

68. ¿Son necesarias las técnicas de interiorización?

¿Cuáles son las opciones?

ego

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

“Todo sistema es tan solo para ayudarte. Ningún sistema puede ser verdadero. Es un ardid. Pero ayuda, porque tu personalidad es tan falsa que incluso los ardidés falsos ayudan. Vives entre mentiras y no puedes comprender la verdad.

Un sistema significa menos mentiras, y luego, poco a poco, poco a poco, te acercará más y más a la Verdad. Cuando la Verdad te sea revelada, el sistema se volverá sin sentido, simplemente caerá.”

Nissargadttá



¿Son necesarias las técnicas de interiorización?

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

Krishnamurti

La percepción alerta de la realidad, en estado de Atención holística, es la propuesta esencial de Krishnamurti, apreciada por él como una no-técnica. “Percepción directa y sin opciones”, solía repetir:

“¿Ha mirado a alguien libremente, abiertamente, sin palabra alguna, sin imagen alguna? ¿Ha mirado así la belleza de un árbol, el aleteo de sus hojas?”

Krishnamurti

Para K. la percepción alerta o atención total consiste en que todos los sentidos operan sin el pensamiento. El escuchar, la vista, el tacto, todo está activo para la percepción y comprensión.

En el estado de atención completa no existen ni el bien ni el mal, todo se ve y se observa tal como es, pero no se juzga. No es una conclusión, no ofrece resultados, es una vivencia holística de comprensión profunda, una existencia en sí misma, un estado del **Ser** interior.

“La percepción alerta pasiva es un estado en el que no hay esfuerzo alguno; implica estar alerta sin juzgar, sin optar, no en algún sentido fundamental, sino en todos los órdenes; implica estar alerta en nuestras acciones, en nuestros pensamientos, en nuestras respuestas relativas, sin escoger, sin condenar, sin identificarnos ni negar, de modo que la

mente empiece a comprender cada pensamiento y cada acción sin que haya juicio al respecto.”

Krishnamurti

Esta actitud existencial es, para Krishnamurti un estado interior, no una técnica, no un método, no un sistema, no un cómo:

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

Krishnamurti

Cuando el interés principal es comprender el hecho solamente, y cuando uno ve que el pensamiento le impide comprender el hecho, entonces el interés vital en el hecho acaba con el pensamiento.

La percepción pura del hecho trasciende al pensamiento acerca del hecho, pero esta calidad de percepción no es una técnica, sino un estado de la mente.

El Zen se basa en la no-técnica

¿Por qué Krishnamurti está en contra de las técnicas, mientras que otros maestros están a favor de tantas técnicas? ¿Por qué?

No sólo K. utiliza la no-técnica, sino que ha sido utilizada muchas veces antes, desde hace milenios, por muchos maestros. No es nada nuevo, pero parece nuevo.

Hace unos 2.000 años la usó Bodhidharma. Él fusionó el budismo de India con el Tao de China, creando lo que ahora se conoce como Budismo Zen, y lo introdujo en China. Era un monje hindú, un monje de India. Creía en la no-técnica.

Los maestros Zen dicen que si hace algo, errará, porque ¿quién lo hace? ¿Su “yo”? ¿Su ego? ¿Su mente? Su “yo” es una enfermedad de su mente, y de su “yo” no puede nacer otra cosa. Entonces, ¿quién es el que *hace algo*? ¿Quién hace el esfuerzo? Su amado “yo”. Todo lo que haga, todo, será una emanación de su “yo”, que es una enfermedad, un pensamiento enfermizo.

“Su mente tiene que ser destruida; y no puedes destruir la mente misma con la ayuda de la mente. Hagas lo que hagas, tu mente se fortalecerá más.”

Osho

De modo que el Zen dice que no hay ninguna técnica, ningún método, ningún sistema, no hay ninguna Escritura y no puede haber ningún gurú. Pero lo bello es que el Zen ha creado gurús sobresalientes, y los maestros Zen han escrito bellas Escrituras para el mundo, pero el Zen insiste en que no hay ninguna técnica, que se trata sólo de un estado de percepción alerta, pura, de la realidad, sin un solo pensamiento.

El poder del “no”

De manera que hay que comprender que la no-técnica es, en realidad una de las técnicas fundamentales. El énfasis está en el “no” para que su mente sea negada. La mente puede tener dos disposiciones: sí y no. Estas son las dos posibilidades, las dos alternativas, de igual manera que lo son en todo, porque así es o por analogía.

De manera que puede usar el método del “no”, o puede usar el método del “sí”. Si sigue el método del sí, entonces hay muchos métodos; pero tiene que decidir que sí, y puede haber muchos síes. Pero si decide que no, entonces no hay muchos métodos, sólo uno, porque no puede haber muchos noes.

Usted decide si “sí” o “no”, y encuentra su camino.

Por ejemplo, hay tantas religiones en el mundo como tipos de teístas; existen algo así como trescientas religiones ahora mismo. De modo que el teísmo tiene muchas versiones de Dios, muchos templos, muchas Escrituras, muchos ritos, muchos dogmas... muchas técnicas y métodos.

