

## **Anthony de Mello**

### **Medicina del Alma para la superación personal**

*Cierta día, Dios estaba cansado de las personas.  
Ellas estaban siempre molestando, pidiéndole cosas.  
Entonces dijo: "Voy a irme y a esconderme por un tiempo."  
Así fue que reunió a sus consejeros y dijo: "¿Dónde debo esconderme?"  
Algunos dijeron: "Escóndase en la cima de la montaña más alta de la tierra."  
Otros: "No, escóndase en el fondo del mar. No van a hallarlo nunca allí."  
Otros: "No, escóndase en el otro lado de la Luna; ése es el mejor lugar. ¿Cómo lo hallarían allí?  
Entonces Dios se volvió hacia el más inteligente, sonriendo, respondió: "¡Escóndase en el corazón humano! ¡Es el único lugar adonde ellos no van nunca!"  
¡Bella historia hindú! Sencilla y muy actual.*

Anthony de Mello

## Prólogo

## De la primera edición

Este libro tiene una historia. El 15 de noviembre de 1986, poco más de seis meses antes de morir, el padre Anthony de Mello dictó un ciclo de dos conferencias, la primera por la mañana y la otra por la tarde, sobre el tema *Redescubrir la vida*. Habló en la Universidad de Fordham, en Nueva York, ante un público predominantemente joven, y sus palabras y su imagen fueron transmitidas por televisión satelital a más de 40 universidades y colleges de los Estados Unidos, quedando registradas en videocasete.

Así se preservó un testimonio probablemente único de la voz y la presencia del padre De Mello, para felicidad e inspiración de su gran legión de admiradores y seguidores, que podrán apreciar cómo comunicaba sus pensamientos y sentimientos de una manera sorprendentemente fresca, espontánea y plena de calidez y alegría, ofreciendo con su modalidad propia un ejemplo de regocijo y desapego.

Editorial Lumen ha adquirido los derechos de dicho videocasete y ofrece una *versión literaria*, depurada y ordenada, de lo expresado por Anthony de Mello en las conferencias registradas en el video. El texto publicado no coincide exactamente con la *versión literal* de las palabras allí pronunciadas, y esto merece una explicación.

En toda exposición oral —y más aun si es apoyada por la presencia del orador— la comunicación con el oyente a través de la palabra se apoya fundamentalmente en el tono, la modulación y la cadencia de la voz, así como en sus pausas, y también en los gestos y expresiones del rostro y de las manos. Esto es particularmente notable en el caso del padre De Mello, que basa su comunicatividad en una espontaneidad desbordante, que lo lleva a moverse sin cesar, a hacer gestos con las manos y los dedos (reminiscencia, sin duda, de los mudras de la India) y a sonreírse y reír constantemente.

Además, en toda exposición oral (salvo que se trate de la lectura en voz alta de un texto escrito) generalmente se respeta un orden lógico riguroso y una sintaxis siempre correcta. El discurso está constituido por frases muchas veces incompletas, con repeticiones y aclaraciones frecuentes, saltos y rupturas de la continuidad, muletillas e interjecciones. Además, la exposición —sobre todo cuando es improvisada— no suele estar estructurada en forma organizada y consecuente. Todo esto es adecuado para el lenguaje oral y le otorga soltura, poder de convicción, riqueza emocional y expresividad.

Pero el lenguaje escrito es distinto. No dispone del apoyo de la voz y el gesto y se sirve de la palabra preferentemente para transmitir conceptos e ideas. Por eso requiere un rigor expresivo, lógico y sintáctico mucho mayor que el lenguaje oral.

Para convertir en un texto literario las palabras pronunciadas por el padre De Mello en sus conferencias, Editorial Lumen ha realizado el trabajo de editing (o "elaboración editorial") que es habitual en estos casos. Es decir, ha organizado y redactado un texto adecuado para ser publicado como libro. Esta tarea se ha llevado a cabo con gran cariño, respeto, seriedad y conocimiento de la obra total de Anthony de Mello, cuidando especialmente de no falsear ni distorsionar sus ideas, ni tampoco su estilo y su forma característica de expresarse. Aunque él no haya podido conocer esta versión, creemos que la habría aprobado calurosamente. Estamos seguros de que ella permitirá al lector esa comunión silenciosa, ese diálogo personal con el autor que es posible a través del libro.

## I

Diez, doce años atrás, hice un descubrimiento que trastocó y revolucionó mi vida, convirtiéndome en un hombre nuevo. Descubrí una fórmula que me permite ser feliz por el resto de la vida, que permite disfrutar cada minuto de la vida. **Redescubrí la vida.**

Al escuchar esto, alguien podrá asombrarse y preguntarme:

—¿Cómo se enteró sólo diez o doce años atrás? ¿No ha leído usted los Evangelios?  
¡Por supuesto que leí los Evangelios! ¡Pero no la había visto! La fórmula estaba allí, en los Evangelios, pero yo no la había comprendido. Más tarde, cuando ya la había descubierto, la hallé en los textos sagrados de las principales religiones y me asombré: la había leído y no la había visto, no la había comprendido. Ojalá la hubiera descubierto cuando era más joven. ¡Qué diferente habría sido todo!

¿Cuánto tiempo me llevará transmitir a otros esa fórmula? ¿Todo un día? Voy a ser honesto: sólo un par de minutos. No creo que requiera más de dos minutos transmitirla. Captaría o comprenderla llevaría...¿veinte años?, ¿quince años?, ¿diez años?, ¿diez minutos?, ¿un día?, ¿tres días? ¡Quién sabe! Eso depende de cada uno.

## La capacidad de escuchar

Es necesaria una cualidad para captar aquello que yo descubrí de repente diez años atrás y que revolucionó mi vida: la cualidad de escuchar, de comprender, de "ver". Creo que, si mil personas me oyen y una escucha, si mil me leen y una ve, es un promedio bastante bueno.

¿Es difícil comprender la fórmula? Es tan sencilla que puede comprenderla un niño de siete años, ¿no es asombroso? En realidad, cuando pienso en eso hoy, me pregunto: ¿Por qué no la comprendí antes? No lo sé. No sé por qué no la comprendí antes. Pero así fue. Puede ser que cualquiera esté en condiciones de comprenderla hoy, aunque sea en parte. ¿Qué se necesita para comprenderla? Una sola cosa: la capacidad de escuchar. Eso es todo. ¿Eres capaz de escuchar? Si lo eres, podrás comprenderla.

Ahora bien, escuchar no es tan fácil como podría parecer. La razón es que siempre escuchamos a partir de conceptos establecidos, de posiciones y fórmulas establecidas, de prejuicios... Escuchar no significa "tragar"; eso es credulidad:

—Él lo dice, yo lo acepto.

No quiero que nadie me tenga fe cuando me escucha o me lee; las enseñanzas de la Iglesia o la Biblia se pueden tomar con fe, pero no lo quiero que me tomen a mí con fe. Deseo que cuestionen todo lo que digo, que reflexionen sobre mis opiniones.

Escuchar no significa ser crédulo. Pero tampoco significa atacar. Lo que voy a plantear es algo tan nuevo que algunos pensarán que estoy loco, que no estoy en mi sano juicio. Por

consiguiente, van a sentirse tentados de atacar. Si se le dice a un marxista que algo anda mal dentro del marxismo, lo primero que probablemente haga es atacar. Si se le dice a un capitalista que algo no está bien en el capitalismo, se alza en armas. Si se le dice a un norteamericano que en los Estados Unidos hay algo que no está bien, se enfurece. Y lo mismo sucede con los indios, si se ataca a la India, etcétera.

Escuchar no significa creer ciegamente, ni tampoco atacar o simplemente estar de acuerdo. Me contaron acerca de un superior jesuita que tenía mucho éxito. Alguien le preguntó:

-¿Cómo es que usted tiene tanto éxito como superior?

-Muy sencillo; la receta es sencilla: estoy de acuerdo con todos -respondió.

¡Estaba de acuerdo con todos! Le objetaron:

-¡No hable tonterías! ¿Cómo puede usted tener éxito como superior estando de acuerdo con todos?

-Escierto, ¿cómo puedo tener éxito como superior estando de acuerdo con todos? - fue su respuesta.

**¿Qué se necesita para comprender la  
fórmula de la felicidad? Una sola cosa:  
la capacidad de escuchar.**

De modo que escuchar no significa estar de acuerdo conmigo; puedes discrepar conmigo y entenderlo, ¿no es asombroso? Escuchar significa estar alerta. Si estás alerta, estás observando, estás escuchando, con una especie de mente virgen. No es fácil escuchar con una mente virgen, sin prejuicios, sin fórmulas establecidas.

Alguien me contó la historia de una persona que llevó a la práctica el famoso refrán: "Quien por día una manzana come, al médico a distancia pone." Bien, esta persona tenía un affaire con la esposa de un médico... y comía una manzana por día. Es decir, ¡había entendido todo al revés! Había partido de una fórmula establecida, de una posición mental rígida.

Me contaron también acerca de un sacerdote que estaba tratando de convencer a un feligrés alcohólico de que dejara la bebida. Para ello llenó un vaso con alcohol puro y tomó una lombriz, dejándola caer en el vaso. La pobre lombriz comenzó a retorcerse y murió. Y el sacerdote le dijo al feligrés:

-¿Comprendiste el mensaje, Juan?

-Sí, padre, comprendí el mensaje... comprendí el mensaje... ¿Sabe?, si se tiene un bicho en el estómago, hay que tomar alcohol.

¡Ay! ¡Vaya si comprendió el mensaje! Juan no comprendió el mensaje porque no estaba escuchando.

Conozco otro caso en el que era el sacerdote el que no estaba escuchando. En efecto, cuentan acerca de un alcohólico que fue a ver al cura párroco, el cual, como estaba leyendo el diario, no quería que lo molestaran.

-Disculpe, padre.

El padre, fastidiado, lo ignoraba.

-Eh, disculpe, padre.

-¿Qué pasa? -preguntó el párroco.

-¿Me podría decir qué produce artritis, padre?

El padre seguía fastidiado:

-¿Qué produce artritis? Beber produce artritis; eso es lo que produce artritis. Salir con mujeres fáciles produce artritis; eso es lo que produce artritis. Dedicarse al juego produce artritis; eso es lo que produce artritis. ¿Por qué lo preguntas?

-Porque aquí, en el diario, dice que el Santo Padre tiene artritis. El párroco no había estado escuchando.

Bueno, si estás preparado para oír algo nuevo, sencillo, inesperado, opuesto a casi todo aquello que te han contado hasta ahora, entonces quizás escuches lo que tengo que decir, quizás lo comprendas. Cuando Jesús enseñaba la Buena Nueva, creo que fue atacado no sólo porque lo que enseñaba era bueno, sino porque era nuevo. Odiamos todo lo que es nuevo:

-No quiero oír nada nuevo; denme las viejas cosas.

**Si rechazamos lo nuevo, no  
estamos dispuestos a escuchar.  
Pero si lo aceptamos sin discriminar,  
tampoco estamos escuchando.**

No nos gusta lo nuevo; es demasiado molesto, demasiado liberador. Si rechazamos lo nuevo, no estamos dispuestos a escuchar.

Pero si lo aceptamos sin discriminar, tampoco estamos escuchando. Buda lo dijo de una manera muy hermosa: "Monjes y discípulos no deben aceptar mis palabras por respeto, sino que deben analizarlas, de la misma manera que un orfebre trabaja el oro: seccionando, raspando, frotando, fundiendo." Así debe ser también con mis palabras.

## La vida está donde menos se le espera

¿Qué es eso que llamamos "nuestra vida"? Echa una mirada al mundo y luego te invitaré a echar una mirada a tu propia vida. Echa una mirada al mundo y luego te invitaré a echar una mirada a tu propia vida. Echa una mirada al mundo: pobreza por doquier. Leí en el *New York Times* que los obispos de los Estados Unidos afirman que hay 33 millones de personas en el país que viven por debajo del umbral de pobreza, trazado por el propio gobierno. Si crees que eso es pobreza, deberías ir a otros países a ver la consunción, la suciedad, la miseria. ¿A eso se puede llamar vida?

Pero hay algo asombroso. Te mostraré que la vida existe aun en esas condiciones. Alrededor de 12 años atrás me presentaron, en Calcuta, a un hombre que arrastraba un ricksha, un vehículo de tres ruedas de tracción humana... ¡Es terrible! Se trata de un ser humano; no es un caballo el que tira, sino un ser humano. Estos pobres seres no duran mucho tiempo; viven 10 a 12 años después de que comienzan a tirar del ricksha, pues enferman de tuberculosis. Pese a su trabajo, Ramchandra —que así se llamaba este hombre— tenía esposa e hijos, e incluso televisión. En ese entonces había un pequeño grupo de personas dedicadas a una actividad ilegal llamada "exportación de esqueletos", que finalmente fueron apresadas. ¿Sabes qué hacían? Si una persona era muy pobre, ellos se le acercaban y le compraban el esqueleto por el equivalente de unos 10 dólares. Así fue como le preguntaron a Ramchandra:

-¿Desde cuánto tiempo atrás trabajas en la calle?

-Desde hace diez años...—respondió Ramchandra. Entonces ellos pensaron: "No va a vivir mucho más..." Y dijeron:

-Muy Bien, aquí está tu dinero.

En el momento en que la persona moría, se apoderaban del cuerpo, se lo llevaban y, luego, cuando el cuerpo estaba descompuesto, mediante un proceso que tenían, descarnaban todo el esqueleto. Ramchandra había vendido el suyo, tanta era su miseria; estaba rodeado de consunción, pobreza, desgracia, incertidumbre. Nunca creerías posible encontrar la felicidad allí, ¿no es cierto?

A este hombre, al que nada parecía molestarlo, que estaba perfectamente bien, al que nada parecía preocuparlo, le pregunté un día:

-¿No estás preocupado?

-¿Por qué?

-¿Sabes?, por tu futuro, por el futuro de los niños...- agregué.

Bueno, hago lo mejor que puedo, pero el resto está en manos de Dios...

-Pero-dije yo- ¿y qué hay de tu enfermedad?; te hace sufrir, ¿no es cierto?

-Un poco; tenemos que tomar la vida como viene -fue su respuesta.

Jamás lo vi de mal ánimo. Pues bien, un día, cuando estaba hablándole, me di cuenta de que estaba en presencia de un místico, me di cuenta de que estaba en presencia de la vida. Él estaba allí! ¡Estaba vivo! Yo estaba muerto.. Era un hombre que era plenamente él mismo, de acuerdo con aquellas bellas palabras de Jesús: "Mirad los cuervos del cielo, que no siembran ni cosechan...; mirad los lirios del campo, que no hilan ni tejen..." (Lc. 12, 24 y 27; Mt 6, 26); ellos no se preocupan ni por un momento del futuro; no como tú. Ramchandra estaba allí mismo. No sé, hoy seguramente estará muerto. Mi encuentro con él fue muy breve, en Calcuta; y después seguí hasta donde vivo ahora, hacia el sur de la India.

**Está en la Biblia: " Mirad los lirios del campo, que no hilan ni tejen..."**

¿Qué le sucedió a este hombre? No lo sé. Pero sé que conocí a un místico. Era una persona extraordinaria; descubrió la vida, la redescubrió.

### **Esa extraña cosa: la mente humana**

Muchas veces pensé qué cosa tan extraña es la mente humana. Ha inventado la computadora, ha desintegrado el átomo, ha hecho posible enviar naves al espacio, pero, ¿no ha solucionado el problema del sufrimiento humano, de la angustia, la soledad, la depresión, el vacío, la desesperación! Honestamente no creo que tú estés libre de todos esos sentimientos. ¿Cómo puede ser que no hayamos encontrado la solución para ellos? Hemos logrado toda clase de adelantos tecnológicos. ¿Ha elevado esto nuestra calidad de vida en una sola pulgada? ¡No!, ni en una pulgada. Tenemos - eso sí- más comodidad, más velocidad, más placeres, más entretenimientos, más erudición, mayores adelantos tecnológicos. Pero, ¿se ha logrado superar en algo la soledad, el vacío, la congoja, la avaricia, el odio, los conflictos? ¿Hay menos lucha, menos crueldad? Yo pienso que estamos peor...

**Tenemos a mano la solución del problema de la felicidad. ¿Por qué no la usamos? No la queremos**

La tragedia es, tal como lo descubrí diez o doce años atrás, que ¡el secreto se ha encontrado! Tenemos la solución a mano. ¡Por qué no la usamos? No la queremos. Ése es el motivo, ¿lo crees? ¡No la queremos! ¡No la queremos! Imagina que yo le diga a alguien:

-Mira, voy a darte una fórmula que te va a hacer feliz por el resto de tu vida; disfrutarás cada minuto del resto de tu vida...

Imagina que te digo eso a ti... Te lo diré, te daré la fórmula. ¿Sabes lo que probablemente me responderás?

¡No me la diga! ¡Basta! No quiero oírlo.

La mayoría de la gente no quiere escuchar la fórmula, aunque ni siquiera debe aceptarla por fe... Voy a demostrarte que es así.

Alrededor de seis meses atrás, el verano pasado, estuve en Saint Louis, Missouri, para dar una especie de seminario de fin de semana. Había allí un sacerdote, que se me acercó y me dijo:

-Acepto cada una de las palabras que usted ha dicho durante estos tres días, cada una de las palabras... ¿y sabe por qué? No porque haya hecho lo que usted os alentó a hacer: seccionar, frotar, raspar y analizar. No.

Y me explicó:

-Unos tres meses atrás, asistí a una víctima del sida en su lecho de muerte. Y el hombre me contó lo siguiente: "Padre, hace seis meses, el doctor me dijo que yo tenía seis meses de vida, y yo lo creí." ¡Cuánta razón había tenido!, pues el hombre se estaba muriendo. ¿Sabe algo, padre? Éstos han sido los seis meses más felices de toda mi malgastada vida... ¡los más felices! En realidad, nunca había sido feliz hasta estos seis meses, dijo, y abandoné la tensión, la presión, la ansiedad, la esperanza y, en lugar de caer en la desesperación, finalmente fui feliz."

Y el sacerdote concluyó:

-¿Sabe?, muchas veces he reflexionado sobre las palabras de aquel hombre. Cuando lo escuché a usted este fin de semana, pensé: "Este hombre ha vuelto a vivir. Usted está diciendo exactamente lo que él dijo..."

**Aprende a contentarte  
con lo que tienes,  
aprende a ser autosuficiente.**

### Donde empieza el camino

Otro hombre también sabía esto. En la Epístola a los Filipenses, san Pablo dice: "He aprendido a contentarme con lo que tengo..." (Fil 4,11). ¡Está en la Biblia! La fórmula está en la Biblia. Yo te explicaré cómo ponerla en práctica, aunque la manera de hacerlo está allí también; la fórmula está completa.. Esto es lo que dice san Pablo: "He aprendido a contentarme con lo que tengo... he aprendido a ser autosuficiente." (Me achacarán quizá que la Biblia no dice "autosuficiente"; pero ésto no será más que el comienzo de los ataques.) "He aprendido a ser autosuficiente" significa: "Sé andar escaso y sobrado. Estoy avezado a todo y en todo: a la saciedad y al hambre, a la abundancia y a la privación. Todo lo puedo en Aquel que me conforta."

