

Mensaje 308

París, Francia, 16 de agosto de 2015

Sabio Jiddu Krishnamurti

1. Una vez has asentado la base de la virtud —el orden en las relaciones— surge esta cualidad del amor y la muerte que es pura Vida. Entonces la mente se vuelve extraordinariamente quieta, naturalmente silenciosa, sin ser este un silencio alcanzado a través de la represión, la disciplina y el control. Y ese silencio es inmensamente rico.

Más allá de eso, ni palabras, ni descripciones sirven de nada. Entonces la mente no indaga en lo absoluto porque no tiene necesidad pues encuentra en ese silencio “lo-que-es”. Y todo esto constituye la bendición de la meditación.

2. El éxtasis de la soledad surge cuando no temes estar solo: ya no perteneces al mundo ni estás apegado a nada. Entonces, tal como la aurora ha llegado de esta mañana, llega silenciosamente abriendo un camino de oro en la quietud misma que era en un comienzo, que es ahora y que siempre estará ahí.

3. La meditación es un movimiento *en y de* lo desconocido. “Tú” no estás ahí; sólo el movimiento. Eres demasiado poco o excesivamente grande para ese movimiento. No hay nada detrás ni delante de él. Es esa energía que el pensamiento-materia no puede tocar. El pensamiento es perversión porque es el producto del ayer: está atrapado en las fatigas de siglos y por eso es confuso, turbio. Hagas lo que hagas, lo conocido no puede alcanzar lo desconocido. La meditación es la muerte a lo conocido.

4. Como has observado, una gran quietud surgió en ti. El cerebro mismo se volvió muy calmo, sin reacción alguna, sin un sólo movimiento y resultaba extraño percibir esta inmensa quietud. “Percibir” no es la palabra. La cualidad de ese silencio, de esa quietud, no es percibida por el cerebro; está más allá del cerebro. El cerebro puede concebir, formular o generar planes para el futuro, pero esta quietud está más allá de su ámbito, más allá de toda imaginación, más allá de todo deseo. Estás tan aquietado que tu cuerpo se convierte por completo en parte de la tierra, ¡parte de todo lo que está aquietado y sin embargo se mueve!

Con la leve brisa llegada desde las colinas, agitando las hojas, esta quietud, esta extraordinaria cualidad del silencio, no era perturbada. La casa estaba entre las colinas y el mar, dominando éste. Y mientras contemplabas el mar, tan absolutamente calmo, te convertías realmente en parte de todo. Lo eras todo. Eras la luz y la belleza del amor. Decir de nuevo, “tú formabas parte de todo” es también incorrecto: la palabra “tú” no es adecuada porque realmente no estabas ahí. No existías. Sólo había esa quietud, la belleza, la extraordinaria sensación del amor.

5. Por eso uno ha de empezar con la mente y no con el cuerpo; la mente como pensamiento y las diversas expresiones del pensamiento. La mera concentración confina el pensamiento, lo limita y fragiliza, pero la contemplación surge como algo natural cuando se es consciente de los modos del pensamiento. Esta conciencia no proviene del pensador que elige y descarta, que se aferra o rechaza. Esta conciencia no es selectiva y es externa e interna; es un flujo entre ambas ¡de manera que la división entre exterior e interior desaparece!

El pensamiento destruye el amor. El pensamiento sólo puede ofrecer placer y en la persecución del placer el amor es dejado de lado. El placer de comer, de beber, se perpetúa en el pensamiento y limitarse a controlar o a reprimir este placer que el pensamiento ha provocado carece de sentido creando solamente diversidad de conflictos y compulsiones ¡pues el pensador, el controlador, es también el pensamiento, lo controlado!

6. Madurar en la meditación es liberar la mente de los conocimientos, pues los conocimientos modelan y controlan toda experiencia. Los conocimientos engendran “experiencias” a modo de reflejos condicionados y esas “experiencias” fortalecen esos conocimientos. La Sagrada Realidad es Existencial, no tu simplona y tonta

experiencia. Una mente que es una luz para sí misma no necesita experiencia alguna. La inmadurez es el deseo de mayores y más amplias experiencias. Meditar es deambular por el mundo del conocimiento liberándote de él, penetrando en lo Desconocido, lo Incognoscible, la Inmensidad, lo Inconmensurable.

7. De modo que la meditación puede acontecer sentado en un autobús o caminando por el bosque —pleno de luces y sombras— o escuchando el canto de los pájaros, o contemplando el rostro de tu esposa o de tu hijo.

8. Una vida religiosa es una vida de meditación sin las actividades del egoísmo.

9. Para la mayoría de nosotros, la belleza reside en algo: en un edificio, en una nube, en la forma de un árbol, en un hermoso rostro. ¿Está la belleza “ahí fuera” o es una cualidad de la mente sin actividad egocéntrica?

10. Ser absolutamente nada es trascender toda medida.

11. La muerte de la mente producida por la meditación es la inmortalidad de la Vida.

12. Meditar es trascender el tiempo. El tiempo es la distancia que el pensamiento recorre en sus quimeras. Viajar siempre sigue viejos caminos nuevamente revestidos; nuevas vistas, pero siempre el mismo camino conducente a ninguna parte... más que al dolor y la tristeza.

Sólo cuando la mente trasciende el tiempo, la Verdad deja de ser una abstracción. Entonces la bienaventuranza no es una idea derivada de placer, sino una realidad que no es verbal. La bendición es Consciencia-libre-de-toda-división, la única Divinidad.

13. La creencia es tan innecesaria como lo son los ideales. Ambos disipan la energía necesaria para seguir el desarrollo de la realidad, de “lo-que-es”. Las creencias y los ideales son una huida de la realidad y al escapar de ella el sufrimiento no tiene fin. El dolor desaparece cuando se comprende la realidad instante a instante. No hay ningún sistema o método que pueda proporcionar comprensión; sólo ser consciente del hecho sin elegir. Meditar según un sistema es huir de la realidad de lo que eres. Es mucho más importante comprenderte a ti mismo —ese constante cambio de la realidad que eres— que meditar con el fin de encontrar a Dios, tener visiones, sensaciones y otras clases de entretenimientos. “Dios” es, por desgracia, el producto de la culpabilidad, la credulidad, la codicia, la gratificación y muchos otros desperdicios de tu divisiva consciencia.

14. La meditación no es algo diferente de la vida cotidiana; no es retirarte a una esquina de una habitación o reunirte en una sala o un campo para rezar en masa y luego, al salir, ser — metafórica y verdaderamente— un carnicero.

15. El hombre, con el fin de escapar de sus conflictos, ha inventado muchas formas de meditación. Todas se basan en el desear, querer, sentir la urgencia de conseguir algo e implican conflicto y lucha por conseguirlo. Este esfuerzo consciente, deliberado, se halla siempre dentro de los límites de la mente condicionada y en eso no hay libertad. ¡Esforzarse por meditar es la negación de la meditación!

¡Gloria a Jiddu, gozo de la bienaventuranza!