego, se adiciona el cerebro límbico (mamíferos); y finalmente surge la corteza cerebral (hombre).

Es posible que el cerebro continúe modificándose, tal vez hacia un cerebro un poco más grande, quizás con algunas funciones nuevas, probablemente intensificando algunas funciones actuales, pero se prevee que

el hombre continuará siendo un ser tricerebral: cuerpo -emoción- mente, estructura suficiente y necesaria para iniciar la evolución de su conciencia.

En este sentido es que se afirma que *la evolución biológica ya terminó*.

Esa evolución orgánica, que requirió millones de años, simultáneamente desarrolló el germen de la conciencia, un bajo nivel de conciencia, que es el *darse cuenta* de lo externo, o *fijar la atención*. En su libro *La biología de la transformación* el doctor Bruce H. Lipton explica así el proceso:

“La atención requiere la participación de tres elementos: estimulación, orientación y enfoque.

La estimulación depende de un grupo de núcleos de la parte superior del tronco cerebral...

La orientación está a cargo de las neuronas de la corteza cerebral...

El enfoque surge de una parte del tálamo, que opera un poco como un foco rastreador, girando para iluminar el estímulo...

Una vez el estímulo ha sido localizado, los lóbulos frontales se fijan en él y mantienen la atención.”

Este proceso extraordinario, creado por la naturaleza en su proceso evolutivo natural, sin participación alguna del ser humano, nos dotó de la *atención para darnos cuenta*. Parece poco, pero en realidad es el primer estado de conciencia, el primer peldaño en una escala posible, fantástica, y ahí la naturaleza nos abandonó.

Nos dotó bien, y nos abandonó en la puerta del Misterio.

Ese *darse cuenta* de lo externo, que protege la vida, podemos aceptarlo como un bajo nivel de conciencia de lo externo, que aparece con la evolución natural y orgánica del cerebro.

Si a ese *darse cuenta* cerebral de lo percibido agrega el proceso del pensamiento, que es la interpretación de eso percibido, tenemos *la forma* del fenómeno humano, que conduce a la emoción reactiva y a la acción compulsiva. El hombre máquina.

La naturaleza evolutiva llegó hasta ahí, hasta el sólo *darse cuenta* de lo externo, necesario para proteger la vida, y ahí nos abandonó.

Ahora, esa conciencia puede evolucionar hacia estados insospechados, pero ya no como resultado del cerebro o de la naturaleza sino como resultado de un Trabajo Interior del hombre con sí-mismo, mediante ciertos procesos pertinentes.

La nueva posibilidad evolutiva

Desde un principio debe quedar claro que la evolución de la conciencia significa que la conciencia se libera de los contenidos de la mente y del proceso reactivo del pensamiento. Eso es Despertar.

Realmente se trata de la auto-liberación de todos los estados internos de identificación, porque la conciencia *Es*, pero está oculta.

Luego del aporte de la naturaleza lo que continúa es la evolución consciente, que es liberar la Conciencia de toda identificación, de todo apego, del pasado, del futuro, del conocimiento, de todo conflicto, del sufrimiento y del miedo. Liberarla de todo contenido.

Es el juego supremo, el sendero de la conciencia superior.

Con el hombre finaliza ese proceso de evolución natural, automático, orgánico, biológico. El hombre es el último producto de esa evolución inconsciente, que además de *darse cuenta* de lo externo, puede comparar, concluir, resumir, entender, memorizar, imaginar, desear, planificar... que son todas funciones de la mente y el cerebro.

Con el hombre se inicia la evolución consciente.

En el momento en que la conciencia comienza a manifestarse con la atención focalizada, la evolución inconsciente se detiene, porque ha alcanzado su objetivo, y abandona al hombre a su propio destino.

El hombre ha llegado a ser consciente de lo externo, insuficiente pero maravilloso, porque ese es el principio de la posibilidad suprema.

En cierto modo ha trascendido a la naturaleza. Ahora la naturaleza nada puede hacer: la evolución natural ha entregado su producto final. Ahora el

hombre tiene la libertad de decidir si evoluciona o si no evoluciona. Es su decisión.

Esa evolución biológica, inconsciente, ha sido colectiva, propia de la especie humana. Pero en el momento en que empieza a ser consciente, a *darse cuenta*, se transforma en algo individual. Ninguna evolución colectiva, automática, avanza más allá del género humano.

De aquí en adelante la evolución se transforma en un posible proceso individual.

La inconsciencia crea la especie y la conciencia de sí-mismo crea la individualidad, que también debe ser trascendida. Antes de que la conciencia evolucionara, no había individualidad. Sólo la especie existía, no la individualidad que asume su propio destino.

La evolución inconsciente es de la especie. La evolución consciente es responsabilidad del individuo.