Un poco antes dice san Pablo: "Regocijaos en el Señor, siempre, regocijaos." Yo lo repito: "Regocijaos." Pienso en Ramchandra en Calcuta, pienso en aquella víctima del sida en Saint Louis. A eso se refiere san Pablo. ¡Lo había leído durante toda mi vida y nunca lo había

entendido! Sus palabras se dirigían a mí y yo no las había comprendido. Bueno, supongamos que tú quieres comprenderlas, ¿qué debes hacer? Primero, deberás entender un par de verdades acerca de ti mismo. Luego, te arrojaré la fórmula, para que hagas lo que quieras con ella.

¿Qué debes entender acerca de ti mismo? Ante todo, que tu vida es un enredo. ¿No te gusta oírlo? Bueno, quizá eso prueba que es cierto. Tu vida es un enredo. Quizás me dirás:

-Puede ser.

Si eres como la persona promedio con la que me tropecé siempre, tu vida es un enredo.

Me dirás:

-¿Qué significa eso de que mi vida es un enredo? Me va muy bien en mis estudios, tengo padres buenos, tengo buenas relaciones con mi familia, tengo un novio (o una novia, según sea el caso), todos me quieren, me va bien en el deporte y tengo una carrera muy brillante por delante.

**Ante todo, tu vida es un enredo.**

**¿No te gusta oírlo? Bueno,  
quizás eso prueba que es cierto.**

-Oh, ¿Sí?

-Sí.

-¿Piensas que tu vida no es un enredo?

Respondes:

-No.

-Oh, dime -aquí está la prueba de fuego-, ¿nunca te sientessolo?, ¿tienes alguna congoja?, ¿alguna vez te alteras por algo?

-¿Quieres decir que no debemos alterarnos?

-¿Quieres la respuesta limpia, clara y sencilla?

¡Sí!

¡No!

-¿Quieres decir: no alterarse por nada?

-Correcto, me oíste: ¡no!

¡Cállese! No quiero escuchar más.

-¿Comprendes lo que quiero decir?

-No.

Como la mayoría de la gente, tienes una teoría: "Debes perturbarte o no eres humano." Muy bien, adelante entonces, perturba te. Buena suerte, ¡Adiós!

## Enseñara cantara los cerdos...?

Hay un delicioso refrán de un autor norteamericano, que cito frecuentemente: "No le enseñes cantara un cerdo: pierdes el tiempo e irritas al cerdo." He tenido que aprender la lección y he abandonado mis intentos de enseñara cantara los cerdos. Ahora planteo:

-¿No quieres escucharlo que digo? ¡Adiós!..

Ninguna discusión. No discuto. Estoy listo para explicar, listo para aclarar: ¿por qué tratarde discutir? No vale la pena. De modo que pregunto:

-¿Alguna vez sufriste algún conflicto interno? ¿Quieres decir que todas tus relaciones están bien?, ¿con todos?

-Bueno, no.

-Tu vida es un enredo. ¿Quieres decir que disfrutas de cada minuto de tu vida?



-Bueno, no del todo.

-¿Comprendes lo que te dije?...es un enredo.

-¡Eh! Espere un minuto, ¡la encarnación..!

-Sí, sí... ¡Adiós! "Después te veo, Bicho feo."

-¿Por qué discutir? Mejor afirmar:

—No estoy interesado en discutir contigo. Punto. Lo sé porque lo estuve haciendo todo el tiempo. No estoy interesado en discutir. O enfrentas el hecho de que tu vida es un enredo en discutir. O enfrentas el hecho de que tu vida es un enredo o no lo haces: ¿No quieres enfrentarlo? No tengo nada que decirte. Y "tu vida es un enredo" significa que estás acongojado, por lo menos ocasionalmente, te sientes solo, este vacío te está mirando fijamente, estás asustado...¿estás asustado?

-Sí.

-Tu vida es un enredo.

-¿Quieres decir que se supone que no debemos tener miedo?

-No, señor (o señora, según sea el caso); ¡no!, se supone que no debemos tener miedo.

-¿De nada?

-De nada.

-Pero Mahoma...

Perdón, nos ocuparemos de Mahoma luego, ¿está bien? Hablemos de ti...¿No sabes lo que significa ser intrépido, no tener miedo? La tragedia es que no crees que lo puedes lograr. Sin embargo, ¡es tan fácil! Como te dije, ¡que no se puede lograr, nunca tratas de ser intrépido. Pero a lo largo de toda la Biblia está dicho que es posible y tú no lo comprenderás, porque te han dicho que no se puede lograr.

### A lo largo de toda la Biblia está dicho que se puede perder el miedo y encontrar la felicidad.

-¿Estás angustiado por el futuro? ¿Tienes algún resabio de angustia, de preocupación, de desconcierto?

-Sí.

-¿Estás en un enredo! ¿Qué te parece? ¿Quieres aclararlo? Yo podría aclararlo en cinco minutos, si tu grado de preparación es adecuado. No tienes que mudarte de esa silla; sentado en ella podrías resolverlo en cinco minutos. No se trata de un recurso publicitario. Lo digo en serio: es algo tan sencillo y tan terriblemente importante que la gente no le acierta. Y tú lo puedes alcanzar.

### Estamos "sentados" sobre una mina de diamantes y no lo sabemos

-¿Sabes cómo se descubrieron las minas de diamantes en Sudáfrica? Es una historia muy interesante; la he leído hace algún tiempo. Un hombre blanco, sentado en la choza del jefe de una aldea de nativos, en Sudáfrica, vio cómo los chicos jugaban con cosas parecidas a bolitas. De pronto, su corazón se sobresaltó al darse cuenta de que, en realidad, eran diamantes. Recogió un par de ellos...¡diamantes! Entonces, le dijo al jefe de la aldea:

-¿Podría darme alguna de estas bolitas? ¡Usted sabe!, tengo chicos en casa que también juegan a esta clase de juego, y las suyas son algo diferentes...¿Podría usted...? A cambio, yo estaría dispuesto a darle una bolsa de tabaco.

El jefe rió y dijo:

-Mire, eso sería un abuso de mi parte; quiero decir, sería un verdadero robo aceptar su tabaco a cambio de estascosas. Tenemos miles de ellas aquí.

Y le dio una canastallena. Luego, el blanco regresó a su país, volvió con mucho dinero, compró todas las tierras del lugar y en diez años fue el hombre más rico del mundo. Esta historia real es como una parábola.

Reflexiono sobre mi propia vida y pienso: "¿Por qué la desperdiicé?" ¡La desperdiicé en toda clase de cosas maravillosas, ¡créeme!: ministerios pastorales, emprendimientos teológicos, servicios litúrgicos, etcétera. Nosotros, los sacerdotes, cuanto más ocupados estamos en las cosas de Dios, más probable es que olvidemos lo que significa Dios, y más probable es que nos volvamos más complacientes. (Ésta es la historia de Jesús! ¿Quiénes hicieron a un lado a Jesús? Los sacerdotes. ¿Quién más? La gente religiosa.) Entonces, ahora pienso: "¡Desperdiicé la vida! No tengoni un minuto para arrepentirme. ¡Para qué perder siquiera un minuto en lamentar el pasado!" ¿No es así? Pero el hecho es que la desperdiicé.

## No es demasiado tarde

Recuerdo aquella hermosa historia del pescador que salió temprano, por la mañana, para pescar, cuando aún estaba oscuro. Su pie tropezó con algo que parecía una bolsa, que probablemente había llegado arrastrada por la marea, desde algún barco naufragado. La recogió, la abrió y se dio cuenta de que contenía pequeñas piedras; las agarró y se entretuvo, hasta el amanecer, arrojándola lejos, en el mar, para ver si podía calcular, por el ruido que producían, la distancia a que había lanzado cada una. Pues bien, cuando comenzó a amanecer, miró dentro de la bolsa y vio allí tres piedras preciosas. ¡Dios! ¡había estado llena de piedras preciosas y él no se había dado cuenta! ¡Demasiado tarde!, demasiado tarde... ¡No era demasiado tarde! ¡Quedaban tres piedras todavía! No era demasiado tarde, no era demasiado tarde...

Supongamos que a aquellos nativos "sentados" sobre aquellas minas de diamantes, muertos de hambre, con sus chicos desnutridos, dedicados a buscar comida, a mendigar, alguien les dijera:

¡No vendan esa propiedad, hay en ella minas de diamantes! ¿Ven esto?

¡Es un diamante! Pueden venderlo, pueden obtenerloooooo! ¡Por esto...

Ellos dirían, seguramente:

-Eso no es diamante; eso es piedra.

En su mente eso es una piedra; se niegan a escuchar.

¡No!, eso es una piedra.

Ésa es la actitud de las personas en todas partes: no quieren oír, no quieren escuchar. Tú le dices:

-La vida es extraordinaria, la vida es maravillosa; tú podrías disfrutarla; no tendrías ni un minuto de tensión, ni uno, ninguna presión, ninguna ansiedad. ¿Lo deseas?

¡No es posible! ¡Nunca se ha logrado! ¡No puede lograrse! -será tu respuesta.

No hay ningún espíritu de búsqueda, de investigación, como ser:

¡Tratemos de averiguar! Tratemos...

¡No, no, no! Eso no es lo que sucede. En cambio, dices:

-No puede lograrse.

**La última cosa que quiere  
un paciente es la cura;  
no quiere curarse, busca alivio.**

-No quiero oírte.

-Un sacerdote me ha dicho que no puede lograrse; mi psicólogo me dice que no puede lograrse... ¡Usted viene a decir que puede lograrse! ¡Fuera!

¡Mala suerte!

Pues bien, entonces, lo que ahora te planteo es si estás preparado para admitir que tu vida es un enredo. Luego —y esto es un poco más duro—, sostengo que *tú no quieres salir del enredo*. Habla con cualquiera que merezca el nombre de "psicólogo" y lo confirmará: la última cosa que quiere un paciente es la cura; no quiere curarse, busca alivio. Eric Berne, uno de los grandes psiquiatras norteamericanos, lo expresa muy gráficamente. Imagina tú un paciente que está metido hasta sus narices en una letrina y pide ayuda. ¿Sabes lo que dice?:

-¿Podrían ayudarme a que la gente no haga olas?

-¿No quieres salir?

-¡Oh, no! ¡No, no! ¿Salir? ¡Por Dios! ¡No! ¡Sólo ayúdeme a que no hagan olas!

Eso es lo que él quiere. No quiere salir.

¿Quieres hacer una prueba contigo mismo? Te daré un par de minutos; podrás hacerla ahora mismo. Bien, aquí va:

-Suponte que pudieras ser inmensamente feliz, pero renunciando a obtener tu título de profesional. ¿Estás preparado para cambiar ese título por felicidad? No conseguirás esa novia (o ese novio, según sea el caso). ¿Estás preparado para cambiarla (o cambiarlo) por felicidad? ¿Sabes algo?: no alcanzarás el éxito. Fracasarás, y todos dirán: "¡Es un vagabundo!" Pero serás feliz, serás inmensamente feliz. ¿Estás preparado para cambiar la "buena opinión" de la gente con ese fin?

-¡Oh, no!

-Te daré tiempo para pensar en eso más adelante.

## Preferimos ser desdichados

Cuando el verano pasado estuve en Siracusa, estado de Nueva York, vi un simpático aviso, en un diario, en el cual aparecía una chica tomada de la mano de un chico; y ella decía: "No quiero ser feliz. Las únicas personas felices que conozco están en un manicomio. Yo quiero ser desdichada contigo." ¿Comprendes lo que quiero decir?

-Yo no quiero ser feliz, quiero ser desdichada contigo.

## ¿Estás preparado para cambiar éxito por felicidad?

La gente no quiere salir de eso; no quiere, no quiere.

-No quiero felicidad; quiero fama. No quiero felicidad; quiero esa medalla de oro en los juegos olímpicos.

Supón que te diga:

Ira, deja de lado la medalla de oro; serás feliz, maldición! ¿Para qué quieres esa medalla? ¿Para qué quieres ser el número uno, el jefe de la corporación? ¡Te haré feliz! Con 10.000 dólares por año, ¡te haré feliz!

¡No, no, no, no! Dame mi dinero, mi dinero, mi dinero, mi dinero, mi dinero...

¿Comprendes ahora lo que quiero decir? Ahora estás cayendo en la cuenta: ellos no quieren ser felices; ellos no quieren vivir; ¡quieren dinero!

¿Se te ha ocurrido alguna vez que aquello que llamas tu felicidad es en realidad tu cadena? Simplemente piensa: ¿A qué llamas tu felicidad? ¿Consideras que tu felicidad es

alguien ( "tú eres mi dicha"), que es tu matrimonio, tus negocios, tu título, lo que sea? ¿Dónde encuentras tu felicidad?, ¿en quién encuentras tu felicidad? ¡En tu prisión! Éstees un lenguaje duro, y ¿quién puede escuchar estas palabras? Pero reflexiona sobre esto, "secciona, raspa, funde".

**¿Se te ha ocurrido alguna vez  
que aquello que llamas tu felicidad  
es en realidad tu cadena?**

¿Recuerdas a Ramchandra, el hombre que tiraba del ricksha? ¡Vivía como un rey! ¡Lo digo en serio! Aunque la ayuda externa, de los demás, es buena, él no la necesitaba..., no para vivir. Necesitaba ayuda externa para estar cómodo, para estar sano., no para vivir. Él podría haberla necesitado para alcanzar una larga vida, si es que a eso se lo puede llamar vida. Sería tener una larga existencia, no vivir. Él vivía. Yo estaba muerto. Él sabía qué era la vida..Era feliz. Era como "los cuervos del cielo y los lirios del campo...". Era una encarnación del Sermón de la Montaña. Todo eso estaba allí, en el Sermón de la Montaña... Yo lo descubrí más tarde. Está todo allí. ¡Yo no lo había visto!.. Y él vivía como un rey.

¿Qué significa vivir como un rey? ¿Sabes lo que los necios piensan que eso significa? (y el mundo está lleno de ellos, créeme). ¡Necios! ¿Sabes lo que ellos creen que eso significa? Significa trasladarse en coches de lujo, recibiendo las cortesías y el saludo de todos..., y toda esa clase de basura, toda esa clase de desperdicios, como ver aparecer sus nombres en los titulares. Creen que significa tener poder sobre la gente..Creen que eso significa vivir como un rey. Voy a decirte lo que yo creo que significa: ellos no viven como reyes; son esclavos. ¡Están aterrorizados! ¡Mira sus caras en la televisión, por Dios! Esos reyes y reinas, y esos presidentes... y todos los demás. ¡Míralos en la televisión y te darás cuenta en seguida! ¡Tienen miedo! ¿Sabes por qué tienen miedo? Porque quieren poder; porque quieren prestigio, quieren una reputación. No viven como reyes. Yo te diré qué significa "vivir como un rey" : no saber en absoluto de ansiedades, de conflictos internos, vivir sin tensiones, sin presiones, sin desconcierto, sin congoja. ¿Qué queda entonces? Felicidad pura, sin diluir.

**“Vivir como un rey” significa  
no saber en absoluto de  
ansiedades, de conflictos internos,  
vivir sin tensiones, sin presiones,  
sin desconcierto, sin congoja.**

### La felicidad está en un mismo

La gente a veces se pregunta: "¿Qué hago para ser feliz?" Tú no haces nada para ser feliz, necio. Eso muestra cuán mala ha sido tu educación teológica, que crees que debes hacer algo para ser feliz. No debes hacer nada para ser feliz. No puedes adquirir la felicidad, ¿sabes por qué? ¡Porque la tienes!; La tienes!; La tienes en este mismo momento!; La tienes! ¡Pero estás todo el tiempo obstruyéndola, en tu necedad! La obstruyes. Deja de obstruirla y la tendrás. Si yo pudiera mostrarte cómo librarte de tus conflictos, tus ansiedades, tus tensiones, tus presiones, tu vacío, tu soledad, tu desesperación, tu depresión, tu congoja..., te liberarías de todo eso. ¿Qué te quedaría? La felicidad pura, sin diluir. Eso es lo que tienes.

Los chinos lo dicen de una manera hermosa: "Cuando el ojo no está obstruido, el resultado es la visión; cuando el oído o está obstruido, el resultado es la audición; cuando la boca no está obstruida, el resultado es el gusto." Y yo agrego: "Cuando la mente no está obstruida, el resultado es la verdad; y cuando el corazón no está obstruido, el resultado es la dicha...y el amor." Tú tienes todos estos sentidos y sentimientos, pero están obstruidos. Elimina la obstrucción.

Ahora me ocuparé del segundo planteo: *tú no quieres salir del enredo*. Quieres comodidad, quieres tus pequeñas pertenencias, las pequeñas cosas que la sociedad te ha enseñado que son esenciales para la felicidad y que son las cosas que crean el enredo. Son falsedades. Eso es lo que tú deseas, de modo que por eso no quieres salir del enredo.

Peró hay algo más: el enredo existe también porque tienes ideas equivocadas, no porque algo esté mal en ti. ¿Tú estás bien!...y yo estoy bien, tú estás bien..., ¡estamos todos bien! No nos pasa nada malo, pero han puesto ideas equivocadas en nuestras cabezas. Alguien lo hizo. No debemos perder demasiado tiempo tratando de apresar al culpable. De cualquier manera, el hecho es que tú tienes ideas equivocadas sobre la vida. Si alguien te diera un equipo estereográfico, te daría también el manual de instrucciones que lo acompaña. Pues bien, no nos entregaron un manual de instrucciones cuando nos dieron el don de la vida. O, mejor dicho: nos dieron luego un manual de instrucciones, pero ¡estaba completamente equivocado! Por eso, ustedes no escuchan la música de la vida; reciben sonidos "ásperos". Reciben desconcierto, conflictos, soledad, vacío. ¡Eso también está dicho en la Biblia! Pero muy pocas personas la leen realmente. Creen que lo hacen, pero no captan el *quid*, la esencia. Yo no comprendí el *quid*. Quizás yo sea un reverendo pelmazo, pero he descubierto que muchos me acompañan. Ellos tampoco comprendieron el *quid*, ¡no lo entendieron!

## La fórmula de la felicidad

¿Cuál es el *quid*? Bueno, hay muchas maneras de presentarla fórmula; yo te daré la más sencilla que pude encontrar. Voy a utilizar las palabras del viejo Buda. ¿Por qué lo elegí

**El enredo existe también  
porque tienes ideas equivocadas,  
no porque algo esté mal en ti.**

a él? Porque su fórmula es la más sencilla de todas y él la enuncia con límpida claridad. Aunque no estés de acuerdo con ella, no puedes dejar de comprenderla. Dice así: "El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el deseo; la supresión del sufrimiento es la eliminación del deseo." ¡Oh, imagino tu cara! Es hermoso lo que sucede: estás pensando... ¿Eso es magnífico!, ¡Es magnífico!...Y estás pensando equivocadamente...¡Eso es horrendo! Sin embargo, ¿No es maravilloso? Porque bien sé cómo yo reaccionaba ante esto. Me decían:

- "El mundo está lleno de sufrimiento..."