Pero sólo hay un tipo de ateísmo; no puede haber dos. Los ateos no tienen sectas. Cuando afirma que no hay Dios, se ha terminado, punto. No puede diferenciar entre dos “noes”, porque no hay dos “noes”. Sólo hay un “no”.

Pero cuando dice: “*sí, Dios existe*”, entonces surge la posibilidad de diferenciar, porque mi sí creará mi propio Dios, y su sí creará su propio Dios; pero cuando dice “*no*” entonces todos los “*noes*” son iguales: no.

Es por esta razón que en la Tierra no hay sectas en el ateísmo. No tienen ningún Dios, no tienen ninguna Escritura, no tienen ninguna iglesia. Cuando no se tienen ninguna actitud positiva, afirmativa, no hay nada sobre lo que diferir; un simple “*no*” es suficiente. El ateísmo es un simple “no”.

Lo mismo ha sucedido con respecto a las técnicas de interiorización: el “*no*” tiene sólo una técnica; el sí tiene 112 técnicas, según el Tantra, que son los 112 sutras desarrolladas por Osho en su libro “*El libro de los secretos*”; pero son posibles muchos más, o usted puede crear combinaciones nuevas, lo que indica que las técnicas, los métodos son ilimitados.

Entonces, ¿qué es lo que a usted le conviene? Pues usted decide si “*sí*” o “*no*”; o decida que “*sí*” y que “*no*”, y haga su Trabajo Interior de una y otra manera, y por el camino va descubriendo... va constatando... va decidiendo...

Porque una pregunta es inevitable: ¿Cómo puede usted decidirse por el “*sí*”, si no ha recorrido los múltiples caminos del “*sí*”? ¿Y cómo puede decidirse por el “*no*”, si aún no ha vivenciado la percepción pura de la realidad? ¿Cómo puede decidirse por algo, antes de vivenciar ese algo? ¿Cómo?

¿Realmente el Zen es no-técnica?

Según Osho, los 112 sutras del Tantra son los métodos básicos de interiorización. Pero usted puede combinar una parte de un Sutra con otra parte de otro Sutra, dando como resultado miles de técnicas. Cualquier número de combinaciones es posible.

El mismo Osho reconoce, en el libro citado, que los métodos dinámicos de meditación que él enseñó no están incluidos en los 112 sutras, porque son combinaciones de técnicas que están en uno u otro Sutra.

Pero los que afirman que no hay ningún método sólo pueden tener un método, aunque es necesario reconocer que Krishnamurti es enfático al afirmar que la “*percepción alerta, pura, sin pensamiento alguno*” no es una técnica sino un **estado** del ser interior.

Entonces, ¿el Zen tiene razón al afirmar que es no-técnica, no-método, “no”, porque su esencia es un **estado** del ser denominado “*percepción pura de lo que es*”? Cuestionemos esta autovaloración absoluta acudiendo a Charlotte Joko Beck, maestra estadounidense de Zen, “*designada tercera heredera de dharma de Maezumi Roshī*”, quien en su libro “*El Zen de cada día*”, página 40, explica cómo “*hacer zazen*”:

“Una vez que hemos hallado nuestra mejor postura, lo único que nos resta por hacer es sentarnos, hacer zazen... Se trata de la más exigente de todas las actividades. En la meditación no se acostumbra cerrar los ojos, pero voy a pedirles que los cierren y se sienten. ¿Qué pasa? Todo tipo de cosas. Un leve estirón en el hombro izquierdo, una presión en el costado... Pongan atención en su cara por un momento. Siéntala. ¿Está tensa en alguna parte? ¿Alrededor de la boca, de la frente? Ahora descienda un poco. Perciban su cuello, siéntanlo. Luego sus hombros, su espalda, su pecho, su abdomen, sus brazos, sus muslos. Sigán percibiendo lo que encuentren. Y ahora sientan su respiración mientras van y vienen. No traten de controlarla, tan sólo siéntanla. Instintivamente tratamos de controlar la respiración. Dejen su respiración como está. Puede estar en la parte alta del pecho, en medio, abajo. Quizás la sientan tensa. Limítense a experimentarla. Ahora traten de sentir todo. Si un auto pasa afuera, óiganlo; si pasa un avión, percíbanlo. Hasta podrían notar el ruido de un refrigerador que se enciende y se apaga. Sumérjense sólo en eso. Esto es todo lo que tienen que hacer, absolutamente todo lo que tienen que hacer. Tengan esa experiencia, tan sólo ténganla. Ahora ya pueden abrir los ojos.”

Ch. Joko Beck

Pero, ¿acaso esta práctica de zazen no es un **método**, que maneja pasos, procesos, tiempos, secuencias? ¿Esto no es una **técnica** de meditación? ¿Podríamos afirmar que esta práctica es no-técnica, no-método, no-sistema? No.

Podría agregar por mi propia cuenta:

“Ahora, abra la atención hacia la totalidad, abra todos sus

sentidos hacia la totalidad, su escuchar, su ver, su oler, su saborear, su sentir... hasta fundirse con la realidad... con la existencia de la realidad... y nada más.”