El juego supremo

¿Qué clase de juego han jugado los místicos de todos los tiempos? El más difícil de todos, el Juego Supremo, cuyo propósito es la obtención de una conciencia plena, de un verdadero despertar.

La idea básica subyacente en todas las Escuelas del Conocimiento es que el hombre está dormido, que vive en medio de las ilusiones y decepciones, que se ha apartado de la Conciencia universal, que es la única definición de Dios plena de significado, para padecer y arrastrarse dentro de la estrecha coraza de un ego personal.

Emerger de esta estrecha coraza, recuperar la unión con la Conciencia universal, para pasar de la oscuridad de la ilusión egocéntrica a la luz del no-ego, es el verdadero propósito, como ha sido definida por la Sabiduría milenaria.

Pero nunca ha sido fácil. En la edad media los jugadores serios fueron acusados de herejía, encarcelados por los inquisidores de la iglesia católica, torturados y quemados vivos, aún entre ellos mismos, como sucedió con

Giordano Bruno en Italia, quemado vivo en la hoguera pública, siendo un sacerdote Dominicano.

Para sobrevivir tuvieron que adoptar un disfraz, pretender que el verdadero interés era la alquimia o la magia, las cuales eran permitidas por los sacerdotes.

Hoy en día, jugar o intentar jugar el Juego Supremo no entraña peligro. La tiranía de los sacerdotes ha terminado, más o menos. Esto explica por qué los grupos de Trabajo Interior no son actualmente tan clandestinos, aunque no se ponen en evidencia tan fácilmente.

Pero, no obstante la ausencia de peligro externo, no se ha convertido en un juego popular. Aún continúa siendo el juego de mayor exigencia y dificultad, y en nuestra sociedad hay pocos que lo juegan seriamente.

El hombre contemporáneo, hipnotizado por el brillo de sus propios artefactos, tiene muy poco contacto con su mundo interno; se relaciona con el espacio externo, no con el interno. Pero el Juego Supremo se juega sólo en el mundo interno, un territorio vasto y complejo, acerca del cual el hombre conoce muy poco.

El propósito del juego es el verdadero *Despertar*, descubrir el *Ser* interior, disolverse en la Conciencia Pura, sin rastro alguno del *yo*.

El juego puede ser jugado sólo por personas cuyas observaciones de sí mismas y de los demás las hayan conducido a esta conclusión: que el estado ordinario de la conciencia del hombre, su estado llamado de vigilia, nos es el más alto nivel de conciencia de que es capaz.

De hecho, este estado se halla tan lejos del verdadero *Despertar* que puede ser llamado una forma de sonambulismo robótico, una condición de *soñar despierto*.

Una vez que la persona ha llegado a esta conclusión, comprende que ve, oye y conoce sólo una pequeña fracción de lo que puede ver, oír, conocer y ser, que vive en la más pobre y deteriorada de las habitaciones de su morada interna, pero que puede entrar en otras habitaciones cuyas ventanas están orientadas hacia el infinito y la eternidad.

En estas habitaciones puede trascender su pequeño *yo* personal y experimentar el renacimiento espiritual, *el salir de la tumba*, que es el tema de

tantos mitos y la base de todos los misterios religiosos, incluyendo el cristianismo.

Aparece la incertidumbre

Mientras la evolución es aún inconsciente, el proceso es automático. En ella no hay incertidumbre. Las cosas ocurren, en la dimensión tridimensional, según las leyes de la naturaleza. La evolución biológica sucede, regida por leyes. Es un hecho de la naturaleza, según sus propios propósitos.

Pero con el hombre aparece la incertidumbre. La evolución de la conciencia, el despertar, puede ocurrir o puede no ocurrir; puede ser posible o imposible para el yo. Ahora nada es seguro. El potencial está ahí, pero la elección será algo totalmente individual, y por lo tanto incierto.

Esta es la causa por la cual la ansiedad es un fenómeno humano.

En los peldaños inferiores de la evolución no existe la ansiedad porque no hay elección. Todo ocurre como debe ocurrir. No hay elección, así es que no hay quien elija. Y en ausencia de alguien que elija, la ansiedad no es posible. ¿Quién va a sufrir ansiedad? No hay quién.

La ansiedad surge con la posibilidad de elección, como su sombra. Ahora todo debe elegirse. Todo representa un esfuerzo consciente. Sólo usted es responsable de su éxito o fracaso. Todo es su responsabilidad.

Y toda elección es, en cierto sentido, definitiva. No puede deshacerla, no puede olvidarla, no puede volver atrás, no puede reconstruir su pasado, pero puede construirse en el momento presente.

Su elección se transforma en su destino.

Permanecerá consigo y será parte suya. No puede negarla. Pero toda elección se realiza en la oscuridad, porque nada es seguro. La incertidumbre es una ley de la existencia. Nadie sabe lo que pasará en el instante siguiente. Es por eso que el hombre sufre de ansiedad. Es intrínsecamente ansioso.