- ¡Magnífico, correcto, de acuerdo!

- "...la raíz del sufrimiento es el deseo..."

- ¡Bueno...! ¿Correcto? ¿Qué conclusiones sacarán otros?

- "...la supresión del sufrimiento es la eliminación del deseo."

- ¿Entonces voy a ser un vegetal? Quiero decir: ¿cómo podremos vivir sin deseos?

Así pensaba yo. ¿Lo comprendes?

- Entiendo, entiendo...

## El sufrimiento y el apego

Yo no creo que Buda fuera tan necio como para pensar que no deberíamos tener deseos. ¡Por Dios! Yo no estaría diciendo esto si no tuviera el deseo de hacerlo. Tú no me escucharías si no tuvieras el deseo de saber lo que digo. Por lo tanto, te daré una mejor versión de la fórmula: "El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el apego; la supresión del sufrimiento significa la eliminación, el abandono, de los apegos."

Bien sabes que existen deseos de cuya satisfacción no depende mi felicidad. Tienes cantidades de deseos de cuya satisfacción no depende tu felicidad. Si así no fuera, estarías trepándote por las paredes, serías el rey de los neuróticos. Todos tenemos deseos; deseamos toda clase de cosas y nos sentimos felices de obtenerlas. Hay una clase de deseos que, si no los satisfacemos, no por eso nos entristecemos. Pero hay otros deseos frente a los cuales nos decimos:

¡Santo Dios, si no conseguimos esto, vamos a ser desdichados...!  
A los deseos de este tipo Buda los llama "apegos".

## El origen de todos los conflictos

¿De dónde crees que provienen todos los conflictos? De los apegos. ¿De dónde crees que proviene el sufrimiento? De los apegos. ¿De dónde crees que proviene la soledad? De los apegos. ¿De dónde crees que proviene vacío? Tú lo sabes: el origen es el mismo. ¿De dónde crees que provienen los temores? También de los apegos. Sin apego no hay temor. ¿Lo pensaste alguna vez? Sin apego no hay temor.

¡Te quitaré la vida!  
¡Adelante, sin titubear!

**Estar libre de todo apego a la vida  
significa estar feliz de vivir  
y estar feliz de abandonar la vida.**

Estar libre de todo apego a la vida significa estar feliz de vivir y estar feliz de abandonar la vida. ¿Crees que es posible? ¿Sabes una cosa? Hay personas que lo han logrado, de modo que es posible. ¿Quieres lograrlo tú mismo?

¡Uh!

Apego. Hay apego.

-Lo siento, señor. Usted tiene sida; le quedan sólo seis meses de vida.

-¿Sólo seis meses? Chico, es mucho tiempo de vida. ¡Es maravilloso!

¡Qué felicidad! Esta persona no tiene ningún apego.

Entrasen un restaurante. Piensas: "Vamos a comer sopa esta noche". Y preguntas:

-¿Qué clase de sopa tienen? ¿Tienen sopa de tomates?

¡No hay sopa de tomates!

¡Por Dios! ¿Qué clase de restaurante es éste? Vamos, gente, vamos a otra parte.

¿Sedan cuenta?: "Si no hay sopa de tomates, no puedo cenar." ¡Apego! En cambio, distinto sería si preguntaras:

-¿Qué clase de sopa tienen? ¿Sopa de tomates?

-Sopa de tomates no.

-¿Qué tiene?

-Bueno, tenemos...de maíz dulce..., tenemos...eh...sopa de champiñones...; tenemos sopa de pollo, ...tenemos...

-¡Muy bien, me gustan todas! ¿Qué tal, por ejemplo, sopa de hongos?

Voy a hacerle una mala pasada al viejo Buda, ahora mismo, y a revelar te otro pequeño secreto. Si disfrutas del aroma de un millar de flores, no te sentirás demasiado mal por la falta de una. Nadie te dijo esto jamás en tu cultura, ¿no es verdad? A mí tampoco me lo dijeron. Si disfrutas del gusto de un millar de platos, no te sentirás mal por la falta de uno. ¿Recuerdas haber sido educado para gozar de un millar de platos, de modo que nada te perturbe, porque "si pierdes aquello, tienes esto..."? ¿Qué te parece?

-¡Oh, no, no, no! ¡Tienes que conseguir esto!

**Si disfrutas del aroma de un millar  
de flores, no te sentirás  
demasiado mal por la falta de una.**

Para eso tu cultura y la mía nos han preparado. Tenemos instrucciones equivocadas. No les importa para nada si tú y yo somos felices o no. Quieren que tengamos éxito, quieren que produzcamos. Eso es lo que quieren, aunque seamos desdichados, esclavos e infelices. Así, por ejemplo, si has perdido un amigo y te ofrecen millones de amigos, dirás:

-¡No, lo quiero a ese tipo! Quiero un amigo personal, único e insustituible, para que, si me rechaza, yo sea desdichado por el resto de mi vida...

-¡Buena suerte! ¡Adiós! A este cerdo no hay que enseñarle a cantar...

**Tenemos instrucciones  
equivocadas. A tu cultura y la mía  
no les importa para nada  
si tú y yo somos felices o no.**

Es demasiado peligroso. Pero ésa es la forma en que nos educaron. Así fue durante miles de años: "Debes tener deseos de cuya satisfacción dependa tu felicidad."

## El verdadero progreso

Esto es lo adecuado para el llamado "progreso". Digo "llamado" porque para mí no es progreso, no es un verdadero progreso.

-Usted dice que no es un progreso, ¿cuando tenemos aviones Jumbo y naves espaciales...!

-¡Muy inteligente! Te diré qué es el progreso: el corazón es progreso, el amor es progreso, la felicidad es progreso. ¿Tienes estas cosas?

-Lamentablemente, no las tengo.

Puedes quedarte con lo demás, ¿para qué sirve? Dime, ¿para qué sirve trasladarse en aviones, con un corazón lleno de sufrimiento y vacío? ¡Dime! Preferiría vivir sobre la tierra, en una selva, y ser plenamente feliz, a estar bailando todo el día; ¿tú no? Quizás tú no; no lo sé. ¿Te das cuenta? Estás enfrentado, realmente, con la elección entre la vida y la muerte. Y

**Estás enfrentado, realmente, con la elección  
entre la vida y la muerte.**

aquello que las personas llaman "vida" es frecuentemente "muerte",...y no lo saben. ¡Y hay quienes me dicen que si tienen apegos pueden amar...! ¡El mayor enemigo del amor es el apego, el deseo, en el sentido de apego! ¿Sabes por qué? Porque:

-Si te deseo..., si te deseo de esta manera, deseo poseerte, no puedo dejarte libre, tengo que atraparte; tengo que manipularte para poder atraparte. Voy a manipularme a mí mismo para poder engañarte, así, atraparte.

¿Sigues lo que estoy diciendo? ¿Está suficientemente claro? ¡Oh, sí! Estás comprendiendo...¡correcto!, ¡maravilloso!

...Por eso siento temor.

¿A esto le llaman "amor"? Opino que quienes piensan así no tienen inteligencia.

¡No, por Dios! No los voy a dejar libres; no me los voy a dejar libre. Estoy manipulándolos; estoy manipulándome a mí mismo..., y tratando por todos los medios de atraparlos. Y ..., y hay temor.

**No hay miedo alguno en el amor perfecto. ¿Sabes por qué?  
Porque no hay deseo alguno.**

### El amor y el apego

Por eso se dice aquel aforismo tan hermoso: "El amor perfecto ahuyenta el miedo." No hay miedo alguno en el amor perfecto. ¿Sabes por qué? Porque no hay deseo alguno.

Ahora, pregúntale a tu cultura —yo le he preguntado a la mía— si tiene algún sentido esta afirmación: "Donde hay amor, no hay deseo alguno." (Entiendo "deseo" en el sentido de "apego", ¿de acuerdo?) ¿Sabes lo que te vienen diciendo?: "Pero si el apego es amor." ¡Cuánta necesidad! Así esperas encontrar vida y sólo encuentras muerte y desdicha. Te dicen:

—¿Cómo se podría amar si no se siente apego?

Más adelante me referiré explícitamente al amor. Es una cosa tan sencilla, tan sublime, tan extraordinaria, y sin embargo pocas veces me encontré con alguien que supiera qué es el amor. Créeme, lo digo en serio. A lo largo de mi vida me encontré con toda clase de personas que profesaban todo tipo de creencias, religiosas o no, católicas o no; me encontré con laicos, sacerdotes, monjas y obispos, pero pocas veces con alguien que supiera qué es el amor. Quienes no lo saben tienen instrucciones equivocadas para desenvolverse en la vida. Le pregunto a uno de ellos:

—¿Cómo podría el amor ser apego?

Y los demás discuten con él al respecto y, finalmente, por supuesto, luego de cinco minutos, me dicen:

—Usted tiene razón. ¿Quiere decir que él ha vivido cincuenta y cinco años, ha escrito libros de teología y no lo ha comprendido...?

Él responde:

—No.

Y yo agrego:

—Bien, le daré algún consuelo: he vivido tanto como usted y tampoco lo había comprendido. ¿Le sirve este consuelo?

"Apego" significa:

—Tengo que atraparte; si no te atrapo no seré feliz... No puedo ser feliz sin ti.

Allí tienes la fórmula para el divorcio, para las peleas, para la ruptura de las amistades:



-No puedo ser feliz sin ti. Te necesito para mi felicidad. ¡Maldición! Haré todo para manipularte, para atraparte.

"Amor" significa:

-Soy perfectamente feliz sin ti, mi amor; está todo bien. Y anhelo tu bien y te dejo libre. Y cuando te atrapo, estoy encantado; y cuando no, no estoy triste.

¿Qué te parece? Y no sólo eso:

-He aprendido a ser autosuficiente. Estoy sobre mis propios pies, sin inclinarme sobre ti. Y, ¿sabes?, si ganodinero, ¡es maravilloso! Y si no ganodinero, no estoy deprimido, soy feliz. ¿Sabes algo más? Cuando te marchas, yo no te extraño, no siento dolor.

**"Amor" significa:**

**-Soy perfectamente feliz sin ti,  
mi amor; está todo bien.**

**Y anhelo tu bien y te dejo libre.**

Donde hay sufrimiento, no hay amor. Te pregunto:

-Cuando sufres, ¿por quién sufres?; ¿a quién has perdido? ¿Sientes compasión por ti mismo?

-¡Oh! No lo diga; usted está diciéndolo la verdad. ¡No!

## La fórmula de la felicidad

El fundamento de la fórmula es el siguiente: Si no estuvieras ocupado activamente en volverte desdichado, serías feliz. Nacimos felices. Toda la vida está atravesada de felicidad. Existe el dolor; por supuesto que existe. ¿Quién te ha dicho que no puedes ser feliz con dolor? Ven a conocer a un amigo mío que está muriendo de cáncer, pero es feliz, en medio del dolor. Así, pues, nacimos con el don de la felicidad, pero lo perdimos. Nacimos con el sentido de la vida, pero lo perdimos. Debemos redescubrirlo. ¿Por qué lo perdimos? Porque nos enseñaron a trabajar activamente para volvernos desdichados. ¿Cómo lo lograron? Enseñándonos a apegarnos, enseñándonos a tener deseos tan intensos que nos rehusaríamos a ser felices a menos que fueran satisfechos.

**Si no estuvieras ocupado  
activamente en volverte desdichado,  
serías feliz.**

Todo lo que tú debes hacer es sentarte durante dos minutos y limitarte a observar cuán falso es decir que no serías feliz sin A o B o X o Y o lo que sea. Lo trágico es que no lo harás. ¿Sabes por qué? Porque, si te sentaras a observar, podrías ver la falsedad. (Sé que yo no me sentaría; me resistía a ello durante años.) Tú dirías:

-¿Qué si no atrapo a Mary Jane, o si no atrapo a John, no seré feliz? ¡Eh!, eso es falso. Antes de encontrarme con él yo era feliz.

**El mundo está lleno de sufrimiento;  
la raíz del sufrimiento es el deseo-apego;  
la supresión del sufrimiento es el abandono del apego.**

¿Sabes una cosa? Una vez me enamoré de alguien y, entonces..., bueno, la perdí y tenía el corazón destrozado. Pero ¿qué sucedió? ¡Ahora estoy bien! Por lo tanto, ella no era mi felicidad, después de todo. ¿Recuerdas cuando, en tu infancia, perdías algo y pensabas:

"nunca voy a ser feliz sin esto"? ¿Qué pasó? Si lo encontraras ahora, no lo mirarías siquiera. ¿Por qué no aprendemos? ¡Oh, no, no! Tenemos que vivir en la ilusión. Uno se siente bien; uno se siente estimulado. ¿No es cierto? A mí me estimula.

Queremos estímulos; no queremos la felicidad. Queremos emociones. Y cada vez que tenemos una emoción sufrimos una ansiedad, porque podríamos perderla o podríamos no conseguirla, y entonces tendríamos una depresión.

La fórmula de la felicidad es tan sencilla que, como te lo anticipé, podría explicártela en dos minutos. Si la escucharías o no, es otra cuestión; eso depende de tu propio corazón. Entonces, aquí va: *El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el deseo-apego; la supresión del sufrimiento es el abandono del apego.* ¿Cómo se lo abandona? Basta con mirar para comprender que está basado en una creencia falsa, la creencia de que "sin esto no puedo ser feliz". ¡Eso es falso!

## La libertad

En el momento en que comprendes que es falso, te vuelves libre. ¡Buena suerte! Puede llevarte un minuto, puede llevarte veinticinco años, pero el día en que lo comprendas te volverás libre, libre como un pájaro. Vendrás a dar retiro por televisión satelital, ¡hablarás con presidentes!, ¡te reunirás con papas!, y no estarás apabullado en lo más mínimo. Serás libre, completamente libre. Harás una "burrada" y no te importará. No te preocuparás por impresionar a los grandes personajes. ¿Comprendes lo que te quiero decir? ¿Qué no te preocuparás por impresionar a nadie...! ¿Sabes lo que eso significa? ¡Que no te importará un bledo lo que piensen y lo que digan de ti. ¿Sabes lo que eso significa? ¡Oh, chico, eso es la libertad! No te importa si te aprueban o no, estás todo bien; eres feliz.

-¿No me aprueban? Bien, ¡mala suerte! ¡Peor para ellos! ¡Me voy! ¡Soy feliz!

Pero eso será porque habrás descubierto que tu felicidad no depende de esas cosas. Tienes que llegar a comprenderlo por ti mismo. Es inútil leer un libro; es inútil simplemente oír lo que digo. Tienes que comprenderlo. Y, por supuesto, no lo comprenderás si tienes la fórmula equivocada.

## Intermedio

### ¿Abandonar los apegos significa apartarse del mundo material?

La respuesta es: ¡no! Uno usa el mundo material, uno goza el mundo material, pero no debe hacer depender su felicidad del mundo material. ¿Está esto suficientemente claro? Uno comienza a gozar las cosas cuando está desapegado, porque el apego produce ansiedad. Si estás ansioso cuando te aferras a algo, difícilmente podrás gozarlo. Por lo tanto, lo que te propongo no es una renuncia al goce; es una renuncia a la posesividad, a la ansiedad, a la tensión, a la depresión. Frente a la pérdida de algo. Confío en que esto estará suficientemente claro.

### ¿Podríamos seguir identificándonos con los sufrimientos de Cristo si fuéramos siempre felices?

Quizá la mejor forma de aclararlo sería mediante una historia. Cuentan que había un gran maestro zen, de quien se decía que había alcanzado la iluminación; y un día su discípulo le dijo:

-Maestro, ¿qué ha obtenido con la iluminación?

Y él respondió:

-Bien, te diré esto: antes de ser iluminado solía estar deprimido... Después de haber sido iluminado seguí estando deprimido...

¡Es desconcertante! ¿No? La depresión no ha variado; ha variado la actitud del maestro hacia ella. Por extraño que parezca, él no afirma:

-No seré feliz hasta que esta depresión se vaya.

¿Sabes?, tú también podrías estar sereno y calmo y ser feliz mientras persiste la depresión, sin combatirla, sin ser perturbado por ella, sin estar enfadado a causa de ella, sin tratar de... ¡nada! Estarás sereno. Ésa es la diferencia. Entonces podrás atravesar por pesares físicos, e incluso por sufrimientos emocionales, y no ser perturbado por ellos.

## Si la felicidad no es apego, ¿cómo la definiríamos en términos positivos?

La felicidad no puede definirse; por lo menos yo no he encontrado una definición. En realidad, tú no tendrás ninguna idea acerca de qué es la felicidad mientras no abandones el apego. De modo que la felicidad sólo podría definirse como el abandono de la ilusión, el abandono del apego. Cuando se abandona la desdicha causada por el apego, se alcanza la felicidad. Por supuesto que, para "definirla", se podrían usar expresiones como "paz y serenidad", "estar por encima de todo", "disfrutar cada momento tal como se presenta", "vivir en el presente"... Son palabras; son meras palabras. No sabes qué es la visión hasta que el ojo deja de estar obstruido. No sabes qué es la felicidad hasta que abandonas los deseos-apego. Entonces lo sabes, y las palabras ya no importan más.

**Si Cristo es un modelo de desapego y felicidad, ¿cómo se puede entender su sentimiento de soledad en el huerto, de enojo en el Templo y de soledad en la cruz?**

Estos estados por los que pasó Cristo, ¿son compatibles con la felicidad? La respuesta es: ¡sí! Es posible que, debido a la programación, la cultura o, simplemente, la psiquis y el cuerpo que uno tiene, como ser humano, pueda atravesar por toda clase de sufrimientos, sin embargo, de alguna manera, estar por encima de todo. Antes de la iluminación, yo solía sentirme solo, pero la soledad ya no es más lo que solía ser. ¿Es posible que la soledad y el vacío desaparezoan completamente? Así lo creo. Los cristianos enseñamos continuamente que Jesús era un hombre. Era un ser humano como cualquier otro, y, como todos los seres humanos, estaba sujeto a todos estos sentimientos. ¿Uno los supera finalmente, poco a poco? Algunos de nosotros, sí; otros, no. Jesús pudo superarlos... aunque quizás no los superó.

Sabemos muy poco acerca de eso, pero está claro lo siguiente: uno puede tener un estado de serenidad, de felicidad, aun cuando pasan algunas nubes... Te daré un ejemplo para mostrarte de qué estoy hablando. En la vida existen las nubes y existe el cielo. Muchos maestros orientales dirán que antes de este estado al que ellos llaman "iluminación" —antes de lo que yo te estoy invitando a comprender y a alcanzar—, se identificaban con las nubes y estaban presos de ese sentimiento. Después de la iluminación, ellos se identificaban con el cielo.

¡Oh, allí viene una nube, una nube negra! Viene y se va.