Ego

El “sí” es viejo, el “no” es siempre nuevo

Los que afirman que no hay método sólo pueden tener un método, según como interpretemos el hecho: es una técnica única o es un estado del ser.

De modo que Bodhidharma, Lin Chi, Krishnamurti, Shunryu Suzuki, Alan Watts, Taisen Deshimaru... tienen sólo un método, pero en realidad, son una secuencia en una sucesión de maestros Zen. Están hablando Zen. No hay nada nuevo en ello.

Pero el Zen siempre parece nuevo, y la razón de ello es que el Zen no cree en Dios, no cree en Escrituras, no cree en la tradición, no cree en las técnicas, no cree en absolutamente nada. Es existencial.

De manera que cada vez que vuelve a surgir el “no”, es fresco y nuevo.

Por el contrario, siempre que esté el “sí”, tendrá una larga tradición, dioses, Escrituras, sin un comienzo ubicable en el tiempo. Los que han dicho “sí”, como Krishna o Mahavira, siguen afirmando que no están diciendo nada nuevo, porque ellos son un eslabón en una cadena.

Mahavira dice:

“Antes que yo, veintitrés tirthankaras han enseñado lo mismo.”

Y Krishna, en el Bhagavad-Gita, dice:

“Antes que yo, este iluminado le dio este mensaje a ese iluminado; ese iluminado le dio el mensaje a aquél, y ha ido llegando. Yo no estoy diciendo nada nuevo.”

Por esta razón, el “sí” siempre será viejo, eterno. El “no” siempre parecerá nuevo, como si hubiese surgido de repente. El “no” no puede tener raíces tradicionales. Está desarraigado. Ésa es la razón por la que Krishnamurti siempre parece nuevo. Pero no lo es.

La esencia de la no-técnica

¿Qué es esta técnica Zen de negar la técnica? Usted puede utilizarla. Es una de las formas más sutiles de trascender la mente.

La mente trata de aferrarse a algo que sea un apoyo; necesita que haya un soporte, no puede existir en el vacío. De modo que crea muchos tipos de soportes: dioses, diablos, iglesias, escrituras, la Biblia, el Corán, el Gita, cielos, paraísos, creencias... Entonces es feliz, porque tiene algo a lo que aferrarse.

Pero entonces, con ese aferramiento, con ese apego a lo que ella misma creó, en ese estado de *identificación* con eso que creó, la mente se mantiene viva.

Esta técnica de no-técnica insiste en eliminar todos los soportes, de modo que recalcará que no hay Dios, que no hay ninguna Escritura.

Ninguna Biblia puede ayudar, porque la Biblia no es más que palabras.

Ningún Gita puede ayudar, porque todo lo que llegue a saber por medio del Bhagavad-Gita será prestado, y la Verdad no puede ser prestada.

Ninguna tradición puede ayudar, porque la Verdad tiene que ser alcanzada individualmente. Tiene que llegar a ella; no puede ser transferida.

Ningún maestro puede dársela, porque no es algo como una propiedad. No es transferible, no puede ser enseñada porque no es información. Si se la enseña un maestro, usted sólo puede aprender palabras, conceptos, doctrinas. Ningún maestro puede iluminarle.

Esa autorrealización tiene que sucederle a usted, y tiene que sucederle sin ninguna ayuda. Si sucede mediante alguna ayuda, entonces usted es dependiente de algo o alguien que no puede conducirlo a la libertad suprema, a la Verdad absoluta.

Estas son partes de esa no-técnica. Por medio de estas críticas, negaciones y argumentos, los soportes son destruidos. Entonces se queda solo, sin ningún gurú, ninguna Escritura, ninguna tradición, ningún Dios, ninguna iglesia, ningún sitio al que acudir, nada de lo que pueda ser dependiente.

Se queda en un vacío. Y, en realidad, si puede aceptar ese vacío y está dispuesto a estar en él, a ser eso, será transformado. Pero la mente es muy astuta. Si Krishnamurti le dice que éstas son cosas -ningún soporte, ningún aferramiento, ninguna identificación, ningún maestro, ninguna Escritura, ninguna técnica-, usted se aferrará a Krishnamurti.

La mente ha vuelto a crear un soporte, y entonces todo ha sido en vano.

¿En qué radica la dificultad? Es necesario comprender que, para que funcione esta técnica de la no-técnica, debe eliminar todos los apoyos, no debe aferrarse a nada, no apegarse a nada, no identificarse con nada. Y eso es muy arduo, muy difícil, casi imposible para una mente que ha vivido identificada con todo, todo el tiempo.

Esto explica por qué tanta gente ha estado escuchando a Krishnamurti durante 50 años, en el transcurso del siglo XX, pero no les ha sucedido nada, o casi nada. Este hecho lo reconoció Krishnamurti, porque antes de morir, el 17 de febrero de 1986, en Ojai, California, dijo:

“Si sólo supieran ustedes lo que se han perdido; nadie puede comprender lo que pasó por este cuerpo, nadie. No encontrarán otro cuerpo como este, o esa suprema inteligencia operando en un cuerpo, no lo encontrarán por muchos cientos de años... Todos pretenderán o tratarán de imaginar que pueden entrar en contacto con eso. Tal vez lo hagan en cierto modo si viven las enseñanzas, pero nadie lo ha hecho, nadie, y eso es todo.”