¿Qué es lo que lo atormenta? Muchos aspectos de su vida: ¿ser o no ser?, ¿hacer o no hacer?, ¿hacer esto o aquello?....

No elegir es imposible. Si no elige, está eligiendo no elegir: es una elección. Así, está obligado a elegir. No es libre de no elegir. El no elegir tendrá tanto efecto como cualquier otra elección. En este sentido el hombre no es libre, porque elegir no depende de su voluntad.

Libertad y responsabilidad

La dignidad y la gloria del hombre es esta conciencia. Pero es también un esfuerzo, un Trabajo interior. El gozo y el Trabajo vienen simultáneamente, en el momento en que empieza a ser consciente.

Cada paso representa un movimiento entre los dos: la dicha y el trabajo, el gozo y el esfuerzo.

Usted puede evolucionar, pero su evolución será un proceso individual, suyo, solo. Puede evolucionar o no hacerlo. La elección es suya.

No puede evitarlo, y esa decisión define su destino.

La palabra *evolución* suele referirse a un proceso orgánico, inconsciente, colectivo, razón por la cual a veces se utiliza la palabra *revolución* al referirse al proceso del hombre individual.

Entonces, la palabra *revolución* significa un proceso consciente, individual, hacia la evolución de la conciencia. Significa llevar la responsabilidad individual a la cúspide.

Sólo usted es responsable de su propia revolución, de su propio destino.

Generalmente el hombre intenta evadir su responsabilidad por su propia evolución, rehuir la responsabilidad de la libertad de elección.

Existe mucho miedo frente a la libertad.

Cuando se es un esclavo, la responsabilidad por su vida nunca es suya; es otro el responsable. Así que, en cierto modo, la esclavitud es algo muy cómodo, porque le evita opciones de elección.

Vista de esta forma, la esclavitud es una libertad: lo libera de la responsabilidad de tener que elegir conscientemente.

Cuando es libre de hacer sus propias elecciones, debe tomar sus propias decisiones. Nadie le fuerza a hacer nada. Todas las alternativas están disponibles para usted, y ahí comienza el temor a la libertad.

Su libertad le permite elegir, pero su elección conlleva incertidumbre. Un avance evolutivo sólo es posible a través de la responsabilidad individual en el uso de la libertad.

¡Sólo usted es responsable!

Con esta responsabilidad individual surge el proceso que finalmente puede llevarnos al estado de Conciencia, donde la elección no es necesaria, porque la dualidad desaparece.

El viejo patrón de evolución inconsciente ha terminado para nosotros.

Usted puede permanecer en su simple y biológico *darse cuenta* pero su *ser* necesita evolucionar, despertar, incorporándose así a lo que los hindúes denominan *la danza cósmica*.

El hombre ha llegado, sin mérito alguno, a ser consciente del mundo externo, que es *darse cuenta*. Ha sido un obsequio de la naturaleza, de la vida, del Universo. Ahora puede evolucionar hacia estados superiores de conciencia.

No hay otro camino.

¿Es posible la evolución colectiva?

Algunos filósofos como Aurobindo -hindú, siglo XX- ejercen gran atracción sobre cierto público. Afirman que la evolución colectiva es posible. La divinidad bajará desde lo alto y todos se iluminarán. Pero eso no parece posible, no resulta meritorio.

Si llega a iluminarse sin su propio esfuerzo individual, no será digno de esa iluminación. No tendrá la dicha que corona el esfuerzo. Sólo será algo que se da por sentado: como sus manos, sus ojos, su sistema respiratorio.

Todo eso se ha recibido sin mérito alguno, son grandes aportes de la naturaleza, pero nadie los valora, los aprecia, porque han sido dados sin esfuerzo, sin méritos.

Un día podría nacer ya iluminado, como lo promete Aurobindo. Pero eso no tendría valor. Usted tal vez tendría algo grandioso, pero puesto que lo ha logrado sin esfuerzo, no tendría sentido para usted, puesto que simplemente sucedió.

Su sentido, su significado, se habría perdido, porque nunca lo tuvo.

El Trabajo Interior consciente es necesario. El logro es tan significativo como el proceso en sí. El esfuerzo le otorga su significado, le da significación.

En su Trabajo Interior, el que va liberando la Conciencia de su desorden mental. Es el proceso suyo el que va activando la Conciencia dormida. Por eso el logro de *despertar* la Conciencia es tan significativo como el esfuerzo para lograrlo.

Y la esencia de este Trabajo Interior, de este proceso de auto-mutación, es la percepción pura de la realidad, *tal como es*.

Tal como parece, la iluminación que llegue en forma colectiva, inconsciente, como un regalo de la divinidad, no sólo es imposible, sino carente de significación y de mérito.

¿Por qué tendría que valorar lo que no ha merecido?

Usted debe luchar por su despertar, debe bregar, debe Trabajar, debe pagar con el abandono de su sufrimiento inútil.