Más adelante, te mostraré cómo se hace esto. Una vez más, es tan sencillo que parece increíble. Y después de un momento, dirás:

¡Eh,! Pasaron seis meses desde que vino una nube negra. Pero no voy a hacer depender mi felicidad de si las nubes vienen o no. ¿Comprendes lo que digo? Muy bien, magnífico. Pero lo que sucederá ahora es que estarás en tensión por no estar deprimido. ¡Oh, Dios! Hay, entonces, otra causa para estar en tensión. Te apegarás a ese estado imaginario que llamas felicidad. De modo que lo que tienes que hacer es prestar atención a esos apegos, entenderlos, comprender que están basados en una creencia falsa, y entonces ellos caerán. Entonces sabrás de qué estoy hablando.

**¿No hay una contradicción en la afirmación de que se puede ser feliz y a la vez estar deprimido, siendo que la depresión es la ausencia de placer y felicidad?**

La respuesta es: ¡sí y no! Si para ti la felicidad significa emociones, diversión, placer..., entonces sí, hay contradicción... Pero emociones, diversión, placer, no son felicidad. La felicidad es un estado de desapego. Durante muchos años yo ni siquiera creía que pudiera existir tal cosa. Para mí, ser feliz significaba tener diversión; ser feliz significaba ganar, conseguirlo que quería. Esto es lo que la gente generalmente entiende por felicidad. Para la mayoría de las culturas la felicidad significa: "Consigue lo que quieres, por eso eres feliz." ¿Comprendes cómo es esto?

-¡Sí! ¡Tengo lo que quiero; soy feliz!

Pero eso no es felicidad. Eso es una emoción; eso es conseguir lo que se quiere. La depresión es frecuentemente—no siempre—el resultado de no lograr lo que se quiere, es lo opuesto a la emoción. Si uno busca emociones, se deprime; es el otro extremo del péndulo. Las emociones son una causa de la depresión. Por supuesto, ésta también tiene causas físicas. De modo que no me refiero a esa felicidad que significa emociones, diversión, placer. Me refiero a la felicidad que significa estar por encima de todo eso, estar sereno, no estar apegado a los vaivenes de la existencia.

Agregaré otra cosa: cuanto más se combate la depresión, peor se vuelve. No resistas al mal; cuando te golpeen en una mejilla, vuélvete y ofrécela otra; cuando espantas a un demonio, vienen otros siete. Debes enfrentarte con estas cosas sin combatir las, porque cuanto más las combates, más las fortaleces.

**¿Es posible lanzarse a la lucha de todos los días  
-religiosa, social o política-, pelear bien y estar en paz?**

Hay un hermoso párrafo en el *Bhágavad Gita*, el texto sagrado hindú, en el cual el Señor Krishna se dirige a Arjuna, el personaje principal del libro. La escena es en un campo de batalla, y el joven príncipe pregunta:

-¿Por qué tengo que ir a la batalla?

Y el Señor le responde, de una manera muy hermosa, diciendo:

-Arrójate al corazón de la batalla, sumérete en el estrépito de la batalla y mantén tu corazón en paz junto a los pies etéreos del Señor.

Ésa es la fórmula. ¿Es posible lanzarse al estrépito de la batalla, pelear bien y estar en paz? Todos los grandes místicos lo han logrado. Si no estás en paz ¡créeme!, harás mucho más daño que bien. ¿Sabes por qué? Porque no será la batalla del Señor la que estarás librando; será la batalla del ego y no lo sabrás. Las causas pueden ser justas, pero cuando está involucrado el ego, ¡Oh, Dios!.. De modo que podrías lanzarte directamente a la batalla—acerca de esto me extenderé más adelante—con el corazón en paz, y entonces nada destruirá tu felicidad. Sería terrible si pelearas bien y el resultado fuera la pérdida de la felicidad. No debes hacer eso.

**¿Se puede ser también feliz  
disfrutando de las cosas con la única finalidad de dar, sin buscar la  
aprobación de los demás?**

No digo que no nos deban interesarlos demás; nos deben interesar mucho. Debemos ser muy sensibles con respecto a ellos, pero no ser controlados por su aprobación o desaprobación. Así, pues, debemos darles lo que creemos que es bueno para ellos, sin dejarnos controlar. ¿Sigues lo que te digo? En otras palabras, no voy a desistir de lo que creo que está bien sólo porque los demás me desaprueban; y no voy a hacer lo que creo que está

mal porque pienso que me aprueban. De modo que no me dejo controlar por ellos. Sólo en este caso hay verdadero amor.

**¿Por qué las religiones, sobre todo las religiones organizadas, han perdido su cualidad mística?**

Bueno, yo no diría que la religión ha perdido su cualidad mística. Pero sí que está siempre en peligro de perderla. ¿Quieres ver política? La encuentras en la religión. ¿Quieres ver sucias luchas internas? Las encuentras en la religión. ¿Quieres ver la crucifixión del Mesías? ¿Dónde crees que la puedes encontrar? En la religión. Es una triste ironía y está allí mismo, en el Nuevo Testamento que las personas religiosas hayan sido las encargadas en crucificar al Mesías. Ni los romanos, ni los colonialistas, ni las multinacionales, ni los imperialistas, ni los chupasangres, ni los prestamistas, sino las personas religiosas... Es cierto que la religión está siempre en peligro de caer en esto, pero también preserva el elemento místico. Creo que seríamos demasiados parciales si lo negáramos.

¡Válgame Dios! ¿Habría yo comprendido lo que he comprendido en estos años, en estos pocos últimos años, si no hubiera sido jesuita? Y, sí -todos lo sabemos-, la Compañía tiene muchas desventajas, tremendas desventajas, puedo apreciarlo; tiene sus limitaciones. A veces pienso que es algo así como la madre, que tiene aspectos buenos y aspectos malos, pero es la madre. La amamos con todos sus defectos y a veces no le prestamos demasiada atención a lo que dice. Ella pertenece a otra época, es cierto, y a veces tomamos algo de su gran sabiduría y aprendemos a valorarlo bueno y lo malo que tiene y la amamos tal cual es. Del mismo modo la religión, pese a todas sus desventajas, con sus tremendos defectos, también conserva (¡gracias a Dios!) algo de su belleza y algo de su original bondad. Nosotros, los religiosos, debemos estar siempre alertas, para que esos defectos no se interpongan en el camino de la verdad y de lo místico.

**¿Carecer de apegos significa abandonar los esfuerzos creativos humanos, dejar de luchar e incluso de soñar?**

¡De ninguna manera! Además, se tiene mucha más energía cuando no se tiene apegos; se tiene toda la energía disponible para uno. El gran sabio chino Chuang Tzu lo expresa, de una manera maravillosa, más o menos así:

-Cuando el arquero dispara sin buscar provecho, posee toda su destreza; cuando dispara por un premio de oro, se encoquece, se enloquece, ve dos blancos. Su destreza no ha variado, pero el premio lo divide. Le importa; piensa más en ganar que en disparar, y la necesidad de ganarlo vacía de poder.

¿No es sublime? "...la necesidad de ganar lo vacía de poder"... Si no necesitara ganar, tendría mucha más energía. Pero nadie se incorpora a la empresa humana de los sueños, visiones y objetivos humanos de manera tan maravillosa y creativa como la persona que está apegada. Desafortunadamente, hemos llegado a asociar desapego con falta de interés y afecto, con no disfrutar, con el ascetismo. Yo no sostengo eso, en absoluto.

**¿Cómo se deben enfrentar tanto el dolor como el sufrimiento?**

La respuesta es dura, pero muy clara y sencilla:

-Yo no sufriría si no estuviera apegado; no sufriría si no fuera por mi pérdida; no sufriría si, de alguna manera, no fuera mi felicidad. Pero cuando te disfruto, enteramente, te amo en el sentido de que soy sensible, siento interés y afecto por ti, busco tu bien y te dejo libre. Y tú no

eres mi felicidad; no te he dado el poder de decidir si seré feliz o no. De modo que no sufro por tu ausencia, por tu desprecio, por tu rechazo o por tu muerte.

Esto es difícil de aceptar y te puede llevar muchos meses digerirlo; pero hasta que lo logres... Bueno... el dolor es maravilloso: lo canalizas gradualmente hacia afuera de tu "sistema" y regresas a la vida.

**¿Cómo resulta posible diferenciar entre compromiso y apego, entre compromiso y desapego?**

Hay que tener en cuenta dos cosas. Primero, que el mundo es un enredo; segundo, que yo también soy un enredo. No hay que esconderse detrás de una comisión de paz. Eso no soluciona nada. Si te reúnes con una jauría de lobos en una comisión de paz, no alcanzarás la paz. Si te unes a mil lobos para organizar justicia, no obtendrás justicia. No debes tratar con los lobos. De modo que es conveniente que te comprometas, tú mismo, con una causa. Eso es bueno. Comprométete con todo tu corazón en la batalla estremecedora. Pero, si has alcanzado el desapego, estarás por encima de eso. Como alguien dijo una vez, de manera tan bella: "Para alcanzar la paz del corazón, renuncia como gerente general del universo." Como yo no soy el gerente general, hago lo que puedo, me zambullo, y el resultado queda en las manos de Dios, de la vida, del destino.

**El cuidarse de los apegos para poder desapegarse, ¿no dará lugar a ansiedades, a preocuparse constantemente por evitar aquello a lo que se está apegado, creando así un nuevo apego?**

Yo no diría que hay que tener cuidado con los apegos; yo diría que hay que observarlos, contemplarlos, entenderlos, estudiarlos. ¿De qué manera se detecta un apego? En el momento en que aparece una inquietud, se sabe que hay un apego oculto debajo de ella.

Ahora bien, tú dirás:

-Inquietud, ¿eh?

-Mm.

-¿Por qué no lo gras lo que quieres?

-Mm, mm.

-¿...O lo gras lo que no quieres?

-Correcto.

-¿...O estás por perderlo que quieres?

-Correcto.

-¿Lo que significa que rehúsas ser feliz a menos que consigas lo que quieres?

-¡Sí! ¡Eh, espere un minuto! ¿Quiere usted decir que si no consigo esto no seré feliz?

¿Quiere decir que esto es mi felicidad, que una persona, un ser humano, no puede ser feliz sin esto?

-¡Oh, no! Tú puedes, ella puede, hay seres humanos felices sin esto.

Comprenderlo te podría insumir desde dos segundos, o un par de horas, hasta cinco o seis días. Bueno, no pensarías en esto repetidamente, pero la mente lo elaboraría. Te diré una cosa: en el momento en que te atrevas a exponerte -aunque sea durante dos segundos- a la verdad, estarás "perdido". Porque si la vislumbres aunque sea una vez, algo en ti te volverá a llevar hacia ella. Por eso quizá haya algo en el interior de nosotros que temer mirar. Si la ves -aunque quizás te lleve un tiempo- serás conducido a ella nuevamente y, cada vez en mayor medida, te volverás más libre y feliz.

**¿Cómo se concilian el hecho de ser conscientes de nuestro estado de apego y el impulso hacia lo que la sociedad dice hay que hacer para tener éxito?**

Hay como un forcejeo: por un lado, felicidad, paz, serenidad, dominio de sí mismo, estar por encima; por el otro, el impulso, que la sociedad ha puesto dentro de nosotros, de tener éxito. ¿Cómo se resuelve este conflicto? Simplemente, hay que volver a definir el éxito. Esto no es fácil, si estás atrapado por el "qué pensarán" o el "qué dirán", por una especie de dependencia total de tu autovaloración frente a los demás. Si piensas que valgo la pena, entonces valgo la pena; si me adjudicas un éxito, soy exitoso; si no, no lo soy. ¿Quién nos concederá la gracia de escapar de esto! Cuando me encuentro con un hombre o una mujer que han escapado de esto, los saludo reverencialmente. No así a los demás, a los grandes comandantes y los presidentes, que son seres humanos muy inferiores, ni siquiera un poco mejores que el promedio, lujuriosos, codiciosos, temerosos, ansiosos, mezquinos, controlados como títeres por lo que la gente piensa y lo que la gente dice, y tan apresados, tan esclavizados por el deseo de poder y de vértigo. ¿Quieres que yo respete esto?

Pero cuando conozco a una persona como Ramchandra... ¡mi Dios! É! Sí que cuenta con mi admiración, como también aquella víctima del sida, en Saint Louis, a la que no tuve el privilegio de conocer. Admiramos algo equivocado: las cosas. Y esto sucede en la mayoría de nuestras instituciones religiosas, en las que se exhorta a triunfar y se considera un gran honor que un ex alumno se haya convertido en un charlatán. ¿Es estolo que valoramos? De modo que, o bien valoramos a la persona que ha escapado de las garras de la sociedad, o bien valoramos la riqueza, como la de dar un millón de dólares para conseguir la primera fila en el espectáculo.

-¿Mencionó usted, padre, las instituciones cristianas...?

Así es. Como alguien lo ha señalado, estamos mucho más en peligro: nos lavan el cerebro, somos constantemente bombardeados por este punto de vista, somos adoctrinados. ¿Es posible escapar a eso?

## II

A manera de ilustración de lo que dije en la primera parte, quisiera contar ahora algunas historias. La primera, hermosa y muy motivadora, se refiere a un monje japonés, el maestro Bokushu. Cada mañana, al despertarse, Bokushu soltaba una gran carcajada estentórea que duraba dos o tres minutos y resonaba a través de las doscientas cincuenta celdas del monasterio. Todos podían escucharlo. Todos se despertaban con esa carcajada, como con un reloj despertador. Y la última cosa que Bokushu hacía por la noche era, otra vez, soltar esa gran carcajada estentórea; después se acomodaba sobre su estera y se dormía. Y los discípulos estaban muy curiosos por saber qué hacía reír al maestro, y trataban de que les



contara; pero él no lo hacía. Y murió sin darles la explicación que pedían. Éste es el final de la historia.

Posteriormente, todo tipo de personas han estado tratando de imaginarse qué lo hacía reír. Yo mismo tengo un par de suposiciones. Y espero que también tú busques una respuesta a esa curiosidad. La búsqueda te motivará a dirigirte en la dirección correcta a través de la meditación.

## Peces que tienen sed y temen ahogarse

El poeta místico indio Kabir tiene poemas extraordinarios. Uno de ellos comienza con el verso: "Reí cuando me contaron que el pez en el agua tiene sed." ¿Qué me dices de eso?

Preguntarás, sin duda:

-¿Estamos en el agua?

-Ajá.

-¿Somos peces?

-Ajá.

-¿Tenemos sed?

-Oh, ¡vamos!

-Pero la tenemos, ¿no es cierto?

Hay un texto que leí el verano pasado, en algún lugar de los Estados Unidos, acerca de un cazador norteamericano en África. Contaba que había vivido allí con nativos que no tenían al peligro:

-¡Era extraordinario! Ellos nos miraban a nosotros, hombres blancos, con una extraña clase de curiosidad cuando veían temer en nuestros ojos. Eso era incomprendible para ellos. Era tan incomprendible como mirar a los ojos de los peces que temían ahogarse.

Eso está muy bien, también. ¿Puedes imaginar un pez que tenga miedo de ahogarse?

Una y otra vez, los maestros místicos del mundo se han preguntado por qué el ser humano es desdichado, por qué tiene miedo, y cosas por el estilo. Por supuesto, mientras no se ha comprendido la verdad, tiene sentido ser desdichado o sentirse atemorizado. Cuando hablo de temor no me refiero a una respuesta inmediata ante un peligro inminente; no me refiero a eso, que es propio de los animales. Me refiero al temor a lo que vendrá, a lo que sucederá; me refiero a esto. Y "esto", nos dicen los místicos, no existe; en sus mentes, simplemente no existe... ¡En ese estado vale la pena estar! ¡es extraordinario!

Hay otra estimulante historia acerca del tema. Un mercader de camellos, un árabe que atravesaba el desierto del Sahara, acampó para pasar la noche. Los esclavos levantaron tiendas y clavaron estacas en el suelo para atar a ellas los camellos.

-Hay sólo diecinueve estacas y tenemos veinte camellos; ¿cómo atamos al vigésimo camello? -le preguntó un esclavo al amo.

-Estos camellos son animales tontos. Hagan los movimientos como para atar al camello y permanecerá quieto toda la noche.

Eso hicieron, y el animal se quedó quieto allí, convencido de que estaba atado. A la mañana siguiente, al levantar campamento y prepararse para continuar el viaje, el mismo esclavo se quejó al amo de que todos los camellos lo seguían, excepto aquél, que se rehusaba a moverse.

-Se olvidaron de desatarlo -dijo el amo.

Y el esclavo realizó entonces los movimientos como si lo desatara...

Ésa es una imagen de la condición humana. Estamos atados a cosas que no existen; tenemos miedo de cosas que no son... Son ilusiones, falsedades, creencias; no realidades. ¡Qué

agonías pasamos por cosas de las cuales -estamos convencidos- parece depender nuestra felicidad! Pero no debería ser así, porque nuestra felicidad no depende de nada. Y no queremos verlo. Supongo que los místicos lo entienden, porque ellos mismos han pasado por esto. Están sorprendidos de que el ser humano se engañe, de que las personas se engañen de esta manera a sí mismas.

## Nadie nos quitó la libertad que buscamos

Ahora te mostraré el punto de partida. No necesitarás que nadie más te señale el camino. Si perseveras en cumplir lo que te indicaré, si tan solo le echas una mirada al lugar de partida y persistes en el intento, encontrarás el camino y, más tarde o temprano, descubrirás qué significa eso de "estar atado a cosas que no existen".

**Estamos atados a cosas que no existen; tenemos miedo de cosas que no son...**

Se cuenta que un discípulo acudió cierta vez al maestro, y éste le preguntó:

-¿Para qué viniste aquí?

-Mouksha -respondió el discípulo ("Moukshd" es la palabra sánscrita que significa "libertad"): Vengo para obtener la libertad.

-Oh, ¿la libertad? -inquirió el maestro.

-Ajá.

¡Ve y averigua quién te ha atado!

El discípulo se fue y meditó durante una semana. Luego regresó y dijo:

-Nadie me ha atado.

-¿Y para qué quieres entonces la libertad?

En ese instante los ojos del discípulo se abrieron y logró la libertad, logró la liberación.

Si ya era libre, ¿por qué buscaba la libertad? Tú no entiendes porque te has atado con todo tipo de cadenas imaginarias. Me ocuparé de esto en lo que sigue, pero paso a paso.

John Lennon, uno de los Beatles, dijo una frase maravillosa: "La vida es algo que nos pasa mientras estamos ocupados en otra cosa." ¡Oh, qué hermosa frase! En realidad, la vida es algo que nos pasa mientras estamos sumamente ocupados en otra cosa. O, peor aún, la vida es algo que nos pasa mientras estamos ocupados sufriendo toda clase de otras cosas. Tengo una imagen perfecta para aclarar esto. Piensa que estás en una sala de conciertos, cómoda y agradablemente ubicado en tu butaca, en la oscuridad de la sala, escuchando una sinfonía y disfrutándola. De repente recuerdas que te has olvidado de cerrar tu automóvil. ¡Oh, Dios! ¿Qué haces ahora? No puedes salir, pues molestarías a los demás; ya no puedes disfrutar de la música y estás atrapado en la disyuntiva. Ésta es la imagen de la vida para la mayoría de las personas: ansiedad constante.