Krishnamurti

Es arduo, difícil, casi imposible, permanecer sin soportes, permanecer solo y estar alerta para no permitir que la mente cree ningún soporte.

Como la mente es tan astuta, puede crear soportes sutiles una y otra vez. Puede que abandone al Buda, pero entonces llenará ese espacio con los libros

de Osho, los pensamientos de Krishnamurti, las parábolas de Jesucristo, las propuestas de Eckart Tolle...

Entonces, ¿qué hacer? ¿"sí" o "no"?

No aferrarse es el secreto del no-método. Si usted puede hacerlo, es bueno; si no puede hacerlo, entonces no se engañe. Entonces, para usted, hay métodos, técnicas. ¡Úselos!

Si tiene claro que no puede asumir su proceso interior solo, busque y acepte la ayuda de alguien que le pueda ayudar. Si la busca, la encuentra. También mediante la ayuda es posible la auto-transformación.

Si no puede con el no-método, pásese al sí-método... pero inicie su proceso interior.

Hay dos opciones: sí y no. Si siente desde su **ser**, su mente y su sensibilidad, que puede hacerlo solo... hágalo solo, inténtelo seriamente. Si descubre en el intento que no puede solo, abandone el no-método, busque ayuda, acójase al sí-método, y por el camino va decidiendo qué es lo mejor para su proceso interior.

Si no puede solo, si no puede con el no-método, busque apoyo, busque un guía, un instructor con experiencia, un Maestro; búsquelo deliberadamente.

Si piensa que no hay necesidad de ayuda, que usted es suficiente para sí-mismo, que puede asumirse solo, entonces deje de buscar a Krishnamurti, porque él enseña a no-buscar nada, ni a nadie. Deje de buscar, deje de ir, y permanezca solo, sumergido en la esencia de la no-técnica, sumergido en el Zen.

Las paradojas con Krishnamurti

Esa suprema Inteligencia, eso Inconmensurable que le sucedió a Krishnamurti, también le ha sucedido a personas que estaban solas, pero el fenómeno es muy excepcional, porque es muy difícil. La no-técnica es muy

difícil. A veces le sucede a una persona entre miles..., y eso tampoco es sin causa alguna.

Puede que esa persona haya estado buscando en la sí-técnica durante muchas vidas, puede que haya encontrado muchos apoyos, muchos maestros, muchos guías, muchos instructores, muchas **técnicas** de Trabajo Interior, muchos métodos de meditación... y que ahora haya llegado a un punto en el que puede estar solo, en un **estado** de no-técnica.

Ahora sí puede decidirse, conscientemente, por el no-método, no-ayuda, no-gurú, no-todo.

Pero siempre que a una persona le sucede la Verdad, sola, cuando sola alcanza lo Supremo, empieza a predicar que también le puede suceder a usted, lo cual es posible, pero muy poco probable, muy poco.

Como a Krishnamurti le sucedió solo, predica que también le puede suceder a usted. Pero si usted lee a K., es porque está buscando apoyo, ayuda, y eso demuestra que solo no puede hacerlo.

¿Cuál es la paradoja? Si usted busca en K. apoyo, ayuda, método, está buscando donde no es, porque K. es el maestro del no-apoyo, no-ayuda, no-método.

Si usted se decidió por el “no-técnica”, entonces no puede buscar nada, a nadie, en ninguna parte, ni siquiera a Krishnamurti.

El Zen, la no-técnica, es una técnica pero sólo para personas muy específicas que, tal vez, han estado esforzándose durante muchas vidas y ahora han llegado a un punto en el que pueden estar solas; para ellos, el no-método es el único camino.

Si usted fuera ese tipo de persona, no estaría aquí leyendo este artículo. ¿Qué está buscando? ¿Ayuda? ¿Comprender? ¿A quién está buscando? ¿Qué necesita? El solo hecho de leer este artículo indica que usted se ha inscrito en el grupo del “sí”, aunque su ego le diga que “yo solo soy suficiente”.

Tal vez el “sí” conduce al “no”

Otra forma de la paradoja es la siguiente: Krishnamurti hablaba para los que “no” necesitaban ayuda, pero los asistentes eran personas necesitadas de ayuda. ¿Por qué estaban ahí? Entonces, la interpretación de esta paradoja, según Osho, es:

“Todo lo que Krishnamurti está diciendo es absolutamente correcto, pero a las personas a las que se se lo está diciendo son absolutamente incorrectas.”

Osho

La persona que puede estar sola, que puede profundizar sin ningún método, ningún apoyo, ninguna Escritura, ningún gurú, no escucha a K., ni busca en él, porque no hay necesidad, no tiene sentido.