A través de su Trabajo Interior, de su esfuerzo, va activando la sensibilidad de ver, sentir, percibir su realidad actual, cada vez más profundamente.

Es necesario *observar* la realidad *tal cual es*, sin pensamiento alguno, sin cambiar nada, sin elección, sin opciones, porque la realidad oculta la verdad.

El suicidio

La evolución consciente comienza sólo si elige que comience y se decide a hacer su Trabajo Interior. Pero si elige que no comience, como lo hace la mayoría de las personas, se encontrará lleno de tensiones, ansiedad, ira, depresión, sufrimiento, y de enorme frialdad.

En tal caso nada tiene un significado noble, la vida actual carece de sentido dignificante.

Y la humanidad actual es así: no tiene a dónde ir, nada amerita un esfuerzo interior, carece de todo sentido de trascendencia, un vacío existencial la inunda, la vanalidad es su cotidianidad, subvalora la vida misma.

La vida carece de significado, de misterio y de asombro. ¡Todo es tan ordinario!

Su situación puede llegar al punto en que se transforme en un suicida potencial.

El suicidio es un fenómeno humano. Surge junto con la posibilidad humana de la elección.

Los animales no pueden suicidarse, porque les resulta imposible elegir la muerte en forma consciente. Aunque los animales mamíferos se deprimen, porque son emocionales, bicerebrales, carecen del pensamiento racional que es el que puede conducirlos al suicidio.

Para ellos, el nacimiento es inconsciente, la vida es inconsciente, la muerte es inconsciente.

Pero con el hombre que no ha evolucionado hay algo que llega a ser posible: la capacidad de escoger la muerte. Como no sabe qué hacer con su vida, descubre que, por lo menos, puede destruirla a voluntad.

Su nacimiento no es algo que haya elegido. Al menos en cuanto a su nacimiento, se encuentra en manos de la evolución inconsciente. En realidad, su nacimiento no es en absoluto un suceso humano. Es animal en su naturaleza, porque no ha elegido. Sucede sin su participación.

Su gestación y nacimiento es una fantástica creación de la naturaleza, dirigidos por leyes de la naturaleza, orientados por los genes, sin su participación. Es la voluntad de la naturaleza que así sea, es la inteligencia del Universo creador.

Sólo con la elección comienza lo humano. Pero puede elegir su muerte rápida o lenta: un acto terminante. Así, el suicidio resulta ser un acto claramente humano, porque es una elección de la voluntad.

Si no elige la evolución consciente, hay grandes posibilidades de que elija el suicidio, rápido o lento.

Es posible que no tenga el valor de suicidarse directamente, en forma fulminante, pero vivirá un proceso suicida lento y prolongado: las drogas, el alcohol, la depresión, el sufrimiento, la locura...

Así, usted se irá consumiendo poco a poco, anhelando la llegada de la muerte, mientras agoniza su vida en medio del miedo, la ira, la vanidad, el conflicto, la ignorancia y la estupidez, que todo eso es lo mismo.

Asumir la responsabilidad

A nadie puede hacer responsable de su propia evolución. Aceptar esta realidad le hace fuerte, le ayuda a emprender el camino del crecimiento interior, le anima a asumir su propia evolución, su propia autotransformación.

Creamos dioses o nos refugiamos en algún gurú para adorarlo, de modo que evadimos tener que responsabilizarnos de la calidad de nuestra propia vida, de nuestro destino, de nuestro propio crecimiento.

Intentamos abandonar la responsabilidad por nosotros mismos, estableciéndola en alguien, en algo, en alguna parte, pero siempre fuera de sí-mismo.

Si no somos capaces de aceptar a algún dios o a algún Maestro, intentamos evadir la responsabilidad por medio de los tóxicos, las drogas, el sexo compulsivo, el culto a la vanidad, o por medio de lo que sea -procesos de identificación- con tal de consumirnos en la inconsciencia.

Buscamos los medios para consumirnos en la miserable oscuridad de la estupidez humana.

Pero estos esfuerzos por negar la responsabilidad son absurdos, inmaduros, infantiles. Sólo postergan el problema de la vida sin sentido. No son la solución.

Puede postergarlos hasta que sobrevenga la muerte, pero quizás aún así el problema permanece, porque según los budistas al nacer de nuevo se enfrentará a la misma situación. Son la expresión de la locura del "yo".

¿Por qué tengo que vivir esta única vida suicidándome todos los días?
¿Por qué?

Una vez que descubre que la responsabilidad es enteramente suya, no hay escape alguno a través de ningún tipo de inconsciencia.

Ahora, sería una locura intentar escapar, porque la responsabilidad asumida es la gran oportunidad de evolucionar hacia niveles superiores de Conciencia. A partir del Trabajo Interior, del esfuerzo requerido, algo nuevo puede surgir internamente.