**"La vida es algo que nos pasa mientras estamos ocupados en otra cosa."  
(John Lennon)**

-¿Qué hago ahora? ¿Qué va a pasar a continuación? ¿Cómo me voy a arreglar con esto? ¿Cómo me enfrento a aquello?

Seguramente querrás saber si hay otra condición posible. ¡La hay! Si eres religioso, podrás alcanzarla, pero ¿para qué te sirve la religión si no la sabes usar? Sigues los dogmas, las creencias y el ritual correctos; sigues todo de manera correcta, pero llevas una vida completamente equivocada. ¿Para qué te sirve? Tienes el menú, pero no tienes alimento para

comer. ¿Para qué te sirve? Todo eso de "¡Señor, Señor" está bien, pero con eso no basta para que haya vida. "¿Por qué me llamáis 'Señor, Señor!' y no hacéis lo que digo?" (Lc. 6, 46). ¿Para qué te sirve, si no la sabes usar? Bueno, ¡aquí va!: te diré cómo usarla.

### Los problemas no existen en la realidad...

Comenzaré con eso de "estar perturbado". ¿Recuerdas que me referí a ello? Tú estás perturbado debido a tus apegos. ¿Qué te perturba? Alguien murió, te traicionó, te rechazó; has perdido algo, tus planes se han desvirtuado, algo ha perdido el rumbo, o lo que sea, ¿Puedes pensar, ahora mismo, en algo que te haya perturbado en el pasado reciente? Adelante, hazlo. Piensa en algo que te haya perturbado en el pasado reciente o que te esté perturbando en este momento. Luego, prepara tu alma para un shock... ¡Aquí viene! Te diré la verdad desnuda; lanzaré una bomba directamente sobre ti.

Escucha esto: *Nada en la realidad, nada en la vida, nada en el mundo te perturba; nada tiene el poder de perturbarte.* ¿Alguien te lo ha dicho? Toda perturbación existe en ti, no en la realidad. Podría subrayar la palabra "toda". ¡Toda perturbación está en ti! no en la vida, ni en la realidad, ni en el mundo; está en ti... El solo hecho de comprender esto ha cambiado totalmente la vida de quienes lo lograron. El solo hecho de comprenderlo, y nada más. La realidad no es perturbadora, la realidad no es problemática; si no existiera la mente humana, no habría problemas. Todos ellos existen sólo en la mente humana. Todos son creados por la mente.

**Nada en la realidad, nada en la vida, nada en el mundo te perturba; nada tiene el poder de perturbarte.**

Alguien me dijo en Denver, el verano pasado:

- ¡No habrá quizás algunos problemas que existan en la realidad y no en mí?

Le respondí:

- Si te sacamos de allí, ¿dónde está el problema?

- No hay ningún problema.

### ...sólo existen en la mente humana

Ahora bien, para mí ésta es una verdad tan simple que un niño de siete años podría entenderla. Pero me he encontrado con personas que son doctores en toda clase de ciencias pero que nunca lo comprendieron. Dan por sentado que los problemas existen en la realidad. (Por "problema" entiendo "algo que perturba a alguien".) Ellas creen que los problemas existen en el mundo, en otras personas, en la vida. ¡No, no, no! Existen en ellas. Están simple como esto; nada tiene el poder de perturbarlas. Lo explicaré concretamente.

Alguien faltó a la palabra que te dio. Estás perturbado.

- ¿Qué crees que te perturba? ¿La promesa incumplida?

- Hmm, hmm.

- Podría presentarte a otro individuo, también enfrentado con un problema, con una promesa incumplida, pero que no está perturbado. ¿Cómo es que tú te perturbas?

Sucede que tú has elegido pensar; has sido adiestrado para pensar que la promesa incumplida es lo que te perturba. ¡No es la promesa incumplida!, es tu programación, tu adiestramiento. Has sido adiestrado para perturbarte cada vez que te enfrentas con una promesa incumplida. Has organizado un picnic para el domingo, y el picnic se suspende por lluvia. ¿Dónde crees que está el origen de la perturbación?, ¿en la lluvia o en ti, en la lluvia o

en tu reacción frente a la lluvia? Lo repetiré: el sentimiento de perturbación no está causado por la lluvia, sino por tu reacción frente a la lluvia. Otro reaccionará en forma diferente, sin perturbarse.

**Tu y yo hemos sido adiestrados para hacer depender nuestra felicidad de ciertas cosas.**

Estoy desarrollando ahora lo que afirmé en la primera parte. Si tú no hubieras hecho depender tu felicidad de que no llueva, no reaccionarías de esta manera, ¿no es así? Pero has sido adiestrado..., tú y yo hemos sido adiestrados para hacer depender nuestra felicidad de ciertas cosas, y entonces, cuando esas cosas no se producen -por obra de nuestro adiestramiento, de nuestra programación, de sea falsa creencia en que "si esto no sucede, no seré feliz"-: sucede que nos perturbamos. Te daré algunos ejemplos muy interesantes de esto, tomados de otras culturas.

### Convencido de que moriría, murió

El verano pasado, un amigo mío, en Nueva York, me contó algo muy interesante:

-En una tribu de África el método para aplicar la pena de muerte es el siguiente: como los nativos no tienen la silla eléctrica ni usan la horca, aplican la muerte por destierro. Si perteneces a la tribu y has cometido el delito más grave, eres desterrado.

Y este amigo me contó que, una vez leída la sentencia de destierro, en el lapso de una semana, aproximadamente, la persona muere. ¿Morirías tú, si te aplicaran una sentencia de destierro, al ser teleída? Yo no, y creo que tú tampoco. ¿Lo harías? ¿Qué crees? Podríamos sufrir, es cierto, si nos desterraran, pero eso no moriríamos, ¡por Dios! En cambio, ellos mueren.

Un jesuita amigo mío, de México, me contó acerca de la creencia que existe, entre los nativos de una zona de ese país, en que, si tocas cierto tipo de piedra, mueren. Y están muy convencidos de esto. Así fue como un niño, que aparentemente estaba corriendo, tocó con su pie ese tipo de piedra maldita. Acudió al cura y le dijo que iba a morir.

-Todo esto es superstición. No crees en estas cosas -dijo el cura.

Aquella noche, la madre del niño fue a ver al sacerdote y le rogó:

-Padre, ¿podría venir, por favor, a darle los últimos sacramentos al niño?

Y el cura dijo:

-Mire, lo de la piedra es una superstición. No estimulen esa creencia en el niño, o estova a acabar en una especie de profecía autocumplida; todo eso es tontería.

El cura no fue. A la mañana siguiente, el niño había muerto, literalmente. Estaba convencido de que eso sucedería, de modo que murió.

Se suele oír acerca de estudiantes que, en ciertas culturas, comunidades o países, toman sus exámenes tan seriamente que, si fracasan, se suicidan. Conozco personas que fracasan y no les importa en absoluto. Otras, en cambio, se suicidan. ¿Por qué está esa diferencia en la reacción? Saquemos las conclusiones, ¿Quién lo mató? ¿Quién lo mató? ¿Los exámenes, el fracaso? ¿Qué crees? Obtengamos alguna respuesta. ¿Qué dirías tú?

**Nada te perturba. Te perturbas a ti mismo cuando algo sucede.**

-Fue la persona misma; fue su reacción

¿Está Bien? Eso se podría decir del individuo de esa tribu africana que fue desterrado...Suponte que yo le dijera al juez que el destierro lo mató...¡Pero no fue el destierro el que lo mató! Fueron sus creencias, su cultura, su adoctrinamiento, su programación las que lo mataron. Al niño que tocó la piedra con el pie, ¿fue ésta la que lo mató? ¡Oh, no, no! Fue su creencia, fue su programación. ¿Entendiste esto? Ahora lo aplicaré a la vida diaria, y el resultado será devastador, explosivo.

## Perturbación y espiritualidad

Presta atención: "Algo te ha perturbado." ¿Has oído esa expresión: "Algo te ha perturbado"? Así se dice en inglés, ¡así se dice en todos los idiomas! "Algo me perturba." ¡Nada te perturba! La manera precisa de hablar sería: "Me perturbo a mí mismo cuando algo sucede." Pero ¿quién habla así?

¡Entonces tú me perturbas!

-No, no, no. Mi comportamiento hizo que te perturbaras a ti mismo.

Oh, ¡odiamos decir eso!, ¿verdad? Nos gusta decir que el mundo es responsable, que la gente, la vida o Dios son responsables.

¡Tú lo has hecho!, no la programación.

¿Tienes alguna idea de lo que significaría que realmente comprendieras esto? Estarías por encima de todo, habrías alcanzado el *súmmum* de la "espiritualidad". Esta palabra significa no estar más a merced de suceso, persona o cosa alguna. Pero, ¡atención!, no dije que no haya que amar a las personas; dije que no hay que estar más a su merced. Si comprendieras que tú eres el autor y el responsable de tu propia perturbación, no estarías ya a merced de suceso, persona o cosa alguna. En otras palabras, suceda lo que suceda, ya no te perturbarías.

Quizás hayas pasado años estudiando espiritualidad, escribiendo, leyendo y tomando cursos sobre ella... Pero ¿estás perturbado todavía? ¿Aún te perturbas en algunas ocasiones? Sí, lo haces. ¿Para qué te sirven, pues, todos tus estudios? La vida pasa a tu lado mientras estás sentado en esa sala de conciertos, incapaz de disfrutar de la música, incapaz de cerrar el automóvil, atrapado en la disyuntiva. Bien, veamos si podemos aclarar esto presentando ejemplos concretos.

Si alguien muere y estoy perturbado, ¿qué me perturba? ¿la muerte de esa persona? No. Si estoy perturbado por eso es porque he sido programado para estar perturbado cuando alguien muere. Tómate tu tiempo para pensar en eso, que va en contra de todo lo que tu cultura y la mía nos han enseñado. Nos han enseñado a perturbarnos cuando perdemos a alguien. Hemos sido adiestrados para perturbarnos cuando alguien nos rechaza, nos desaprueba, nos abandona, se nos muere. Hemos sido adiestrados para depender emocionalmente de los demás, para no ser capaces de vivir emocionalmente sin ellos. Así, pues, estoy perturbado, naturalmente, porque alguien a quien yo estaba apegado ha muerto.

¿Es la muerte la que me perturba? ¡No! He sido adiestrado para perturbarme cuando esto suceda. Esto suena casi blasfemo. ¡Es terrible! Medítalo. Consideremos otro ejemplo.

**Hemos sido adiestrados para depender emocionalmente de los demás, para no ser capaces de vivir emocionalmente sin ellos.**

Si veo en la calle a alguien que no tiene para comer, parece ineludible perturbarme. Analizaré esto lentamente. Veo a alguien en la calle que no tiene para comer... ¿Es eso un mal? ¿Qué crees? ¿Sí o no? ¡Sí, evidentemente! ¿Debería yo hacer algo al respecto, en la medida de mis posibilidades? ¿Sí o no? Sí. Ahora bien, ¿necesito perturbarme para lanzarme a la acción y hacer algo al respecto?

## Perturbación y autocastigo

Existe el supuesto de que, si no te perturbas, si no te adiestran para que te perturbes, no harás nada. Pero mira: hay alguien que no tiene para comer y eso es una calamidad. Ahora tú estás perturbado; tenemos dos calamidades. ¿Podríamos enfrentar estas calamidades sin agregar otra? Muchas personas no pueden ni siquiera concebir la idea de lanzarse a la acción sin antes perturbarse. Por ejemplo, si estás de pie en una cola y alguien se coloca delante de ti, sin respetar el orden de llegada.

-¿Quieres tomar medidas?

-Claro que sí.

-¿Quieres decir que la acción de ese individuo es incorrecta?

**Muchas personas no pueden siquiera concebir la idea de lanzarse a la acción sin antes perturbarse.**

-Tiene usted razón.

-¿Quieres hacer algo al respecto?

-Así es.

-¿Quieres echarlo?

-Claro que sí.

Pero, ¿sabes lo que, en última instancia, vas a hacer? En realidad piensas: "Como esa persona se comportó mal, voy a castigarme." Porque perturbarme es una manera de castigarme. ¡Mira qué lógico es esto!, ¿no es así? Ahora bien, ¿por qué te perturbas? Si le preguntas eso a la gente, te responde:

-Porque no perturbarse no es humano.

¿No es humano? Y, ¿qué haces tú? Piensas que esa persona se comportó mal, y seguidamente aumentará tu presión sanguínea, perderás la tranquilidad, dejarás de dormir esta noche. ¿Eso es más humano? Además, ¿por qué habrías de castigarte? ¡Eres inocente! ¿Crees tú que la gente entendería esto? Quiero decir la gente "razonable", cuya cultura está edificada sobre este planteo:

-¿Cómo sería posible que usted no se perturbara?...¿Quieres decir que no estás perturbado?

-No.

-Pero usted está planeando hacer algo.

-Evidentemente; es bien cierto.

**Cuando uno se perturba, tiene menos energía para hacer cosas y tiene menos capacidad de percepción.**

-¿Pero usted no está perturbado?

-No. ¿Por qué debería perturbarme? ¿Por qué debería castigarme a causa de ese individuo se comportó mal?

Así debería ser: "Sumérgete en el estrépito de la batalla y mantén tu corazón en paz junto a los pies etéreos del Señor..." Pero hay quienes temen. Quienes nos adiestraron y programaron temieron que si no nos perturbábamos no haríamos nada. Nunca se les ocurrió darse cuenta de que, cuando uno se perturba, tiene menos energía para hacer algo y tiene menos capacidad de percepción. Ya no ve las cosas correctamente; reacciona con exceso.

Yo no sé nada de Boxeo, pero me han dicho que la última cosa que debería hacer un Boxeador en el ring es perturbarse o perder la serenidad, porque entonces habrá perdido la lucha. También me han dicho que la primera cosa que su contrincante trata de lograr es que pierda la serenidad, pues entonces perderá su coordinación y su capacidad de percepción.

¡Con cuánta frecuencia las personas que participan de proyectos sociales, de magníficos proyectos para el bienestar de los demás, se implican emocionalmente y se perturban de tal modo que destruyen la propia obra que se propusieron hacer! Pierden capacidad de percepción, reaccionan con exceso.

Consideremos otro ejemplo. Si se ha cometido un delito en perjuicio de una persona, ¿no justifica eso que ella se perturbe? ¡No, no! Pero casi no parece realista pensar en estos términos. Si se lo explicas a la gente, no quiere oír.

-No queremos oírlo... Váyase. Váyase a otra parte. No gaste su aliento.

-Está bien. ¡Adiós!

Me voy. Y sacudo el polvo de mis pies. ¿Te recuerda esto una frase del Evangelio? "Y si no se os recibe ni se escuchan vuestras palabras, salid de la casa o de la ciudad aquella sacudiendo el polvo de vuestros pies". (Mt 10, 14).

## Felicidad y cambio

Ellos no quieren oír, no quieren ser felices, no quieren cambiar. Pues bien, deja que sigan así. ¿Por qué deberías querer gastar tu aliento? ¿Tienes necesidad de concederte esa sensación de bienestar que resulta de convertir a todos y de ser la causa de su iluminación? Quizás debas, ahora, mirar dentro de ti. No serás feliz a menos que te consagres como un gran maestro. ¿No quieren oír? Allá ellos, es su responsabilidad. Así, pues, nada en todo este mundo tiene el poder de perturbarte, ¡nada! En realidad, *nada te ha perturbado jamás, nadie te ha dañado jamás*. ¿Qué me dices de esto? ¡Vaya! No te habrá gustado.

-¡Oh, no! ¿Quiere usted decir que nadie me dañó?

-Hmm. No, nadie te dañó jamás; tú te has dañado tontamente a ti mismo.

Ahora, eso me lleva a la segunda parte:

-¡Oh!, ellos no me dañaron; la realidad no me dañó, ¿no es así? Entonces, no puedo enseñarme contra ellos.

-Entonces, ¿quién te dañó?

-¿Este bueno de mí mismo? ¿Yo me dañé a mí mismo?

-Sí.

**En realidad, nada te ha perturbado jamás, nadie te ha dañado jamás.**

-Ahora me enseñaré contra mí mismo; me odiaré por haberme hecho esto. ¿Por qué lo hago? Me perturbo a causa de mí mismo. Me enojo conmigo mismo. ¿Qué más sabe usted al respecto?

-Pues, te tengo buenas noticias: el daño no me lo hicieron los demás, no me lo hizo el mundo, no me lo hizo la vida, y, lo mejor de todo, no me lo hice yo mismo. ¿No es maravilloso? Entonces, ¿quién lo hizo?

En honor a la verdad, ¿alguien, en su sano juicio, se dedicaría a perturbarse en forma consciente, gustosa y deliberada? ¡Vamos! ¿Crees tú que lo harías?

No, no lo haría, no me perturbaría deliberadamente. Es como si el hacerlo estuviera fuera de mi control. ¿No es así?

Entonces, deja de culparte a ti mismo. Eso ha sido grabado dentro de ti. Has sido programado para eso, has sido condicionado de esa manera. Esto es lo que debes comprender.

No tienes que hacer nada para alcanzar la iluminación, no tienes que hacer nada para lograr la liberación y para obtener la espiritualidad. Todo lo que tienes que hacer es comprender algo, entender algo. Si lo entendieras, serías liberado.

-De modo que estoy perturbado; ellos me han perturbado.

-¡Equivocado!

-Yo me he perturbado.

-¡Equivocado!

-Es mi programación la que me perturba; es mi cultura la que lo hace. Ésta es la manera en que he sido educado; así es como he sido adiestrado.

**Para alcanzar la iluminación, la espiritualidad, la liberación, todo lo que tienes que hacer es comprender.**

Es un nativo de esa región de África fue desterrado.

-La condena lo mató.

-¡Equivocado!

-Él mismo se mató.

-¡Equivocado! Fue su programación la que lo hizo. Así es, pues, como hemos sido educados y adiestrados.

## No culpar a nadie

Es muy difícil definir la madurez, pero yo di con esta definición bastante lógica: *La madurez es lo que has alcanzado cuando ya no culpas a nadie*. No culpas a otros; no te culpas a ti mismo. Ves qué anda mal y comienzas a remediarlo. Ésta es un muy buen signo de madurez. Te asombrarás de lo infantiles que son las personas. Son tan infantiles... Límitate a esperar durante medio día y encontrarás a nuestros más grandes hombres abandonándose a actos infantiles, completamente infantiles. ¿Sabes de qué manera se comporta un niño pequeño? En la India, por ejemplo, cuando se golpea la rodilla contra una mesa llora con fuerza y todos le preguntan:

-¿Quién te golpeó?, ¿la mesa?, ¡mesa mala!, ¡mesa mala!

Luego, el niño se desahoga:

-¡Ooooo! ¡Mala..., mesa mala!

Y entonces se siente mejor. ¡Qué infantil es eso!, ¿eh?

Pero además hay quienes vienen a verte, a consultarte, y entonces le preguntas:

**Yo no soy culpable, tú no eres culpable, él no es culpable...**

-Ahora, ¿quién te pegó?