Pero si usted necesita ayuda y su mente sigue pensando que no hay necesidad de ayuda; si necesita un instructor y su mente le sigue diciendo que el instructor es una barrera; si necesita técnicas de interiorización y ha concluido lógicamente que las técnicas no pueden ayudarle, entonces tiene un serio problema creado por una mente confusa.

El hecho real es, en este caso, que usted necesita apoyo, pero su ego le dice que no. Puede ser que su ego se sienta bien con que “no necesito ningún apoyo”. El ego siempre piensa en función de “yo solo soy suficiente”, pero ese ego no le va a servir de nada.

¿Qué hacer? Necesita comprender la confusión creada por su mente, porque, a fin de cuentas, el gurú no es significativo: su mente es significativa. La decisión final va a llegar por medio de su mente, por lo que necesita observarla y comprenderla.

Si necesita apoyo, guía, técnica, métodos con los que Trabajar, búsquelos, encuéntrelos, utilícelos, sin pena alguna. Es la vía del “sí”.

Si no los necesita, esté solo, sin aferrarse a nada, sin apegarse a nada, sin identificarse con nada, avance solo, profundice solo. Es la vía del “no”.

Sucedirá lo mismo en ambos caminos. Lo que ha de ser, será.

“Sí” y “no” aparentemente son dos opuestos, y tiene que decidirse por una vía.

Pero, tal vez, el camino del “sí” lo conducirá al camino del “no”.

Entonces, no parecen tan opuestos. Parecen complementarios.

La necesidad de tener confianza

¿Por qué algunos Maestros crean sistemas?

Hay dos posibilidades: puede crear un sistema para ayudar a la gente, o puede tratar de destruir los sistemas para ayudar a la gente. De nuevo sí y no. De nuevo los polos opuestos. Y puede ayudar a la gente de las dos maneras.

En la línea Zen, Bodhidharma, Sosan, Chuang Tzu, Lao Tse, Rinzai, Suzuki, Alan Watts, Taisen Deshimaru, son destructores de sistemas. Krishnamurti, que nunca aceptó ser Zen, porque él no era nada, fue un destructor de sistemas. Pertenecen a la opción no-técnica, no-método, no-nada.

En la opción sí-método, el Dios de los cristianos fue el primero, con sus diez mandamientos. Mahavira, Shankara, Buda, Jesús, Gurdjieff, Osho, fueron grandes creadores de sistemas, de técnicas para profundizar en sí-mismo. Incluso nuestro contemporáneo Eckhart Tolle, que en su libro *“Practicando el poder del ahora”*, expone enseñanzas, meditaciones y ejercicios esenciales.

La dificultad radica siempre en que no podemos comprender estas dos opciones contradictorias juntas, simultáneamente; pensamos que una de las dos es correcta, pero no las dos. Si los creadores de sistemas tienen razón, entonces nuestra mente dice que los destructores de sistemas deben estar equivocados. No, los dos tienen razón.

Un sistema, una técnica, significa una pauta a seguir, un mapa preciso a seguir para que no surja ninguna duda, ninguna indecisión, y pueda profundizar con confianza. Un sistema se crea para crear confianza. Si todo está claro, entonces habrá confianza más fácilmente, y la persona puede profundizar en sí-misma sin mucho temor, sin mucha incertidumbre.

Si todas sus preguntas son respondidas, entonces la duda se disipa y puede continuar su proceso con confianza. Por esta razón los maestros del “sí” responden a todas las preguntas, aún las más absurdas. Por ejemplo, cuando Jesús dijo:

“De cierto, de cierto te digo, que el que no naciere de nuevo, no puede ver el reino de Dios.”

San Juan 3,3

Y Nicodemo, un fariseo que era de malas para pensar, preguntó:

“¿Cómo puede un hombre nacer siendo viejo? ¿Puede acaso entrar por segunda vez en el vientre de su madre y nacer?”

San Juan 3,4

Pues Jesús respondió a esa pregunta tan primitiva, tan vana. Y cuando no quería ser tan directo, respondía con parábolas:

“Por eso les hablo con parábolas: porque viendo no ven, y oyendo no oyen, ni entienden.”

San Mateo 13,13

Buda y Mahavira también respondían a casi todas las preguntas, para ayudar a las personas a tener confianza, porque esa cualidad de la confianza es indispensable en la profundización de sí-mismo.

Cuando alguien intenta entrar en lo desconocido, necesita una gran confianza; de lo contrario, le será imposible, porque el miedo de su mente se lo impedirá, se asustará ante la incertidumbre de lo desconocido.

Por esta razón es necesario crear sistemas, técnicas, procesos, para que lo sepa todo, desde dónde iniciará, por dónde avanzará, qué hacer en cada momento del proceso de interiorización. Su mente dispone de un mapa que le indica por dónde caminar, para no perderse.

Ese conocimiento mental le da seguridad, le produce una sensación de que todo está bien. Su instructor le transmite una seguridad, una confianza, una sensación de que él ya recorrió ese camino, de manera que usted no está entrando solo en tierra de nadie, no está penetrando sólo en lo desconocido. El gurú ya estuvo ahí.