El simple *darse cuenta* debe ser trascendido.

Pero nadie puede *hacer* nada por usted.

Usted está *sólo*, asumiéndose.

Solo, absolutamente solo.

La soledad existencial

Solo y *solitario* son dos estados completamente diferentes.

Solo, soledad, es no ser nadie, es *Ser*.

Solitario, *aislado*, es no *estar* con el otro.

En el momento en que una persona empieza a ser consciente de sí-misma, mediante la observación pura de sus procesos internos, comienza a estar sola, en el sentido de *ser* sola, existencialmente sola, aunque esté con otros.

Mientras más elevado sea el nivel de Conciencia, comienza a estar más sola, más vacía, más silenciosa; empieza a *ser* sola, a sentir la soledad existencial en el sentido de *ser*, solamente *ser*, sin nadie ni nada, solamente existir.

Entre más vacía, entre más silenciosa, entre más consciente, más *Es...sola*.

Es un fenómeno grandioso: todo el proceso evolutivo ha trabajado hacia esto. La conciencia ha llegado al punto en que siente que está sola, que es sola, que simplemente *Es... Aquí -Ahora...Es...*

Lo acepta, lo comprende, lo asume, lo vive. Así es. Y solamente podrá iluminarse en el estado de soledad existencial.

“Solo” tiene un significado especial, tiene belleza. Estar solo, en este sentido, es algo por completo diferente. Y uno debe estar solo.

Cuando el hombre se libera de la estructura social de codicia, envidia, ambición, arrogancia, logro, posición; cuando se libera de todo eso, está completamente solo.

En ella hay una gran belleza, existe el sentimiento de una energía inmensa.”

Krishnamurti.

Este estado no es, por supuesto, el aislamiento solitario, el sentimiento de *estar sin nadie*.

La sensación de aislamiento solitario es la que aparece cuando uno *huye* de la soledad, o huye de la realidad; cuando uno no está listo para aceptarla. Esa sensación o pensamiento de *estar solo*, aislado, sin el otro, es una expresión del “yo” que depende de los otros.

Si no acepta la realidad, ni la realidad de la soledad, se sentirá aislado, solitario. Entonces encontrará alguna muchedumbre o algún medio de intoxicarse, para poder olvidarse de sí-mismo, olvidar el insoportable aislamiento, y no podrá vivir ni solo ni acompañado.

“No sé si alguna vez se ha sentido angustiosamente solo; cuando de pronto se da cuenta de que no tiene relación con nadie, se da cuenta de que está completamente aislado.

Se hallan bloqueadas todas las formas del pensamiento y la emoción; usted no puede dirigirse a ninguna parte, no hay nadie a quien acudir; los dioses, los ángeles, todos se han ido más allá de las nubes, y tal como las nubes se desvanecen,

también ellos se han desvanecido. Usted está absolutamente aislado, solitario, separado de todo”.

Krishnamurti.

En este estado la persona es solitaria, pero no está sola, porque su mente está llena de su pasado, ideas, creencias, conocimientos, imágenes, proyectos, deseos, ambiciones... y pensamientos.

La soledad existencial es un estado de conciencia, y el aislamiento es un estado emocional que causa sufrimiento porque no hay con quién o con qué relacionarse.

El ego se va diluyendo

Si puede estar *solo*, aún por un instante, totalmente *solo*, el ego morirá, el yo morirá, explotará, se extinguirá en la nada.

El ego no puede permanecer solo. Solamente puede existir en relación con otros. Cada vez que está solo, interiormente solo, existencialmente solo, ocurre una mutación. El ego se debilita, y no podrá seguir existiendo por mucho tiempo.

El ego necesita del otro.

Así que si tiene el valor suficiente para estar solo, su ego se irá desapareciendo gradualmente, poco a poco... en la nada.

Estar solitario, aislado, es un acto inconsciente impuesto por alguna realidad circunstancial, asumido por el ego sufriente como una manifestación de esa inconsciencia. La persona se refugia para rumiar desde su ego, en ese estado de aislamiento de los otros, generalmente sintiéndose víctima, entregado a un sentimiento de abandono, sufriendo.

¡Pero el estar solo es un acto muy consciente y deliberado!

¡Estar solo es Ser!

Ser solo es más deliberado que el suicidio, porque el ego no puede existir en el estado de Ser, sólo Ser, pero si puede existir en el suicidio.

El suicidio siempre sucede en relación a otros, es propio del solitario, del aislado, y casi siempre sucede en solitario.

El suicidio generalmente es la solución que el ego encuentra en su relación con otros. Nunca es un acto del Ser.

En el suicidio el ego no sufre; por el contrario, más bien se expresa con mayor plenitud.

Tal vez tenía razón quien dijo que:

“El suicidio es la autocrítica perfecta”

Es la autocrítica del ego, el juez supremo de la persona inconsciente.