-Mi mujer, mi marido, mi superior...-teresponden.

-¡Oh, qué perversos, qué terribles!

Y el "pequeño bebé" se siente bien. Y puede ser el presidente de cualquier gran asociación y país, o lo que sea... ¡Dios mío!, ¡qué infantiles pueden volverse las personas! Y no son conscientes de su infantilismo. Tienen que culpar a alguien... Pero no, madurez es comprender que no se puede culpar a nadie; o, mejor dicho con más precisión, es no darse la salida emocional infantil de culpar a otro o a uno mismo, sino más bien ver qué anduvo mal



y ponerse a remediarlo, hacer algo al respecto. Entonces, ellos no pueden ser culpados; tú no puedes ser culpado. La programación es lo que nos llevó a hacer eso.

## ¿Quién te perturba?

Ahora te propongo un ejercicio que sólo te llevará un par de minutos. Observa si tiene algún efecto sobre ti. Piensa en algo que hasta ahora hayas podido decir que te ha perturbado. Hace pocos instantes te dije que pensaras en ello. Vuelve sobre esto y comprende que no fue esa cosa o esa persona lo que te perturbó. Fue tu programación; no fue la perversidad de ellos, su desaprobación, su rechazo; no fue su fracaso. Fue tu programación la que te perturbó. ¿Qué observas?

-Parece como si toda mi cultura me hubiera dicho que debo sentirme perturbado en esta situación. Eliminar esto me deja un sentimiento como de estar perdido, que no sé cómo superar.

**Descubrirás que no eres tu sentimiento, no eres tu desdicha, no eres tu disgusto...**

-Hasta ahora siempre te has identificado con lo que sentías, pero ahora descubrirás que no eres su sentimiento, no eres tu desdicha, no eres tu disgusto...

-Bien, aprenderé cómo tomar distancia frente a mis sentimientos..

-Así desaparecerán; tú tendrás poder sobre ellos, y no ellos sobre ti. No tendrás que gastar todas tus energías luchando contra esas cosas exteriores, ¿correcto?

-Así es. No tendré que gastar todas mis energías emocionales echándole la culpa a esas cosas exteriores.

-Correcto.

Mientras tengas un "enemigo" afuera que te perturba, te negarás a abandonar tu perturbación a menos que ella desaparezca. Es decir, si piensas en alguien que te perturba, entonces, mientras él está allí y se complace en el comportamiento que tú dices que te perturba, te negarás a abandonar tu perturbación a menos que él se reforme, cambie, desaparezca, se vaya, o lo que fuere. ¿No es así? Bien, supongamos que no se trata de una persona sino de la vida y que ésta persista en ser de esa manera, entonces seguirás estando perturbado. Pero ahora te digo:

**No "arregles" nada. Deja que todo siga su curso y se resolverá todo.**

-¡Eh, espera un minuto! no esa persona, no es la vida, ¡es tu programación!

-Oh, ¿eso es lo que es?

-Así es, ¿sabes? Él podría estar allí mismo, haciendo exactamente lo que hace ahora, y no tendrías necesidad de estar perturbado. Otras personas en tu lugar no estarían perturbadas. ¡Es tu programación...!

**Muchas personas nunca cambian porque están muy decididas a cambiar. Están tan decididas que no cambian nunca.**

-Oh, ¡esto es una revelación!..

Y tu perturbación disminuiría más y más, y después de un lapso estarías cada vez menos perturbado por cada vez menos cosas. ¿Soy suficientemente claro?

## Cómo "arreglar" las cosas

Pues bien, ahora viene "la gran pregunta norteamericana": ¿cómo lo "arreglamos"? O sea: -Está bien...; él no me perturba, yo no me perturbo; la programación me perturba. ¿Cómo lo "arreglamos"?

Sigamos la gran respuesta oriental.

-No lo "arregles", deja que siga su curso; desaparecerá por sí solo. Cuanto más trates de "arreglarlo", más se fortalecerá.

Esto también resulta "explosivo": *no lo "arregles", déjalo seguir su curso*. Deja que siga; desaparecerá; realmente lo hará. Si has comprendido esto...

-Pero ¿no necesitas saber de dónde proviene esta programación?

-Es una ayuda; es una ayuda, pero no es necesaria. Y, si estás totalmente decidido a lograrlo, si te planteas: "tengo que descubrir de dónde proviene y tengo que cambiar", entonces las cosas empeorarán, puedes estar seguro de ello.

**En Occidente y en Oriente somos iguales. Basta con raspar la "cultura exterior"; debajo somos todos iguales.**

Muchas personas nunca cambian porque están muy decididas a cambiar. Están tan decididas que no cambian nunca. Como están tan tensas, tan ansiosas, todo empeora. Esto es común a todas las personas, no sólo en Occidente, sino también en Oriente.

Somos todos iguales. Los temas y enfoques que presento en los Estados Unidos los ofrezco también en Japón y en la India, en España y en América Latina, en todas partes... ¡y en todas partes las personas son iguales! Los norteamericanos tienen rasgos culturales diferentes, pero, en el fondo, somos todos iguales. Por doquier existen los mismos problemas: el odio, el conflicto, la culpa son los mismos; la dependencia frente a la opinión de la gente y la dependencia emocional frente a la aprobación son las mismas. ¡Todo es exactamente lo mismo! Basta con raspar la "cultura exterior"; debajo somos todos iguales.

Aquí y allá, en todas partes, hay gente que trata de "arreglar" el enredo, de lograr que la perturbación desaparezca.

-¿Cómo lo "arreglo"?

-No lo "arregles". Entiéndelo, míralo, obsérvalo; se ocupará de sí mismo.

Lo que sucede es que tu no te "arreglas", no cambias, la vida cambia, como también lo hace la naturaleza. Así como uno no se cura a sí mismo, la naturaleza sí se cura a sí misma. Uno debe limitarse a hacer algo para ayudarla. Ahora redondeare esta idea. La plantearé de una manera un poco más provocativa. Cuando

**La vida no es cruel contigo, la vida es fácil; es tu programación la que es cruel contigo.**

sucede alguna de esas cosas que comúnmente decimos que te perturban, no son ellas las que te perturban. La vida no es cruel contigo, la vida es fácil; es tu programación la que es cruel contigo. La vida es fácil; la vida es placentera. Recuerda a mi amigo Ramachandra, el hombre del riksha. Pensar en la vida que llevó te permitirá comprender que no es lo exterior lo que causa la perturbación; no eres tú el que la causa. Es tu programación.

## Las relaciones humanas y la perturbación

¿Tienes dificultades en tu convivencia con las personas? No eres tú el responsable. Las rebeliones humanas nunca son difíciles; es tu programación la que las hace difíciles. Nunca hay dificultades en tu relación con las personas. Sólo hay dificultades en tu programación. ¿Cómo es que te perturbas?

-¿Usted quiere decir que es posible vivir con un individuo que pierde la ecuanimidad todos los días y no perturbarse?

-Sí, sí; en muy gran medida, sin perturbarse.

-¿Usted quiere decir que, cuando alguien lo insulta, usted no se perturba?

-Correcto. ¿Por qué no?

¿Por qué no puede ser posible "no perturbarse" cuando alguien te insulta? Quisiera explicar esto con una analogía. Cuando el destinatario no recibe una carta, se la envían de vuelta a quien la escribió. Si tú no la recibes, va de vuelta. ¿Cómo es que recibiste el insulto? ¿Sabes por qué te sentiste insultado o fuiste perturbado por el insulto? Porque lo recibiste. Pero eso, ¡tonto! ¿Por qué lo recibiste?

-¿Usted quiere decir que es posible no recibirlo? Usted quiere decir...

¿Consideras que eres un "ser humano" si vives como un pequeño mono que salta cuando cualquiera tira de la cuerda? Voy a explicarte qué significa ser un "ser humano", recurriendo a una historia. Una persona compra un periódico todos los días a un quiosquero, que siempre la trata con descortesía.

-¿Por qué compras el diario a este individuo que es tan descortés contigo?, ¿por qué no se lo compras a otro, que está tan sólo a una puerta de distancia? Te dijo un amigo.

-¿Por qué debería decidir el quiosquero dónde compro mi periódico?, ¿por qué debería tener el poder de decidir eso? -fue la respuesta.

En este caso, la persona se comportó como un ser humano. En caso contrario, se habría comportado como los monos, a los que se puede controlar con sólo torcerles un poco la cola, para hacerlos actuar de maneras previsibles. ¡Programación, programación! Entonces, no es la persona la que te ha perturbado al insultarte; no eres tú el que se ha perturbado a sí mismo. Es tu programación la que lo ha hecho. Todo lo que tienes que hacer es comprender estoy tomando distancia frente a la perturbación. Comprender.

-¿Quieres hacer algo respecto de tu programación, si puedes?

-¡Vaya! ¿Es necesario?

-¡No! Si lo entiendes, ya sabes que la perturbación proviene de tu programación; no de ti, no de los demás. Se hará cargo de sí misma; realmente lo hará.

Te sorprenderá de que, después de unos pocos meses, las cosas que antes te habrían enfermado -con preocupación o con sufrimiento, o con lo que fuere- podrás vencerlas sin esfuerzo, con una paz perfecta. Estarás suficientemente relajado para ello. Eso es la vida espiritual; es morir para ti mismo, abandonando tu programación. La abandonarás al comprenderla como es, llamándola por su nombre.

## Intermedio

**¿Es posible reaccionar, tomar medidas, sin estar perturbado, frente a una acción incorrecta como la de alguien que se incorpora a una cola sin respetar el orden de llegada?**

Si alguien se incorpora a la cola delante de tí, puedes tomar medidas. ¿Por qué no? ¡Ve y toma medidas! ¡Toma todas las medidas que quieras! La cuestión de fondo es que tomes medidas para corregir algo que está mal, no que tomes medidas para aliviar un sentimiento de perturbación. ¿Ves la diferencia? Es una gran diferencia. Lamentablemente, con frecuencia tomamos medidas no sólo para corregir algo que está mal, sino para aliviar sentimientos de perturbación. Eso no está bien.

**Si la programación es, en última instancia, responsable del tipo de vida que llevamos y de muchas de nuestras acciones, ¿tiene sentido hablar de pecado?**

¡Por supuesto! Existe mucho pecado a nuestro alrededor, existe mucha maldad. Sin embargo, cuanto más se comprende la naturaleza humana, tanto menos inclinado se siente uno a juzgar a cualquiera. Porque hay tanta estupidez, tanta ignorancia, tanta temeridad y tanta programación detrás de mucho de lo que llamamos "pecado", que hemos sido aconsejados acertadamente que no debemos juzgar a nadie, ni siquiera a nosotros mismos. San Pablo lo dice; él no se atrevió siquiera a juzgarse a sí mismo.

**¿Somos nosotros los que nos liberamos o es la gracia de Cristo la que lo hace?**

La gracia de Cristo está al alcance de todos. Pero tener la gracia de Cristo a tu disposición no significa necesariamente que podrás llegar a cualquier parte. Tienes que hacer algo para ello. Recuerda la historia de ese individuo que al encender su pipa le prendió fuego a su barba. Le dijeron:

¡Se prendió fuego tu barba!

Y él respondió:

-Lo sé; pero ¿no ven que estoy rezando para que llueva?

La lluvia está al alcance, pero hay que hacer algo para producirla. Entonces, la idea es: infortunadamente, la gracia de Dios está al alcance de todos; la tragedia del género humano no es que escasee la gracia de Dios, sino que escasea el entendimiento adecuado. Tenemos ideas equivocadas sobre la gracia, que necesitan ser corregidas. San Pablo dice: "¿Quién me liberará de esto? La gracia de Cristo me liberará de esto." Ahora bien, ¡la gracia de Cristo nos llega de tantas maneras! No debes entender la gracia de Cristo como una sustancia que cae sobre ti. Cuando alcanzas una comprensión más profunda de la realidad o te comprendes mejor a ti mismo, ¿no has recibido la gracia de Cristo? Eso es, pues.

**¿El bagaje cultural puede ayudar a comprender las verdades relacionadas con el desapego?**

¡No! Necesitas tener sentido común e inteligencia, lo que no tiene nada que ver con ser erudito, saber leer y escribir o tener estudios de cualquier tipo. Punto. No cultives la idea de que un doctor en filosofía está mejor provisto que un simple campesino de los Andes. No para comprender lo que nos ocupa. Te asombrarías de saber que poca inteligencia tiene la gente culta. Realmente, te asombrarías, ¡lo digo en serio! ¡Tienes que tratar con ellos. Un amigo mío de la Universidad de Fordham me contaba que leyó un libro extraordinario acerca de las personas que tuvieron un papel preponderante en el envío de naves espaciales a la Luna y cosas por el estilo, basado en sus propias confesiones y entrevistas. En él dicen algo así: "Es trágico que hayamos sido capaces de realizar toda esta tarea de cooperación

para enviar un cohete a la Luna, pero no podemos cooperar con nuestras familias; no sabemos cómo hacerlo, no sabemos cómo llevamos con nuestras esposas y maridos..."  
 ¿Comprendes lo que quiero decir? Pues yo me he encontrado con campesinos que saben cómo hacerlo. ¿Qué te parece? ¡Eso es inteligencia!

De modo que instrucción no es lo mismo que inteligencia, en absoluto. Podrías tener mucha instrucción y absolutamente ningún conocimiento acerca de ti mismo. Podrías saber cómo funcionan las naves espaciales y desconocer cómo funcionan tú mismo. La instrucción no es una gran aguda. Lo que se necesita no es un bagaje cultural, sino sabiduría, comprensión, inteligencia, lo cual se adquiere "seccionando, raspando, fundiendo", cuestionando, dudando. Si nunca cuestionas nada, ni pones en duda lo que te enseñan, ni dudas de lo que tu cultura te proveyó, ¿cómo podrías entender todo esto?

**En el caso de una persona que sufre abusos físicos en el hogar, ¿es posible alcanzar el desapego?**

Evidentemente, a una persona que ha sufrido abusos físicos en el hogar va a resultarle mucho más difícil no estar perturbada que a alguien que contempla el mundo desde su ventana. ¿No es así? No digo que sea fácil; digo que es posible. Y que, si piensas que es imposible, nunca lo lograrás. ¿Es posible que la gente sea torturada y, sin embargo, esté en paz? ¡Sí! Yo he visto ejemplos de ello. Leí una carta extraordinaria, escrita por un prisionero en la Alemania nazi, que era torturado todos los días y sabía que sería ejecutado. Leí las cartas más sublimes y bellas que le escribió a su familia. Las leí alrededor de veinte años atrás y pensé: "¿Cómo pudo ser posible?" Ahora sé que es posible.

Pensemos en el caso del individuo que se incorpora intempestivamente a la cola, en el de la mujer que siempre te regaña o en causa de la perturbación, y ésta se origina en la programación. Tú no provocas la perturbación: ésta se origina en la programación. Dale una oportunidad. Comienza. Observa cómo ella te afecta. Cuando puedas comprender esto, recuerda una vez más que esto no significa que no estés en condiciones de identificarlo que está mal, cuando lo veas. Tampoco esto significa que no debas tomar medidas; lo harás, pero teniendo conciencia del origen de la perturbación. Podrás enfrentarla y -¿por qué no?- alcanzar el desapego.

**¿Es la verdadera felicidad el resultado del deseo humano de ser feliz y de la inteligencia y voluntad puestas en lograrlo, o se origina en nuestras ansias de Dios?**

Santo Tomás de Aquino, que fue considerado unánimemente el príncipe de los teólogos católicos hasta hace muy poco, dice, en la introducción a su gran *Suma teológica* "Acercas de Dios, todo lo que podemos decir con certeza es que no sabemos qué es." Dios está más allá de la mente cognoscitiva, por lo cual lo designamos con la calificación de "Misterio". ¿Cómo se puede desearlo que uno no es capaz -y ni siquiera está en condiciones- de concebir, aquello de lo que uno habla en términos simbólicos, analógicos...? Por eso, las ansias de Dios, considerado como una persona o algo que está allí afuera, de que podemos concebir por entero o comprender, no llevan necesariamente al desapego, a la liberación, porque ansias algo que no sabes qué es. Por eso, frecuentemente cuando las personas hablan de sus ansias de Dios, crean algún tipo de imagen y comienzan a desear esa imagen. Pero ¿qué significa ansiar lo desconocido, lo incognoscible, aquello que está más allá de toda concepción humana y de todo entendimiento, el Misterio? No tenemos idea. ¿Podríamos equiparar a Dios con la liberación de todo deseo? Quizás sí, quizás no; pero, ¡por Dios!, ¡no te distraigas

con esto!; Continúa con la tarea! Continúa con la autoobservación, el autoconocimiento, la autocomprensión, la autoliberación. Así comprenderás mejor, "más allá del entendimiento", como dice san Pablo, qué es Dios. Bueno, no estoy seguro de que esto haya quedado aclarado, pero no olvides que estamos hablando de Dios.

**Si detrás de todo apego y de toda perturbación está la programación, ¿cómo podemos no culpar a ésta última?**

¿Culpas a tu programación? No, no debes culparla, debes comprenderla. Culparla sería como decir: "el Diablo me incitó a hacerlo" o "soy una víctima de la sociedad"; en ambos casos estarías eludiendo tu responsabilidad.

Comprenderla, en cambio, sería magnífico. Esfuérzate por lograrlo. Acepta tu responsabilidad, pero hazlo con inteligencia. Recuerda:

-No sigas culpando a la realidad; la perturbación no está en la realidad, está en ti.

-Pero ¿debo entonces culparme a mí mismo?

Tú no eres el autor del hecho, y no es maduro culparse a sí mismo si uno no es culpable. No hay deliberación en lo que haces, pues se origina en tu programación. No debes culparla, pero debes comprender que es en ella donde se origina la perturbación. Cuando te golpeas la rodilla contra una mesa, debes comprender que el dolor no está en la mesa; el dolor es causado por algo que sucede en tu rodilla. El dolor no está en la mesa. Análogamente, cuando chocas con la realidad, se produce un dolor dentro de ti. Ese dolor no es causado por la realidad, sino por algo que sucede en tu interior. Tú no lo provocas deliberadamente. (¿Quién querría causarse dolor deliberadamente?) Pero debes comprender de qué se trata. ¿Por qué, en algunas personas, este proceso no prosigue o ellas se han liberado de él, mientras que, en otras, continúa? Ser responsable es comprender y, como resultado de la comprensión, ser liberado.

**Frente a una persona muy perturbada, ¿se debe adoptar una actitud compasiva?**

Una persona muy perturbada lo está porque ha sido víctima de un delito, ha perdido a la madre o ha atravesado por una situación grave. Frente a esa persona no se debe adoptar la actitud de decir:

-¡Oh, ¡estás sufriendo!, ¡estás perturbado!, ¡hay algún problema...?