Un sistema, una técnica, un método, logra que lo que se va a hacer parezca conocido. Eso es para ayudarle, para darle apoyo, para que haga su proceso con confianza.

Todo sistema es artificial

Los creadores de sistemas han respondido a toda clase de preguntas y han hecho mapas nítidos de cada proceso. Por ejemplo, si quiere **saber** cómo es el proceso de la relajación física y mental, busque el libro “*Yoga Nidra*”, de Satyananda Saraswati; si quiere **aprender** a respirar, busque los libros del yoga Ramiro Calle; si quiere **saber** cómo ser feliz, busque el libro “*El arte de la felicidad*”, del Dalai Lama... todo está dicho.

Con esos **Manuales de Operación** en la mano, siente que todo está bajo control, le inspiran confianza, lo invitan a que se inicie en los procesos de interiorización sin temor. Todo sistema es para ayudarle a superar su miedo a lo desconocido.

Pero, realmente, todo sistema es artificial, de origen mental, y esto explica por qué el Zen es no-sistema. Todo sistema es tan solo para ayudarle. No es verdadero. Ningún sistema es la Verdad. Es un ardid, un truco para evadir el miedo, pero ayuda a superar las barreras que opone su personalidad.

Su personalidad vive entre mentiras y no puede comprender la Verdad, porque su naturaleza es mental. Un sistema significa menos mentiras, y luego menos mentiras, y así, poco a poco, poco a poco, usted se acerca más y más a la Verdad que permanece oculta en su Ser.

Cuando la Verdad se manifieste, el sistema se volverá sin sentido, simplemente caerá, será trascendido, olvidado, ignorado.

Cuenta Osho, en su “*Libro de los Secretos*” que cuando Sariputta, discípulo de Buda, se iluminó, miró hacia atrás desde ese punto y vio que todo

el sistema de Buda había desaparecido; todo lo que le habían enseñado ya no estaba en él. Entonces, le dijo a Buda:

“Todo el sistema que me fue enseñado desapareció.”

Buda le dijo:

“¡Guarda silencio; no se lo digas a los demás! Ha desaparecido, tiene que desaparecer porque nunca existió, era una ficción, pero te ayudó a llegar a este punto. No se lo digas a los que aún no han llegado, porque si saben que no hay conocimiento de adónde van, se pararán. No pueden ir a lo desconocido indefensos, no pueden ir solos.”

Buda

Todos los sistemas son ardides, trucos, para ayudar: para ayudar a las personas llenas de dudas, confusas, que no tienen confianza, que tienen temor de lo desconocido. Se crean sistemas, métodos, técnicas, para ayudar a las personas a entrar en lo desconocido, que es su propio ser. Es paradójico. Es como si las personas tuvieran miedo de sí mismas.

En esos sistemas todo es un mito; por eso hay tantos sistemas, tantos métodos. Buda crea el suyo, Mahavira crea el suyo, Jesús crea el suyo, Gurdjieff crea el suyo... cada sistema ha sido creado conforme a las necesidades de sus seguidores, sus circunstancias, su momento.

Así que cada Maestro del “sí” crea su propio sistema. Es un mito, pero muy útil, porque muchos avanzaron con él y alcanzaron la Verdad, pero la Verdad permanece oculta en el sistema. La Verdad está encriptada en la realidad que sucede. El sistema es una máscara, pero es muy útil.

Los que llegaron a la Verdad, cuando llegaron, supieron que el sistema era falso..., pero funcionó.

En la confusión, el “no” puede ser muy útil

Buda define la verdad como lo que funciona. Su definición de la verdad es lo que funciona: si una mentira puede funcionar, es verdad; y si una verdad no puede funcionar, es falsa.

Hay muchos sistemas, y todo sistema ayuda. Pero todo sistema no puede ayudar a todo el mundo. Cada sistema tiene sus adeptos, porque las personalidades son múltiples y los miedos son diversos.

Pero también hay destructores de sistemas y ellos también ayudan. Ayudan porque, a veces, sucede que cuando hay tantos sistemas, la gente cae en la confusión de la Torre de Babel y, en vez de avanzar con los mapas, los mapas tan diversos se vuelven una carga insoportable. La persona dispone de mucho, pero no comprende nada. Está empantanada en una maraña de opciones.

Esa persona necesita ser aligerada. Así que hay destructores de sistemas que eliminan el sistema de la mente, le aligeran, y le ayudan a avanzar. El “sí” ayudó, pero ya no. Ahora el “no” puede ayudar. Ambos ayudan, pero depende. Depende de la persona a la que se está ayudando, depende de su momento, de su necesidad, de su confianza, de su ser actual, de su miedo.

En esta época, los sistemas se han vuelto muy pesados, densos, confusos. En su diversidad se ha perdido todo el propósito esencial. Ya no se reconoce el propósito. Todos parecen lo mismo, y es muy difícil hallar claridad. Se ha perdido la diferenciación entre *mente* y *conciencia*. Todo parece mental.