El ego es la semilla

Comprenda claramente que *solitario* y *solo* son dos estados interiores completamente diferentes.

Vivir *solitario*, aislado es vivir sin el otro, sin los otros.

Vivir *solo* es vivir dentro de sí-mismo, con si-mismo, Ser, sintiendo la soledad existencial del Testigo Interior, que es la conciencia observadora, aunque viva con otros.

El *solo* vive en la soledad

El *solitario* vive en el aislamiento, marginado.

En la soledad, el ego se hace pedazos. No tiene nada con qué relacionarse. Por lo tanto, no puede existir.

Cuando el testigo observador está presente, que es la conciencia perceptiva de la realidad, los *yoes* empiezan a desaparecer al ser observados.

¡Pero el yo es la semilla de la conciencia!

Esta es una idea muy benévola, bondadosa, profundamente humana y humanista: en el estado de inconsciencia el dominio es del ego, que es la suma de los *yoes*, pero podemos ver a ese ego como la semilla de la auto-evolución,

porque contiene toda mi energía. El ego es un estado psíquico de gran energía y ninguna conciencia.

Esa semilla, como toda semilla, debe diluirse en buena tierra, y la buena tierra es el Trabajo Interior con esa energía, con la energía del yo.

El yo es una semilla, una potencialidad.

Si el yo se diluye, la Conciencia despierta.

La Conciencia no es mi yo, ni tu, ni dios.

La Conciencia es la esencia de todo lo manifestado.

A mayor conciencia mayor unidad con todo, porque se van disolviendo en la nada los pensamientos y los yoes que son los creadores de todas las divisiones, todas las fragmentaciones de la realidad, todos los conflictos.

La Conciencia es la Unidad con Todo, es ser Todo, es ser Uno, es Ser, simplemente Ser, sin nada, sin nadie; porque en el campo de la Conciencia no hay nada ni nadie.

La Conciencia es.

La negación de toda ficción

La persona que es consciente de su responsabilidad como ser humano, consciente de la ardua tarea que representa el ser un Ser humano, no elige sustitutos.

Vive con los hechos *tal como son*, vive con la realidad *tal como es*, vive sumergido en este instante de vida maravillosa, sin crear ficciones.

Las religiones son ficciones y las ideologías políticas son utopías, propias de la dimensión humana de la mente ordinaria. Las dos crean un sentimiento ilusorio cuya naturaleza es el pensamiento, y no la realidad.

La Conciencia trasciende esa dimensión humana.

¿Cómo se explican las religiones? La neurología dice que el cerebro no distingue entre lo que cree y la realidad, no distingue entre lo que visualiza y lo

que es, no distingue entre lo imaginado y el hecho real. Y esta es la esencia de toda religión, de toda creencia.

La palabra *Dios* no es *Dios*, pero la mente cree que la palabra *Dios* es *Dios*.

Para la mente, lo que cree es real.

La mente crea una imagen y luego cree en esa imagen.

Si usted cree en el Diablo, el Diablo es real en su mente.

En esto consiste el peligro del pensamiento egocéntrico, porque el pensamiento es un proceso continuo de visualizaciones, que para el cerebro son verdad.

Todo lo que usted cree es verdad... para su mente.

Recuerde que la mente es un instrumento para pensar, desde el pasado, no apta para *percibir* la realidad del momento presente.

Toda ficción es una ilusión, una alucinación, una fantasía mental que ignora la realidad.

Para la mente, lo que piensa es verdad, sea lo que sea... pero esa no es la *Verdad*.

Hay que tener valor

La Unidad con Todo surge solamente cuando abandona su ego, y el ego puede morir cuando está totalmente sólo. Cuando usted está completamente *solo*, usted no es algo.

Ese preciso instante es el momento de la revelación, de la epifanía. Se abre al infinito. La Conciencia, lo inconmensurable, se puede manifestar en ese campo interno vacío y silencioso. Esto, y sólo esto, es evolución.

Su *Ser* se abre al infinito, a lo eterno.

Estar *solo* es la única verdadera revolución. Pero se necesita valor, firmeza, carácter, determinación, sensibilidad perceptiva.

Buda está solo, Jesús está solo, Bodhidarma está solo, Lao-Tse está solo y Vivekananda está solo, muchos Maestros y personas han llegado a estar solos en todas las épocas y culturas, aún entre nosotros.

Pero no es que dejaran a sus familias, o abandonaran el mundo. Eso es lo que aparenta ser, pero no es así. No estaban abandonando algo, en un sentido negativo. No.

El acto era positivo. Era un movimiento interno hacia la soledad interior. No se iban. Sólo buscaban la completa soledad dentro de sí mismos, el vacío y el silencio interior. Ni Jesús ni Buda se fueron a vivir al desierto. Oraban, meditaban y regresaban a lo que la vida les exigía.