¡Oh, no, no! En esa pobre persona no está la causa de su propio dolor, que proviene de un apego, aunque haya sido desencadenado por la grave situación atravesada. ¿Has comprendido lo que dije? Esa persona no es la causa de su propio sufrimiento. Podrías compadecerla, comprenderla. Podrías ser compasivo con ella y, suavemente, cuando esté preparada, explicarle dónde se origina la perturbación. Porque, en última instancia, no serías compasivo si no le explicarás el secreto en algún momento. ¿Soy suficientemente claro? Yo diría algo así:

-Has acudido a mí y estás muy perturbado, porque alguien o algo te ha afectado. Trataré de comprender dónde se origina tu perturbación, seré compasivo contigo; pero, algún día, en algún momento, en algún lugar, si estás preparado, te pasaré el secreto.

Verdadera compasión sería, para mí, decir:

-No tiene que ser así; hay otra manera de ser.

**¿No son las personas que nos rodean las que nos han programado cuando éramos jóvenes?**

Sí, es así; pero ¡pobrecitas! Ellas no se dedicaron con malicia a hacerse esto. Son víctimas de lo que otros les han hecho. ¿Entiendes? De modo que no se debe insultarlas ni gritarles... Constantemente acuden a mí personas que están muy perturbadas por sus padres, que no pueden perdonarlos, que los odian. No digo que los padres hayan procedido bien o mal. Pero tú deberías comprenderlos. Porque en eso consiste el amor, ¿sabes? El amor no es culpar, juzgar ni condenar a los demás; el amor es comprender. ¿Puedes comprender el proceder de tus padres? ¿Puedes comprender cuán poca malicia hay en ellos y cuánta ignorancia, buena voluntad, desamparo, programación, confusión y temor? ¿Te has propuesto alguna vez comprender esto? ¡Oh!, entonces comprenderás qué significa "amar". Esto también te transformará.

**Al desaparecer los apegos, ¿qué pasa con la pasión, el entusiasmo y el fervor?**

La felicidad consiste en estar libre de apegos y deseos, pero es casi imposible lograrlo en forma absoluta. El propio Jesús sufrió temores, afecciones y enojos, pero sin perder por eso el lugar que ocupa junto al Padre. La felicidad no sólo consiste en una existencia humana muy pasiva, en la que uno se convertiría en un zombie, en un muerto en vida desprovisto de sensibilidad. En algún punto intermedio se pueden encontrar el entusiasmo y el fervor que el propio Jesús tuvo, pero sin que nos conduzcan a formar apegos. ¿Recuerdas lo que dije acerca del arquero? Cuando no hay tensión ni perturbación, se desatan todas las fuerzas dentro de ti. Si lo logras, comprenderás qué es la verdadera dicha y el verdadero entusiasmo, qué significa zambullirse en la vida, con alma y vida, con pasión. ¡Lánzate directamente a eso, sin dudar!, porque ya no estarás atenaceado por emociones programadas.

**Los niños muy pequeños, que aún no han sido programados, parecen perturbarse naturalmente; ¿no sería necesaria luego la programación para enseñarles a las personas cómo superar la perturbación?**

Es correcto. Cuando se estudia a los niños pequeños, se aprecia que ellos se perturban naturalmente, sin necesidad de ninguna programación especial. Se perturban cuando no consiguen algo que consideran vital para ellos y necesario para su felicidad. Pero, después de un lapso, se olvidan de todo eso, o crecen y ya no les importa. Además, si se le dice a un niño pequeño que no será aprobado por los demás o recibir las burlas de ellos es una cosa horrible, no le importa en absoluto. Se puede reírse de él, que se reirá a su vez. Hacia los dos años de edad le enseñan al niño que, cuando lo aplauden, debe sentirse bien y que, cuando le ponen "cara mala", debe sentirse mal; si entonces se "traga" esto, ¡está terminado! Ha comenzado la programación.

**Frente al caso de una persona que esté en una situación grave y a la cual no es posible ayudar absolutamente en nada, ¿cómo se puede evitar la perturbación que esa persona causa a quienes la rodean?**

Considera el caso del individuo que sabía que tenía sida y sólo le quedaban seis meses de vida, pese a lo cual estaba perfectamente sereno. Ahora bien, tú no desearías estar perturbado cuando él está sereno, ¿no es así? Bien. Supongamos, entonces, que estás frente a alguien que no está sereno, sino perturbado. En tal caso, no lo ayudarás perturbándote a ti mismo. Si en vez de leer tantos libros pasaras, por ejemplo, más tiempo mirando por la ventana maravillosos paisajes a lo largo de las cuatro estaciones, viento cómo las hojas caen y

se mudan, aprenderías mucho acerca de la vida. Cuando hayas comprendido el flujo de la vida, sabrás que no debes perturbar a la persona que está en esa situación.

**Alguien que tuviera una conducta de control completo sobre sí mismo,  
¿habría alcanzado el desapego?**

Hay personas que parecen tener un control completo sobre sí mismas endureciéndose, no permitiéndose tener sentimientos. ¿Ves la diferencia entre esto y lo que he venido diciendo? Hay, por una parte, personas que se niegan a permitirse tener sentimientos de ningún tipo; en cierto modo, se endurecen y dicen que nada les importa. Esto no ayuda a lograr el desapego. Por otra parte, están las personas a las que constantemente me refiero, que son las que tienen una perturbación, pero que, a través de la comprensión, la trascienden, la superan.





Muy pocas personas viven realmente. Mejordicho, muy pocas han redescubiertola vida. No podrán volver a descubrirla hasta que no comprendan cuál es la falsedad que nuestra cultura, nuestra sociedad y -en cierta medida, sientodecirlo- muchas de las religiones del mundo han implantado. Poneresto en evidencia es lo que me propongo hacer en esta última parte.

### La religión que nos preocupa

Me ocuparé muy brevemente de la religión. Para ello, me serviré de una historia acerca del inventor del arte de hacer fuego. Una vez que lo hubo inventado, recogió todos los elementos necesarios y se dirigió hacia el Norte, donde se encuentran tribus que viven temblando de frío. Y les enseñó el nuevo arte y sus ventajas. Y los tribeños se interesaron; todos aprendieron a hacer fuego y a utilizarlo para cocinar y para producir objetos. Y antes de que tuvieran tiempo de agradecer al inventor, éste había desaparecido. No quería recibir ningún agradecimiento; sólo quería que la gente se beneficiara con el fuego. Se dirigió a otra tribu, e intentó interesarla también en el invento. Pero allí tropezó con un obstáculo: los sacerdotes comenzaron a darse cuenta de la popularidad que estaba alcanzando el invento y de cómo disminuía la influencia de ellos sobre la gente. Entonces decidieron librarse de él. Lo envenenaron. La sospecha de que los autores habían sido los sacerdotes cundió entre la gente. Entonces, los sacerdotes mandaron hacer un enorme retrato del inventor, lo colocaron en el altar principal del templo y crearon una liturgia, un ritual, para honrarlo. Año tras año, la gente acudía a rendir homenaje al gran

**La mejor religión del mundo es la religión llamada “Amor”,  
no la religión llamada “¡Señor, Señor!”.  
¿Quién lo dice? El propio Jesucristo.**

invento a los elementos para hacer fuego. Los rituales eran observados fielmente, pero no se producía fuego. Había rituales, recordación, gratitud, veneración, pero nada de fuego. “¿Por qué me llamáis ‘¡Señor, Señor!’ y no hacéis lo que digo?”

¿Qué nos dice Él? ¡Amad, amad! Eso es lo que nos dice. ¿Cuál es el mayor obstáculo para amar? Aquello a lo que me referí hoy: nuestra programación, nuestros apegos obsesivos; eso es lo que pone obstáculos, como espero mostrarte en lo que resta. La mejor religión del

mundo es la religión llamada "Amor", no la religión llamada "¡Señor, Señor!". ¿Quién lo dice? El propio Jesucristo. Y nosotros, los cristianos, no podemos nunca perderes de vista.

Para referirme a la gracia y al esfuerzo necesario para ayudar a recibirla, contaré la hermosa historia del judío piadoso que ciertamente le dijo a Dios:

-Señor, mira cuán fervientemente te he servido toda mi vida; ¿no es así?

Por supuesto, no obtuvo ninguna respuesta.

-Es así -se respondió a sí mismo.

-Nunca te he pedido nada; ¿no es así?

-Es así -dijo él mismo, contestando de parte de Dios, por supuesto. Y agregó:

-Ahora te pediré un solo favor. Tú no puedes decirme que no. Durante toda mi vida te he servido, he observado la Ley, he respetado los derechos, he hecho el bien a la gente, he cumplido tus mandamientos... Hazme tan sólo este favor: permíteme ganar la lotería y así podré retirarme en paz y con seguridad.

Él estaba convencido de que Dios le concedería su deseo, y esperaba, esperaba; pasaba todas las noches rezando. Después de seis meses nada había pasado. Y una noche, en plena frustración, gritó:

¡Dios, dame una oportunidad, permíteme ganar la lotería!

Imagina el susto que sufrió cuando oyó una voz que le respondió:

-Dame una oportunidad tú mismo; ¡compra un billete!

No había comprado un billete. Bueno, eso tiene que ver con el esfuerzo y la gracia. ¡Compra tu billete! Asegúrate de tener un billete. Asegúrate de estar usando el entendimiento. No puedes esperar que se produzcan milagros, como bien lo sabes. Observa, comprende, cambia, como resultado de usar el entendimiento.

## La felicidad de no depender

Hasta aquí me he ocupado de la religión. Seguidamente quiero dejar aclarado algo que tiene que ver con la felicidad. Para ello, voy a contarte una de mis historias favoritas. (A veces una historia dice más que una conferencia de un día entero, porque les habla a las profundidades de nuestra interioridad; esta historia, ciertamente, les habla a las mías.) La historia se refiere a un individuo que se mudó de aldea, en la India, y se encontró con lo que allí llamamos un sennyasi. Éste es un mendicante errante, una persona que, tras haber alcanzado la iluminación, comprende que el mundo entero es su hogar, el cielo su techo y Dios su Padre, que cuidará de él. Entonces, se traslada de un lugar a otro, tal como tú y yo trasladaríamos de una habitación a otra de nuestro hogar.

Pues bien, al encontrarse con el sennyasi, el aldeano le dijo:

¡No lo puedo creer!

-¿Qué es lo que no puede usted creer?

Y el aldeano respondió:

-Anoche soñé con usted. Soñé que el Señor Vishnú me decía: "Mañana por la mañana abandonarás la aldea, hacia las once, y te encontrarás con este sennyasi errante." Y aquí me encontré con usted.

-¿Qué más le dijo el Señor Vishnú? -le preguntó el sennyasi.

-Me dijo: "Si el hombre te da una piedra preciosa que posee, serás el hombre más rico del mundo"... ¿Me daría usted la piedra?

Entonces el sennyasi dijo:

-Espere un minuto.

Revolvió en un pequeño zurrón que llevaba y dijo:

-¿Será ésta la piedra de la cual usted hablaba?

Y el aldeano no podía dar crédito a sus ojos, porque era un diamante, el diamante más grande del mundo. Lo tomó en sus manos y dijo:

-¿Podrías quedármelo?

-¡Por supuesto!, puede conservarlo -respondió el sennyasi-, lo encontré en un bosque. Es para usted.

Siguió su camino y se sentó bajo un árbol, en las afueras de la aldea. El aldeano tomó el diamante y ¡qué inmensa fue su dicha! Como lo es la nuestra el día en que obtenemos realmente algo que deseamos realmente.

¿Cuánto duró tu dicha? ¡Mídela!

¡Lo digo en serio!

¿Cuántos segundos, cuántos minutos?

¿Alguna vez te has detenido a preguntarte cuánto dura la felicidad? Has conseguido la novia que querías, has conseguido el novio que querías; has obtenido ese automóvil; has obtenido el título; has sido el primero en la universidad. ¿Cuánto duró tu dicha? ¡Mídela! ¡Lo digo en serio! ¿Cuántos segundos, cuántos minutos? Te cansas de ella, ¿no es cierto? Es que estás buscando algo más, ¿no es así? ¿Por qué no estudiamos esto? Es tan valioso, más valioso que estudiar las Escrituras. Porque, ¿de qué sirve estudiar las Escrituras si crucifican al Mesías basándose en ellas, como sucedió con Jesús? Si no has comprendido esto, si no has comprendido lo que significa vivir y ser libre y ser espiritual...

Bien, proseguiré entonces con la historia del sennyasi. El aldeano obtuvo el diamante y, luego, en vez de ir a su hogar, se sentó bajo un árbol y permaneció todo el día sentado, sumido en meditación. Y, al caer la tarde, se dirigió al árbol bajo el cual estaba sentado el sennyasi, le devolvió a éste el diamante y le dijo:

-¿Podría hacerme un favor?

-¿Cuál? -le preguntó el sennyasi.

-¿Podría darme la riqueza que le permite deshacerse de esta piedra preciosa tan fácilmente?

¡Chico, yo amo esa historia, la amo!" ¿Podría darme la riqueza que le permite deshacerse de esta piedra preciosa tan fácilmente?"

**"¿Podría darme la riqueza que le permite deshacerse de esta piedra preciosa tan fácilmente?"**

¡A eso es a lo que me vengo refiriendo! El mundo está lleno de sufrimiento; la raíz del sufrimiento es el apego; la supresión del sufrimiento es el abandono del apego, la comprensión de que el apego es la creencia falsa en que alguna cosa o persona puede hacernos felices. La verdadera felicidad no es causada por nada. La verdadera felicidad es "incausada". Si le preguntara un místico por qué él o ella son felices, la respuesta será:

-¿Por qué no? No hay ningún impedimento, ninguna obstrucción. ¿Por qué no?

-¿Has pensado alguna vez que, si algo es la causa de tu felicidad, cuando pierdas "ese algo" tu felicidad será destruida? ¿No se te ha ocurrido alguna vez que, si algo es la causa de tu felicidad, te volverás posesivo con respecto a esa cosa, te volverás ansioso por miedo a perderla?... cualquiera que esa cosa sea: educación, reputación, buena salud, la vida misma. ¡Qué interesante! Esto es redescubrir la vida.

***Si tu felicidad depende de alguien o de algo, no es felicidad, es inquietud, es tensión, es presión, es temor.***

Nunca vivirás hasta que dejes de aferrarte a la vida. Cuando te aferras, la felicidad muere. Si tu felicidad depende de alguien o de algo, no es felicidad, es inquietud, es tensión,

es presión, es temor. Los japoneses tienen una historia muy convincente al respecto. Un individuo escapa de un tigre llega a un precipicio, y, casi sin darse cuenta, comienza a deslizarse hacia abajo, por el precipicio. Al hacerlo, se agarra de la rama de un arbusto que allí crece, y luego mira hacia abajo. No hay manera de trepar, y, además, arriba está esperándolo el tigre; si se precipita hacia el abismo, lo espera la muerte, 5000 metros más abajo. ¿Qué hace, entonces? Le quedan pocos minutos de vida; entonces mira ese arbusto del cual está agarrado y descubre que tienes bayas. Con una mano se aferra a él y con la otra arranca una baya del arbusto, la pone en su boca y la saborea. Y la historia concluye: "...¡y sabía tan dulce!" ¿No es esto maravilloso?

**Hemos sido programados para ser desdichados. Cualquier cosa que hagamos nos hará más desdichados.**

Tuve dos amigos en el pasado, en diferentes momentos, que estaban muriendo, y ambos coincidieron en decirme:

-Comencé a saborear verdaderamente la vida y a comprender cuán dulce es, cuando "me dejé ir"; me di cuenta de que la vida tiene un final. Entonces comenzó a tener un sabor dulce. De modo que, paradójicamente, en nuestro deseo de ser felices hacemos todas las cosas equivocadas. Hemos sido programados para ser desdichados. Cualquier cosa que hagamos nos hará más desdichados. En particular, cualquier cosa que hagas para ser feliz te hará más desdichado. ¿Qué harás para evitarlo? ¿Cambiarás tú?, ¿Cambiarás tú?, ¿cambiarás a los demás?, ¿conseguirás algo?, ¿irás a...? No tienes que hacer nada... ¡Tienes que comprender! Deja de lado la obstrucción, abandona las creencias falsas y el apego desaparecerá. Entonces sabrás qué es la felicidad.

Esto se dice muy fácilmente. Si meditaras sobre esto, durante días, y experimentaras algo de su verdad, entonces no necesitarías escucharme a mí o a cualquier otro. ¡Tú posees esa verdad, la has aprendido, la has comprendido! Estás apegado sólo porque creíste, falsamente, que sin esa cosa, esa persona, esa situación o ese acontecimiento no serías feliz. Creíste eso falsamente. Comprende que se trata de una falsedad y serás libre. ¡Qué sencillo! Y aquí estamos, rastreando la faz de la Tierra, corriendo de un lado al otro en la búsqueda de esa verdad. La tuvimos aquí mismo, en casa, y no la comprendimos. Escuchamos toda clase de sermones, estudiamos toda clase de libros y fuimos a toda clase de iglesias, pero nunca escuchamos esa verdad, allí mismo mirándonos fijamente, justamente delante de nuestras narices. No lo vimos. Pues bien, confío en que tú lo verás; quizás otros no lo harán, pero quizás tú sí. Eso es suficiente para la felicidad.

**Deja de lado la obstrucción, abandona las creencias falsas y el apego desaparecerá. Entonces sabrás qué es la felicidad.**

### ¿Son humanas las relaciones humanas?

Ahora me ocuparé de las relaciones humanas. Hablemos de esto, ¿Tienes problemas con la gente? ¿Alguien te resulta egoísta, malhumorado, poco confiable, repulsivo, necio, intolerable, irresponsable, o como lo quiera llamar? Piensa en los problemas que tienes en materia de relaciones humanas. ¿Conoces la raíz de todos esos problemas? ¡Tú eres la causa! ¿Te sientes afectado, pero tú eres la causa! Si acudieras a mí como consejero espiritual para consultarme por problemas con tu esposa, sería como si tuvieras retortijones y fueras a consultar al médico.

-Doctor, son terribles estos retortijones, son realmente terribles...

**Has sido educado para pensar que los demás tienen que cambiar, que el mundo entero tiene que cambiar para ser tú feliz.**

-Te recetaré algo para tu esposa, ¿está bien?

-¡Dios!, eso me hace sentir mejor, doctor, gracias, gracias.

-¿No es esto una locura? ¿Tú tienes problemas con tu esposa y quieres que yo la haga cambiar? ¿Quién tiene el problema? Tú, ¿no es así? Vamos a eliminar el problema, la causa del problema: tú. Pero tú no lo entiendes. Has sido educado para pensar que los demás tienen que cambiar, que el mundo entero tiene que cambiar, para ser tú feliz; pero no te das cuenta. Si estás perturbado, algo te pasa. Aclaremos primero eso.

-¿Pero usted quiere decir que ella no está equivocada?

-Sí, lo está.

-¿Usted quiere decir que ella no debería cambiar?

-Por supuesto que debería, pero tú no eres quien la hará cambiar, ¿sabes?, porque tú necesitas cambiar primero. ¿Qué tal si sacamos la viga de tu ojo, para que puedas sacar la paja del de ella, eh?