Antes, cada sistema vivía en su propio mundo: en China, por ejemplo, un Taoísta nacía Taoísta, vivía en el Tao y moría en el Tao. Pero ahora, en cuanto China se hizo cosmopolita, en su territorio se halla el Budismo, el Zen, el Confucionismo y el Tao. En su frontera marítima se encuentra con las religiones del Japón, y en su frontera continental se encuentra con el Hinduismo y las diversas filosofías de la India.

Pero antes, un Taoísta vivía dentro de los muros de su sistema. Nunca penetraba en su mente nada ajeno, de modo que no había confusión.

Pero ahora, todo el mundo está familiarizado con todo lo demás. Los hindúes están leyendo el Corán y los musulmanes están leyendo el Gita. Los cristianos están leyendo a Oriente, y Oriente está viniendo a Occidente. Todo está confuso. La confianza que solía resultar de un sistema, ya no existe. Todo ha penetrado en su mente, y las cosas están desbarajustadas.

Ya no está sólo Jesús; ha entrado Krishna y también han entrado Mahoma y Gurdjieff. Y se han contradicho dentro de su mente. Ahora parece que nada es cierto, nada es certero.

Ahora, en Occidente, en cualquier País, usted encuentra las denominadas Escuelas de Conocimiento: Yoga, Zen, Budismo, Sufismo, Tao, y el Cuarto Camino de Gurdjieff.

Pero también encuentra las grandes religiones clásicas: Judaísmo, Hinduismo, Cristianismo e Islamismo.

Y en la búsqueda de seguridad y el espejismo de las creencias, una innumerable variedad de sub-religiones y sectas: Teosofía, Metafísica, Rosacruzismo, Gnosticismo, Testigos de Jehová, Cienciología, Hare Krishna, Dianética, la Iglesia en la roca, Masonería, Opus Dei, Ananda Marga, Templo del Pueblo...

Esta es la Torre de Babel de Occidente, la confusión de las lenguas. La Biblia dice esto; el Gita dice lo contrario. Mahoma dice esto, pero Mahavira dice lo opuesto. Se contradicen, y usted no encaja en ninguna parte; simplemente está parado ahí, en medio del caos, confuso, sintiendo que ningún camino es el suyo, que nadie tiene la Verdad, que la Verdad se perdió en la Torre de Babel.

La importancia de Krishnamurti

En semejante estado mental, en semejante confusión de técnicas, sistemas, creencias, la destrucción de todo eso puede ser útil. De aquí el gran atractivo de Krishnamurti en Occidente. El predica la no-técnica, no-método, no-sistema, no-creencia, no-gurú, no-todo...

No tiene tanto atractivo en Oriente porque Oriente tiene el Zen; y aún no es tan confuso como Occidente, porque Oriente no es tan intelectual, por lo cual no ha vivido tan interesada en el saber de los demás.

Pero Occidente, tan mental, tan intelectual desde los griegos clásicos - Platón, Sócrates, Aristóteles- está obsesionada con saber acerca de los demás y de todo, sabe demasiado, hasta que cayó en su propia trampa: el descubrimiento de la Física Cuántica.

Ahora, la Nueva Física demuestra que ni el tiempo ni el espacio existen, que Todo está conectado con Todo, que el Universo se compone de Inteligencia, Información y Energía, y que la esencia de Todo parece ser la Conciencia pura.

Enseña que todas las “formas” manifestadas son transitorias, “formas” de la energía, y que, como predijo el Buda hace 2.600 años, el Principio de la Incertidumbre y la Ley de la Impermanencia de todo, son leyes del universo. Todo lo que es, deja de ser.

En consecuencia, Occidente descubrió científicamente que ningún sistema es real, que todo es una ficción del cerebro. Entonces, ¿creer en qué? En ese estado de la mente occidental, apareció Krishnamurti con su radical propuesta de no-sistema, no-todo.

Krishnamurti atrae a Occidente porque le dice que abandone todos los sistemas. Si los deja, puede liberarse de la confusión; pero depende de usted. Puede que suceda, o puede empeorar la situación. Dependiendo de su ser, puede que se libere de la confusión o puede ser, como suele suceder, que todos los sistemas seguirán en su mente y usted agrega este nuevo sistema de destruir todos los sistemas. Ha añadido mayor confusión.

En su mente Buda sigue hablando, Jesús sigue hablando, Mahoma sigue hablando, Gurdjieff sigue hablando... y ahora entra Krishnamurti:

“Alguien le está diciendo algo, usted escucha. El acto mismo de escuchar sin pensar es el acto de liberarse de eso. Cuando usted ve el hecho, la percepción misma de ese hecho es la liberación respecto del hecho percibido.”

Krishnamurti

Su mente se vuelve la Torre de Babel: tantas lenguas, y no comprende cuál es el sentido de este rompecabezas.

Entonces, ¿qué puede hacer usted?

Depende de su comprensión, de su nivel de **Ser**, de su estado de conciencia, de su miedo.

Si puede creer en un sistema, acéptelo, tómelo, y profundice en sí mismo con su enseñanza. Si no puede creer en ningún sistema, entonces deséchelos todos, quédese aligerado, ligero de equipaje, vacío.