Vivieron y murieron en medio de la vida, no en medio del desierto, pero solos.

En realidad no se iban, no se fueron, pero buscaban la completa soledad. Para la mente ordinaria esto es incomprensible o imposible, y hay que tener valor para intentarlo a partir de no comprenderlo.

Toda nuestra búsqueda se dirige hacia ese momento de revelación en el que uno está solo, existencialmente solo.

En ese momento usted *Es...* pero no es nada, ni nadie. Simplemente *Es*.

En ese momento de soledad sucede una expansión hacia la Totalidad, dicha y gozo, éxtasis y Unidad con el Todo.

Cuando no podemos estar *solos*, creamos sectas, familias, tribus, sociedades, clubes, asociaciones, naciones, porque nos falta el valor para estar solos, aunque no es necesario estar solitarios.

La verdadera valentía es la de estar interiormente solos. Implica una aceptación consciente del hecho de que está solo y que no puede ser de otra forma. Solo con Todo. Ese es el estado de Unidad. Solo, con Todo, amando.

Usted tiene dos opciones: engañarse a sí mismo o vivir con esta realidad.

Si decide engañarse, su vida se radicará en su periferia cuerpo-mente-emoción, que es la sede del sufrimiento, y de los conflictos.

Si se decide por la realidad, debe desplazarse hacia el centro de su *Ser*, para vivir con la esencia de esa realidad, que es la soledad.

Este centro es el lugar de la Verdad.

En este espacio interno, vacío de todo contenido y silencioso de todo pensamiento, lo Sagrado, la Conciencia, se podría manifestar.

La no-posesividad

Vivir con los hechos, con la realidad del momento presente, es la única disciplina requerida. Vivir conscientes de la realidad del momento.

Cuando adquiere total conciencia de su situación humana, se vuelve religioso, se transforma en el dueño de sí-mismo, abandona el estado de hombre-máquina y se convierte en el piloto de su propia vida.

Pero la austeridad que surge no es la austeridad de un asceta. No es forzada, no es violenta, no es cruel con el cuerpo -como hizo el Buda durante los primeros años de su búsqueda- ni es buscando el dolor físico mediante auto-laceraciones, como aun se practica en ciertas comunidades católicas.

La austeridad que surge es estética, discreta, anónima, silenciosa; siente que es la única posibilidad, que no puede ser de otra manera. Entonces, va renunciando interiormente a las cosas, dejando de ser posesivo.

No se trata de abandonar todo, sino de no apegarse a nada.

El afán de poseer es el apremio por no estar solo. El que no puede estar solo, busca compañía. Pero la compañía de otra persona no es confiable, porque el ego de otra persona no es confiable, porque ningún yo es confiable.

Por lo tanto, como no confía en los otros, busca acompañarse con objetos. Vivir con la pareja es difícil, pero vivir con un automóvil no es tan difícil.

Así, entonces, en último término la posesividad se centra en los objetos, para no ser *solo*, porque no puede poseer a las personas.

Puede incluso tratar de transformar a las personas en objetos, amoldarlas de tal manera que pierdan su personalidad, su individualidad, su temperamento, su actitud característica.

Así, una esposa es una cosa, no una persona.

Si toma conciencia de su soledad, descubre la soledad de los demás. Llega entonces a comprender que intentar poseer a otro rebasa los límites. Esta comprensión es compasión.

La austeridad estética y mental que surge de la comprensión de la soledad es anónima, silenciosa, prudente, genuina. Renunciar, que siempre es forzar un estado interior, se transforma en la sombra negativa de su soledad.

En cambio, se puede volver no-posesivo. Entonces podría ser un amante, pero no un marido, ni una esposa.

En este camino, que es un camino Zen, no practicamos la *renuncia*, sino la percepción pura y consciente de la realidad, de la cual surge el no-apego, la no-posesión.

Pero todo el Trabajo Interior empieza con la percepción pura y consciente de lo externo y lo interno, *tal como es*, sin pensamiento alguno, sin opciones, sin ningún propósito.

Con esta no-posesividad del otro, surge una nueva manera de relacionarse con su pareja, con el otro, y con el prójimo, a partir de la compasión, la austeridad y la bondad.

El estado de inocencia

Cuando niega las realidades de la vida, renunciando, no puede ser inocente; se vuelve mañoso, se engaña a sí-mismo y a los demás.

Pero si tiene el valor suficiente para vivir con la soledad, *tal como es*, de instante en instante, llega a un estado de inocencia. Pero la inocencia no es ingenuidad, tontería, aññamiento. No es eso.

La inocencia es la capacidad de recibir, sin oponer resistencias mentales. Es vivir en estado de asombro frente a la realidad. Es sentir que no estoy separado de nada. Es, simplemente, vivir y disfrutar cualquier cosa que surja, sin la obsesión de querer cambiarlo todo.