-¿Qué tal si sacamos la viga de tu ojo, del ojo de tu familia o de lo que fuere? Estás perturbado, ¡algo te pasa! No comprendes a tu esposa, ni siquiera la ves. ¿Sabes por qué? Porque, cuando estás perturbado, tu telescopio está fuera de foco; cuando estás perturbado, tu ventana está empañada, y, necio como eres, limpiarás todos los edificios porque, desde tu ventana empañada por la lluvia, los verás sucios a todos.

**El "amor" es clarividente, pero cuando estás enamorado estás ciego, estás lleno de ti mismo.**

-¿Tienes que limpiar todos los edificios!

-¿Podríamos dedicarnos a limpiar tu ventana primero?

-¿Tenemos que limpiar todos los edificios!

-¿Podríamos limpiar tu ventana?

Eso es lo que, como consultor espiritual, traté de hacer para ti: limpiar tu ventana. Una vez logrado esto, sabremos qué es necesario hacer y qué no es necesario hacer. Ahora vemos a las personas no como son, sino como somos nosotros. Y es asombroso, ¿sabes?, cómo al principio veíamos personas groseras y luego, una vez que cambiamos, vimos personas atemorizadas; ¡están tan asustadas, pobrecitas! Fueron llevadas a un estado de hostilidad. ¡Pero tú eres ahora tan comprensivo, tan compasivo! En cambio, antes reaccionabas con ira, con odio.

-¿Eh, espere un minuto! ¿Por qué ha sido usted tan desatento?

-Estás demasiado perturbado para comprender, para tomar conciencia. ¿Podríamos limpiarte?

-¡Oh, no, no!

-Has acudido a mí, de modo que puedo recetar medicinas para todo lo demás.

## ¿Cambiar o amar?

Ves, pues, que todos estamos embarcados en el cambio. Queremos cambiarnos a nosotros mismos; queremos cambiar el mundo. Eso es lo que nuestra estúpida programación nos ha inculcado. Tenemos que cambiar todo, sin antes haber entendido nada. Lo que necesitas no es cambiar, es comprender. Compréndete a ti mismo; comprende a los demás. Voy a decirte

algo absolutamente escandaloso pero que ¡es verdad! No estás aquí para cambiar el mundo, estás aquí para amarlo! ¡Maldición! Tú no quieres amar el mundo, quieres cambiarlo. ¿Sabes qué significa amar? "Amar" significa ¡ver!, ¡comprender! ¿Cómo puedes amar lo que ni siquiera ves? Y, ¿cómo puedes comprender si estás perturbado? ¿Cómo puedes comprender -ahí viene otro shock- si se interpone alguna emoción positiva o negativa? Dicen que el amor es ciego. ¡Falso! No hay nada tan clarividente como el amor; es lo más clarividente del mundo. El apego es ciego porque es estúpido, porque está basado en una creencia falsa. Y a eso llaman "amor".

**No estás aquí para cambiar el mundo, estás aquí para amarlo.**

-Estoy enamorado de ti. Te amo.

-¿Qué? ¿Me amas o te amas a ti mismo?

-¿Sabes qué significa estar "enamorado"? Estar "enamorado" significa "te quiero para mí". Estar "enamorado" significa que tengo sentimientos de posesividad hacia ti. "Estar enamorado de ti" significa "te quiero para mí; no seré feliz sin ti; dependo emocionalmente de ti; no puedo ser feliz sin ti". ¡Eso es una droga, es una enfermedad! Tu cultura y la mía nos dicen que esa es la virtud suprema. ¡Falso! Pero ¿quién se atreve a decir lo siguiente?: Cuando estás enamorado estás ciego, estás lleno de ti mismo. ¿Has pensado en eso? No ves a la otra persona. Has proyectado sobre esa persona una imagen ilusionada, y eso es lo que amas: una ilusión. Cuando no esperamos nada de la otra persona, no decimos que estamos enamorados. ¡Vaya!, tienes muchísimo para meditar sobre esto.

### No dejes que los demás te perturben

Me referiré ahora a las relaciones con los demás. ¿Tienes problemas? Echa una mirada sobre ti mismo; pregúntate por qué estás perturbado, de dónde proviene la perturbación. De nuestra programación, de allí. Algunas veces, en el pasado, me asombré de que las personas que me producían enojo por su comportamiento no parecían enojara otros que son muchos, mucho mejores que yo. Me preguntaba:

-¿Cómo es que él no se enoja al exponerse a ese comportamiento? ¿Cómo es que yo sí? Algo me sucede.

Y así estaba yo ocupado en tratar de cambiarla, cambiarlo o cambiarlos. Pero cuando no estoy perturbado... ¡oh!, entonces eso está bien, ¡está bien! Entonces estoy capacitado para "entrar en el cambio", en cualquier actividad que implique cambio. Pero no antes, porque mi telescopio está fuera de foco. Hay un gran secreto que sirve para las relaciones humanas y me ha ayudado muchísimo. Cada vez que tengo problemas con alguien, si estoy perturbado, me digo:

-Eh, Tony, algo te pasa. ¿Qué tal si tú y yo nos sentamos y le damos un buen vistazo a eso? ¿De acuerdo?

-De acuerdo.

Pero aún me urge por decirme a mí mismo:

-Oh, no, estás perturbado, ¿no es así? La perturbación no viene de él, no viene de ti, viene de tu programación.

-Oh, sí; ¡comprendo!

**Una gran mentira que nos han contado cuando éramos niños es que necesitamos ser amados.**

De repente, entonces, aparecen la perspectiva, la distancia, la comprensión, el amor; ¡por fin! y todo, puede ser bastante duro; tú puedes ser bastante duro, el amor puede ser bastante duro; tú puedes ser bastante duro, el amor puede ser bastante duro. Pero el amor es imparcial, el amor es justo; el amor comprende; el amor no tiene prejuicios. Bien. Esto es suficiente para el tema de las relaciones humanas.

## Cómo nos controlan y manejan

Unas palabras acerca del control. Una gran mentira que nos han contado cuando éramos niños es la siguiente: "Necesitas ser amado." Bueno, cuando eras un niño, sí, de acuerdo. No discutamos sobre eso. Pero ¿quieres decir que tienes sesenta y cuatro años y eres un niño aún?; ¿veinticinco años y eres un niño aún?; ¿dieciocho años y eres un niño aún? Y sabes que te dicen constantemente:

-Necesitas ser amado, necesitas éxito, ser aprobado, ser apreciado, ser afirmado, necesitas...

¡Basura! Y todos lo creen. Te diré qué necesitas. Hay sólo una necesidad, que es "amar". Podrías decir que estoy equivocado; de acuerdo, pero es el producto de muchos años de largas meditaciones. Hay sólo una necesidad, que es "amar". No hay otra.

**"Tú me das lo que quiero, entonces te quiero. No me das lo que quiero, entonces te detesto."**

-¿Usted quiere decir que no necesito ser amado?

-Puedes no necesitarlo. ¿Puedo saber de qué estás hablando cuando dices "ser amado"? ¿Estás hablando de "ser deseado"? ¿Necesitas "ser deseado"?

-De eso es de lo que todos hablan... Nadie parece desearme.

-Tú quieres ser deseado. ¿Y quieres todas las consecuencias de eso, con todo el control y la manipulación? ¿Hablas acerca de eso? Necesitas ser apreciado.

Esasombroso, una vez que empiezas a comprenderte a ti mismo, empiezas a comprender a la gente, y a veces esto es divertido. Viene el viejo Tal y Cual y le dices:

-¡Eh, Tom, te ves magnífico esta mañana! ¡mi Dios, pareces veinte años menos!

Tom está feliz. Se puede manejar a las personas con halagos; quizás lo hayas hecho, ¿eh? Podrías hacer cualquier cosa con estos monos humanos, con sólo decirles que los quieres, además de algo bueno acerca de ellos. Entonces, (A) se sentirían halagados; (B) ¡sentirían amor por ti! Lo que ellos llaman "amor", por supuesto. Amor de mono, claro.

¿Sabes qué es para ti el amor?:

-Tú eres bueno conmigo; yo soy bueno contigo, ¿sí? Tú me das lo que quiero, entonces te quiero. No me das lo que quiero, entonces te detesto.

Se supone que esto es amor, pero es lo que yo llamo un buen "regateo". Se lo encuentran en el mundo de los negocios, en Wall Street; ¿no es así? Y nadie nos dice esto. Nadie hace este análisis para nosotros; por lo menos, muy pocos lo hacen. No he oído nunca a nadie decir:

-Eh, lo que llamas "amor" es un negocio, un regateo, un trueque, una operación comercial.

Estoy leyendo libros sobre el matrimonio, escritos por toda clase de autores religiosos; ellos no parecen tenerla más remota idea acerca de esto. Todos aceptan que la gente diga:

-Tú no eres amable conmigo, me traicionas, eres desleal conmigo me eres infiel...; naturalmente estoy enojado contigo y estoy perturbado.

¿Naturalmente? ¿A eso llamas amor? Entonces, ¡aquí viene la computadora! Oprimo la tecla roja... Lo alabaron y él se anima; ¡está tan feliz! Crítiquenlo y opriman la tecla azul. ¡Ahora está por el suelo! ¿Te gusta ser de esa manera? Hay libros de psicología, escritos por

los psicólogos más prestigiosos del mundo, que dicen que así es como se debe ser. Cuando te dicen que estás bien, *naturalmente* se supone que debes sentirte bien. Y cuando te dicen que no estás bien, no lo estás, ¡*naturalmente*! Se supone que debes sentirte deprimido! ¿Qué me cuentas? Se supone que esto es humano, *naturalmente* A eso le llamo "ser una máquina".

### ¿Amar sólo a quien te ama?

Hace poco leí una historia acerca de una mujer que le pregunta a su hijo adolescente:

-¿Qué te gusta...? ¿Qué encuentra Mary en ti? ¿Qué le gusta de ti?

-Lo que a Mary le gusta de mí es: (A) que soy buen mozo; (B) que soy inteligente; y (C) que soy una gran compañía para ella.

Y su madre le dice:

-Y a ti, ¿qué te gusta de Mary?

- Lo que me gusta de Mary es que me encuentra: (A) buen mozo; (B) inteligente...

**Nos dieron poder, reputación, fama, prestigio. Nos dieron esta droga.**

¿Sabes?, la cualidad que más me gusta de ti es que yo te gusto. ¿Qué te parece, eh? Las personas son tan necias, créeme, que, con sólo decirles que las quieres, te quieren a ti. ¡Así de necias son! Sólo saludan a quienes lo saluden. Son como monos, como computadoras, máquinas, dispositivos mecánicos. En cambio, deberían "ser como vuestro Padre que está en los Cielos, totalmente amable y compasivo, que hace brillar el sol sobre buenos y malos por igual, y hace caer su lluvia sobre justos y pecadores por igual".

"Si sólo amareis a los que os aman..." dice la Biblia. ¡Estaba allí mismo! ¿Cómo es que no lo descubrimos?

### Cuando éramos niños nos "drogaron"

Si tomamos a un niño pequeño, de unos seis meses de edad y le inyectamos repetidamente heroína o cualquier otra droga, después de un lapso todo el cuerpo del niño clamará por la droga. En lugar de ser criado con una alimentación buena y saludable, habrá sido criado con droga. De modo que, cuando se lo priva de la droga, el pobre niño sufre las agonías de la muerte. ¿Listos para una sorpresa? Esto es lo que nos sucedió, a ti y a mí, a todos nosotros. Nos drogaron... cuando éramos niños. No nos criaron con el alimento sano y saludable del juego y el trabajo, de la belleza y los placeres de los sentidos, y, cuando crecimos, del placer del intelecto. ¡Oh, no! Desarrollaron en nosotros el gusto por drogas llamadas "aprobación", "éxito", "hacerlo a la perfección", "alcanzar el éxito, la afirmación, el triunfo, la victoria". Nos dieron poder, reputación, fama, prestigio. Nos dieron esta droga. Y, ¿sabes algo? Comenzamos a sentirnos bien.

**Quando quiero algo de ti,  
no te estoy comprendiendo;  
quiero obtener algo de ti...**

Fue una especie de sensación de embriaguez, una magnífica sensación cuando nos aplaudían. Y empezamos a pensar que era magnífico ser famoso, exitoso, tratado con deferencia, popular. Resultado: cuando empezamos a crecer, ya nos podían controlar de la manera que querían. Todo lo que tienen que hacer ahora es retener la droga. ¡Chico, si no



has pasado por esto, ¡saludo! No te prueban... ¡Qué preocupado te sientes, qué intranquilo! Te critican, no te afirman... ¡Síntomas de abandono! Vuelve a rastras para buscar reafirmación... Y hay psicólogos en los que te dicen que así es como debe ser. Así es como "debe" ser: más droga, más control.

## Hemos perdido la capacidad de amar

Ahora bien, ¿sabes que, como resultado de esto, has perdido tu capacidad de amar? Porque cuando necesitas a alguien, no puedes amar a esa persona. ¿Sabes por qué? Porque ya no puedes amar a esa persona. ¿Sabes por qué? Porque ya no puedes comprenderla. Cuando un político necesita votos, deja de comprender a la gente. Cuando una mujer o un hombre de negocios enloquecen por el dinero, dejan de comprender a la gente. Cuando quiero algo de ti, no te estoy comprendiendo; quiero obtener algo de ti... Y tú sabes que esta situación es tan grave que, durante las veinticuatro horas del día, consciente o inconscientemente, queremos algo de las personas que nos rodean; queremos su aprobación, tememos su desaprobación. Tememos que nos rechacen; tenemos miedo de lo que puedan pensar de nosotros. ¿Cómo podríamos amar a las personas de esta manera, cuando dependes tanto de ellas emocionalmente?

**Lo malo es depender de otros  
para tu felicidad. Pues entonces  
no puedes amar.**

¡Oh, tenemos que depender unos de otros! Les dirán con grandilocuencia.

Por supuesto que tenemos que depender unos de otros. Así es como se construye nuestra sociedad; compartimos nuestro trabajo, compartimos nuestro catecismo; ¡eso es maravilloso! No tenemos nada en contra de esa clase de dependencia. Lo malo es depender de otro para tu felicidad. Depender de otro para aprender, para adquirir habilidades técnicas, para alimentarse, está muy bien. Para la cooperación dentro del mundo, la dependencia es necesaria. Lo malo es depender de otros para tu felicidad. Pues entonces no puedes amar. Piensa en esto cuando tengas tiempo y puedas dedicarte al ocio. Hasta que ceses de depender de los demás, hasta que mueras a la necesidad de depender de la gente.

## Estar solo, no solitario

Cuando tomas contacto con este planteo por primera vez, es aterradorante, ¿sabes? Porque de repente te quedas solo, ¡no solitario! Solo. Es una sensación extraña. De repente comprendes lo que habías sido a lo largo de toda tu vida, pero en lo que nunca habías reparado. Y de repente te das cuenta de lo encantador que resulta estar solo, no necesitar emocionalmente a los demás. Y, por primera vez, comprendes que puedes amar a la gente. No necesitas sobornarlos, manipularlos, impresionarlos, apaciguarlos. Finalmente, puedes amar. Y, por primera vez en tu vida, serás incapaz de sentirte solitario. Nunca más podrás sentirte solitario.

**El sentirse solitario no se cura con compañía  
humana; se cura con el contacto con la realidad.**

¿Sabes qué significa sentirse solitario? Significa tener una necesidad desesperada de los demás, hasta el punto de ser infeliz sin ellos. El sentirse solitario no se cura con compañía humana; se cura con el contacto con la realidad, comprendiendo que no necesitamos a los demás, que no los necesitamos. En última instancia, podrás disfrutarlos, porque no los necesitas. El resultado es que ya no hay tensión. ¿Sabes qué significa estar con los demás y no

**¿En qué crees que gasta su vida la mayoría de la gente? ¡En impresionar a los otros!**

tenemos ninguna tensión? Porque no te importa si los demás te quieren o no, ni qué piensan de ti. ¿Sabes qué significa eso? ¡Oh, qué felicidad, qué dicha! Los demás podrían pensar lo que quisieran, podrían decir lo que quisieran, sin problema. Tú no te sentirías afectado, pues te sacaron la droga del "sistema". Sí, lo sé. estás aún en el mundo, pero ya no le perteneces. Ya no pueden controlarte. Y, de repente, no tienes una cama donde apoyar tu cabeza. "Los zorros tienen sus cuevas; las aves del cielo, sus nidos..." , pero tú no apoyas tu cabeza en ningún lugar. No lo necesitas, porque no te aferras más. Allí es donde comienza el amor.

### La parábola final

Antes de terminar, contaré una pequeña parábola, a la que, si tuviera que elegir entre las miles de historias que conozco, la llamaría "mi historia favorita". Ésta es la parábola. Un grupo de turistas viajan sentados en un ómnibus. Pasan por una hermosa campiña. Las cortinas de las ventanillas están cerradas. ¿Y qué creen ustedes que hacen ellos? Algunos duermen profundamente, mientras que otros están obsesionados con quién es la mujer mejor vestida del ómnibus, o quién de ellos es el que está sentado en el lugar más "respetable". Y riñen por estas cosas. Y así llega el final del viaje, y ninguno de ellos ha visto nada de la magnífica campiña. ¿En qué crees que la mayoría de la gente gasta su vida? ¡En impresionar a los otros! En asegurarse de que no son criticados y en obtener autoafirmación. Me pregunto cuántos son los seres humanos que no están obsesionados con esto durante las veinticuatro horas del día, conscientemente o inconscientemente. Muy pocos. Resultado: muy poca gente vive.

### ¿Ser oveja o león?

Y ahora viene la última historia. Había un león que creció en un rebaño de ovejas y no tenía conciencia de que era un león. Balaba como una oveja y comía pasto como una oveja. Un día en que las ovejas deambulaban por el borde de una gran selva, un león grande y poderoso soltó un rugido y salió corriendo de la espesura, dirigiéndose directamente al centro del rebaño. Todas las ovejas se desbandaron y huyeron. Cuál no sería la sorpresa del león de la selva cuando vio al otro león, allí, entre las ovejas. Entonces las corrió y las agarró. Y allí estaba el pobre león, en cogido frente al rey de la selva. Y éste le preguntó:

-¿Qué haces aquí?

Y el otro dijo:

-¡Perdón, ten piedad de mí; no me comas, ten piedad de mí!

Pero el rey de la selva lo arrastró consigo. Lo llevó a un lago y le dijo:

-¡Mira!

Entonces el león que creía ser una oveja miró y, por primera vez, vio su reflejo, vio su imagen. Luego miró al otro león, y volvió a mirar, y soltó un poderoso rugido. Nunca más volvió a ser una oveja. Le había llevado un minuto. Bien, quizás, en el transcurso de toda mi

exposición, habrás mirado y visto a través de toda esta red de mentiras, condicionamientos y programaciones a los que estamos sujetos, y habrás adquirido alguna noción acerca de quién eres. Si es así, la lectura habrá valido la pena.

*"Cuando seáis capaces de reiros de la vida en su propia cara, seréis soberanos del mundo..., exactamente igual que la persona dispuesta a morir."*

Anthony de Mello  
nació en Bombay,  
el 4 de septiembre de 1931.  
Falleció en Nueva York,  
el 2 de junio de 1987.