

# ECKHART TOLLE

CONFERENCIA EN BARCELONA



## LA NUEVA CONCIENCIA

29 de Septiembre 2007

Este material fue pasado a formato digital para facilitar la difusión, y con el propósito de que así como usted lo recibió lo pueda hacer llegar a alguien más.



LECTORES EN MOVIMIENTO  
-DIFUSIÓN SIN FRONTERAS-

### **ECKHART TOLLE:**

Está emergiendo como uno de los profesores espirituales más originales y más inspirantes de nuestro tiempo. Él viaja y enseña a través del mundo.

Eckhart no se alinea con ninguna religión o tradición particular, aunque no excluye ninguna. Sus enseñanzas profundas a la vez que simples y prácticas han ayudado a miles de personas a encontrar la paz interior y el mayor cumplimiento en sus vidas. En la base de sus enseñanzas está la transformación de la conciencia humana individual y colectiva - un despertar espiritual global.

Eckhart nació en Alemania y se educó en las universidades de Londres y Cambridge. A la edad de 29 años, una transformación espiritual profunda disolvió virtualmente su vieja identidad y cambió radicalmente el curso de su vida. Los siguientes años fueron dedicados a entender, a integrar y a profundizar esa transformación y marcaron el principio de un viaje interno intenso. Más adelante, comenzó a trabajar con los individuos y los grupos pequeños como consejero y profesor espiritual.

Eckhart Tolle es el autor de "El Poder del Ahora", un bestseller #1 del New York Times el cual ha sido ampliamente reconocido como uno de los más influyentes libros espirituales de nuestro tiempo. Se ha traducido a más de 30 idiomas.

### **LINKS:**

<http://www.eckharttolle.com>

<http://www.namastepublishing.com/tolle.asp>

[http://en.wikipedia.org/wiki/Eckhart\\_Tolle](http://en.wikipedia.org/wiki/Eckhart_Tolle)

### **DEL DIGITALIZADOR:**

Este material fue desgrabado del archivo en formato video encontrado en:

<http://www.youtube.com/user/jorzehu>

El sentido de digitalizarlo en un archivo de texto es facilitar la difusión ya que el video es mucho más incómodo para compartir.

De todas maneras, para aquellos que puedan acceder al video recomiendo mirarlo y disfrutar de la esencia de Eckhart. Toda la conferencia está en español y es muy comprensible.

Buscando en Internet vi que puede adquirirse en Gaia Ediciones: [www.alfaomega.es](http://www.alfaomega.es) ("Eckhart Tolle en Barcelona. La Nueva Conciencia. DVD de la conferencia y selección de citas") 15,00 €

**Sinopsis del DVD:** El DVD que acompaña a este libro recoge íntegramente toda la conferencia realizada en un ambiente de quietud, sencillez y complicidad con los asistentes, aunque no exento de cierto humor.

Las palabras de Eckhart Tolle transmiten un singular mensaje de esperanza; y no sólo eso: nos muestran el camino para la transformación de nuestras vidas aquí y ahora, transformación que emerge del darnos cuenta, de saber vivir, en el momento mágico del presente.

El libro que acompaña al DVD recoge algunas de las palabras de Eckhart Tolle en esta conferencia y vienen aderezadas con bellas fotografías en color, aunque sin duda es la conferencia en sí el mayor tesoro de la obra que te presentamos.

ECKHART TOLLE ha emergido como uno de los más importantes maestros espirituales de nuestro tiempo. Sus obras EL PODER DEL AHORA, PRACTICANDO EL PODER DEL AHORA, EL SILENCIO HABLA y UN NUEVO MUNDO AHORA son éxitos de ventas internacionales, y sus conferencias son recibidas con expectación por miles de personas en todo el mundo.

Visitar el store de AlfaOmega.es:

<http://www.alfaomega.es/editoriales/ficha.asp?>

[editorial=2&ID=1202&origen=multiple&buscar=tolle&ordenar=TITULO&page=1](http://www.alfaomega.es/editoriales/ficha.asp?editorial=2&ID=1202&origen=multiple&buscar=tolle&ordenar=TITULO&page=1)

Hay un hilo muy interesante describiendo la conferencia y desarrollando el tópico en:

<http://www.nosesimeexplico.com/foro/showthread.php/resumen-de-la-conferencia-de-eckhart-tolle-en-barcelona-32468.html>

En <http://my.opera.com/ralviv/blog/index.dml/tag/Eckhart%20Tolle> hay una descripción del ambiente que se vivió en el lugar:

"El sábado 29 de septiembre, ya hace unos días, Eckhart Tolle estuvo en Barcelona dando una enseñanza (charla según los organizadores) sobre la libertad del pensamiento. Tuve la oportunidad de asistir y ninguno de

los que estuvimos quedó defraudado, al menos ninguno de los que oí comentarios mientras salíamos del Centro Internacional de Convenciones de Barcelona.

Hubo gran puntualidad por parte de los asistentes, de manera que se notaba cierto aire de ansiedad por que se iniciara la charla al llegar la hora y no verle en la pequeña tarima de 3mx2m.

Una de las preguntas que corría por la sala era: "¿a tí te han dado unos auriculares para entender lo que va a decir? yo no los tengo, ¿dónde se consiguen?" Como que a mí también me asaltaba la duda, me acerqué a un miembro de la organización y le pregunté. Me dijo que se oiría en toda la sala en castellano... ¿cómo es posible? ¡Menudo lío se va a formar!

Apareció una representante de los organizadores para dar inicio a la charla. Nos informó del gran privilegio que teníamos de que estuviera aquí Eckhart en su primera visita a España, que antes de iniciar siempre hacía que se estuviera unos 2 minutos en silencio para que todos estuvieran en un estado de relajación adecuado y también que había insistido en dar la charla en castellano para estar más cerca de los asistentes. ¡¿En castellano?!