Quizás a esta notable actitud se refería Jesucristo cuando dijo:

“De cierto os digo, que si no os volvéis y os hacéis como niños, no entraréis en el reino de los cielos”

Mateo 18,3 Biblia.

Ser inocente es un propósito superior; es permitir *conscientemente*, en estado *Despierto*, que suceda el acontecer de la vida, sin juicios, sin prejuicios, sin interpretaciones mentales.

Esta inocencia no puede cultivarse, porque el cultivar es siempre una manipulación, algo amañado, algo calculado, y la inocencia es una expresión de su *Ser*.

Ser inocente es el cenit de la verdadera realización, pero surge sólo a través de una revolución consciente e individual. No es posible que surja de alguna evolución colectiva, inconsciente.

La libertad de elegir

El hombre está solo. Se encuentra libre de escoger entre el cielo y el infierno, la vida o la muerte, el éxtasis de la auto-realización o el infortunado padecimiento de una vida ordinaria, sin sentido.

Sartre dijo alguna vez:

“El hombre está condenado a ser libre.”

Puede elegir el cielo o el infierno. La libertad significa la posibilidad de elegir cualquiera de las dos.

Si sólo puede elegir el cielo, no hay posibilidad de elección, no hay libertad. El cielo, sin la posibilidad de elegir el infierno, sería el infierno mismo.

Elegir siempre significa esto o lo otro. No significa que sea libre de elegir sólo lo bueno. En ese caso, no habría libertad. Si elige en forma incorrecta, la libertad se transforma en condenación. Pero si elige bien se transforma en dicha.

Depende de usted si su elección transforma su libertad en condenación o en éxtasis.

La elección es de su total responsabilidad.

Y cuando elige, decide su destino.

Krishnamurti y la soledad

Para terminar bien este artículo, invoquemos algunas citas sueltas del Maestro, tomadas al azar en algunos de sus numerosos libros:

- *Solo* tiene un significado muy especial, tiene belleza.
- Una mente presa en estado de aislamiento, no puede comprender jamás que es la religiosidad.
- El estado de la mente religiosa puede ser comprendido sólo cuando empezamos a comprender qué es la belleza; y la comprensión de la belleza debe ser abordada desde la total soledad.
- Cuando la mente está por completo sola, vacía y silenciosa, únicamente así y en ningún otro estado, puede descubrir qué es la Verdad.
- La soledad no es aislamiento, y no es singularidad.
- Ser singular, único, es meramente ser excepcional en algún sentido, mientras que estar completamente solo exige sensibilidad, inteligencia y comprensión extraordinarias.
- Estar completamente sólo en lo interno, implica que la mente se halla libre de toda clase de influencias; por lo tanto, no está contaminada por la sociedad.
- Debe de hallarse en esa condición de soledad para comprender qué es religión, la cual implica descubrir por uno mismo si existe algo inmortal, más allá del tiempo.
- El aislamiento es por completo diferente de la soledad.
- Uno debe atravesar ese aislamiento para estar solo.
- Pero la soledad no es separativa. Es algo que no pertenece a las masas, que no está influido por las masas, que no es el resultado de

las masas, que no está constituido como lo está la mente; la mente es de las masas.

- Al percibir su aislamiento cuando atraviesa por él, surge a la existencia esa soledad.
- Sólo en la soledad puede existir aquello que es Inconmensurable.
- Aquel que está solo jamás puede hallarse en un estado de conflicto.
- Únicamente en la soledad hay inocencia.
- El monje cristiano en una celda monástica no está solo; está con su Jesús conceptual, con su teología, con las creencias y los dogmas de su condicionamiento particular.
- Yo hablo de una soledad en la que la mente está por completo libre del pasado.
- Desde esta soledad adviene una virtud que es viril y trae consigo un sentido extraordinario de pureza y bondad.
- Lo que importa es tener este sentido de que uno está completamente incontaminado, solo, porque únicamente así puede conocer o percibir aquello que está más allá de todas las proyecciones de la imaginación.
- Usted tiene que descubrir qué es la verdad, porque eso es lo único que importa, no si es rico o pobre, o si está felizmente casado y tiene hijos, porque todo ello tiene un final, está siempre la muerte. Por lo tanto, sin ninguna forma de creencia, debe descubrir eso; debe tener el vigor, la autoconfianza, la iniciativa como para saber por sí mismo qué es la Verdad, qué es Dios. La creencia no le dará nada; la creencia sólo corrompe, ata, oscurece. La mente puede ser libre sólo gracias a su propia vitalidad, sólo confiando en sí misma.
- Sólo en estado de soledad se puede descubrir qué es la Verdad.

Bibliografía

- Paul Ferrini. Momentos de revelación.
- Alan Watts. Zen.
- Osho. El libro de los secretos.
- Krishnamurti. Diversos Textos.
- Eckhart Tolle. En unidad con la vida.
- La Biblia.