Si usted es del “*sí-sistema*”, acéptelo y proceda. Si es del “*no-sistema*”, acéptelo y proceda.

Pero lo que usted no debe hacer es permanecer **simultáneamente** en medio de estas dos alternativas. A veces “*sí y no*”, y a veces “*no y sí*”. Como un péndulo. Aunque tenga la impresión de que avanza, que crece, no está creciendo, pero está avanzando hacia la contradicción, hacia la confusión, perplejo, hecho un caos.

Si siente que puede solo, sin nada, sin nadie, abandone todo; puede quedar vacío, inocente, limpio, como un niño, y puede volar.

Pero si esa posibilidad le parece demasiado peligrosa, si tiene temor del vacío, de la nada, si ese estado interior le parece miedoso y peligroso, entonces elija un sistema, y asúmalo con toda seriedad.

Si profundiza en ese sistema, con pasión, con constancia, muy seguramente lo conducirá al “*no-sistema*”. Es natural que así sea, porque la Verdad está oculta en todos los sistemas.

La profundización en el *sí-sistema* lo conducirá inexorablemente a la Verdad oculta en el *no-sistema*.

Haga claridad respecto de lo siguiente:

1. ¿Necesita ayuda o no la necesita?
2. ¿Puede entrar en lo desconocido sin miedo, o no puede?
3. ¿Puede avanzar un solo centímetro sin ningún método, sin ninguna técnica, sin ningún sistema, o no?

Reflexione sobre estos tres aspectos, mirando en su interior. Analice en su mente, examínela, y decida qué tipo de mente tiene.

Si decide que no puede solo, que no puede hacerlo solo, entonces necesita un maestro, una Escritura, una técnica, un sistema. Gurdjieff puede ayudarlo, el Yoga puede ayudarlo, el Tantra puede ayudarlo...

Pero si siente que puede hacerlo solo, no hay necesidad de nada más. Usted es el maestro, la Escritura, la técnica. Aunque no necesita ayuda, Krishnamurti le puede ayudar a abandonar toda ayuda, el Zen le ayuda, Suzuki, Alan Watts le pueden ayudar...

Si siente que es imposible decidir, porque no es tan fácil decidir; si se siente confuso frente a esta decisión, entonces primero pruebe con un maestro, una técnica, un sistema. Ponga mucho empeño, mucha pasión, hasta el extremo, para que si algo va a suceder, que suceda.

Si no sucede nada, entonces llega a un punto en que puede decidir que ahora lo dejará todo, ahora estará solo, sin nada, sin nadie que ayude. Este intento será muy oportuno y conveniente.

Entonces, ante la duda, comience con el "*sí-sistema*", y en el momento preciso y necesario, intente con el "*no-sistema*".

En mi caso, empecé con Gurdjieff, me desplazo hacia Krishnamurti, pero también siento la necesidad de abandonar a Krishnamurti. Del "*sí*", al "*no*"; del "*no*" a la nada del Zen.

Ante la duda, si la tiene, mi sugerencia es que empiece con un maestro, con un sistema, una técnica. Si siente que avanza hacia su Verdad interior, todo eso es bueno. Pero si siente que con eso no puede profundizar en sí-mismo, entonces todo el asunto se vuelve vano, puede desecharlo, y ahora puede intentar seguir solo.

Entonces no necesitará que Krishnamurti le diga que no es necesario ningún maestro, ni será necesario que el Zen le diga que abandone todas las Escrituras, porque son verdades que habrá descubierto en sí-mismo.

De modo que es bueno empezar con un maestro, con un sistema, con unas técnicas, pero debe hacer todo lo que puede hacer, para que, si algo puede suceder, que suceda.

Si haciendo todo lo que puede hacer no sucede nada en su espacio interior, puede concluir que éste no es su camino y puede avanzar solo, sin nadie, sin nada.

Del “sí” al “no”.

Del “no” a la “nada”.

De la “nada” a la Conciencia, a la Verdad, a lo Inconmensurable, al Amor...

Entonces, ¿qué soy?, ¿quién soy?:

“¿Quién soy yo entonces? El que ve eso. La Conciencia que es anterior al pensamiento, el espacio en el cual ocurre el pensamiento, o la emoción, o la percepción sensorial.”

Krishnamurti

Pero **ver eso** es el principio de la libertad, porque me separo de **eso**.

Y cuando **eso** que observo es interior -pensamientos, emociones, sensaciones- me libero de mí mismo, de mi “yo”, y ese es el principio de la libertad absoluta.

La Conciencia pura es el espacio interno donde ocurre esta Libertad absoluta.

No sé si esta práctica es una técnica o no es una técnica; no sé si este observarse es un sistema o no es un sistema, pero funciona.

Todo es Conciencia.

Bibliografía

- Charles T. Tart. Psicologías transpersonales.
- Osho. El libro de los secretos.
- Pepe Rodríguez. El poder de las sectas.
- Robert S. De Ropp. El juego supremo.
- Alan W. Watts. El Zen.
- Krishnamurti. La libertad.
- Dalai Lama. El universo en un solo átomo.