Se desveló el misterio: lo primero que explicó es que su padre emigró de Alemania en el año 1961 y se vino a vivir a Barcelona, en dónde estuvo 2 meses en una pensión. De aquí se fue a vivir a Alicante donde ya se quedó hasta que murió el año pasado. Así que Eckhart venía una vez al año a ver a su padre a Alicante y de ahí su dominio del castellano.

De la charla en sí, he aquí alguna de las ideas que expuso.

La primera es que lo que enseña es la libertad del pensamiento: se refiere a que podamos separarnos del pensamiento incesante que tenemos en la cabeza y que nos hace ser inconscientes; inconscientes porque nos dejamos llevar por él cuando somos mucho más que el pensamiento. ¿Os habéis parado a pensar en que cuando tenéis un pensamiento no sois ese pensamiento, sino que en realidad os dais cuenta de él si prestáis atención, si sois conscientes de él? Es bajo esta perspectiva que él explica cómo liberarse del pensamiento.

Otra de las ideas es la de que cuando se plantea resistencia al momento presente, a lo que ES, se genera sufrimiento. No es posible luchar contra lo que ES, lo único que se puede hacer es aceptarlo porque en caso contrario sufriremos.

También habló de que cuando hay pensamiento, cuando nos identificamos con él, entonces entramos en la dinámica del tiempo (pasado-futuro) y aparece el sufrimiento. En cambio, cuando vivimos en el presente salimos de esa dinámica y nos quedamos en la vida eterna (la vida en la que el tiempo no existe). En realidad, siempre estamos en el presente, ¿os habíais dado cuenta?

Habló de la identificación con la forma y la búsqueda de la felicidad en la forma, ya sea mental o física, como un camino sin salida, pero de todo esto y otros temas que comentó ya iré profundizando en posteriores posts.

De su forma de explicar me llamaron la atención algunas cosas: su espontaneidad para reír tras alguna de las ideas que nos transmitía, su perfecto control del tiempo que te hacía entrar en el estado de conciencia que enseña y su intercalación de bromas y situaciones chocantes que te hacían sonreír como mínimo (hubo algún momento de risa generalizada)...

∫

## **EKCHART TOLLE CONFERENCIA EN BARCELONA, 2007**



Un momento de silencio...

Bienvenidos. Esta es una ocasión muy especial para mí. Estoy hablando en español o algo que se parece al español. Y por primera vez en España.

Y solamente la segunda vez en idioma español.

España, un país donde muchísima gente está despertando a la dimensión espiritual de la vida.

Y también es una ocasión especial ya que tengo una conexión estrecha y la he tenido toda mi vida con España a través de mi padre que murió el año pasado a los noventa años de edad.

Y quisiera dedicar nuestra sesión de hoy a su memoria sin perder el momento presente.

Sin él, que vino a España desde Alemania en el año 1961, hace 46 años, ya no le gustaba Alemania y se trasladó en autobús con su segunda esposa a Barcelona, donde se hospedó en una pequeña pensión en la Rambla que se llamaba entonces, o tal vez todavía se llama, "La Rambla de Santa Mónica". Y todavía tengo una postal que me envió en aquel tiempo con una foto de Barcelona y había dos cruces diciendo "este es el barco de Colón" y "aquí nuestra pensión". Y así empezó mi conexión con España, porque mi padre se quedó en España hasta su muerte el año pasado.

Los primeros dos meses los pasó en Barcelona experimentando una especie de renacimiento, volvió a encontrar la alegría que había perdido. En noviembre, él llegó en Septiembre, a principios de Septiembre, en noviembre él vio que quitaban las mesas y las sillas de las terrazas de los cafés y decidió coger el tren y trasladarse un poco más al sur a Alicante donde, como dicen, "el sol pasa el invierno". Y en Alicante se quedó el resto de su vida y yo le visitaba cada año.

Los últimos 20 años de su vida él tenía pasaporte español y estaba muy orgulloso de su pasaporte y solía decirle a la gente "yo soy español, castizo". Y si la gente le decía "usted no es español, usted tiene acento alemán" entonces con un gesto de triunfo sacaba su pasaporte del bolsillo y decía "aquí, el pasaporte, soy español, y no solamente español, soy alicantino, borracho y fino". (Risas de la audiencia).



Estamos aquí reunidos no para escuchar una conferencia o un discurso sino para profundizar algo que ya está ocurriendo en la mayoría de ustedes que es el proceso de despertarse. Estamos aquí para profundizar este proceso.

No estamos aquí para añadir informaciones a la mente. Desde un punto de vista superficial aquí no pasa mucho, una persona sentada aquí, otras personas sentadas allí escuchando algunas palabras. Es el punto superficial pero en una dimensión más profunda esta reunión aquí es de gran importancia. El contexto en el cual esta reunión tiene lugar es la transformación de la conciencia humana. Esto es algo nuevo. En el pasado solamente sucedió a muy pocos individuos. Ahora la transformación está ocurriendo a una escala mucho más grande.

La mente no puede entender verdaderamente lo que es esa transformación de la que hablamos. Para entender qué significa la transformación de la conciencia

tenemos que por lo menos vislumbrar dentro de nosotros lo que es el principio de esa transformación.

El mundo, que es un reflejo de la mente, no entiende todavía lo que es y piensa que la transformación es nuevas ideas, nuevos conceptos, cosas nuevas interesantes. “¡Ah, qué interesante!”. Pero no tiene nada que ver con nuevas ideas. La única función que tienen las ideas o los conceptos es que apuntan hacia la transformación como una señal, una flecha, “por allí”.

En sí mismos, los conceptos tienen poco valor, igual que un mapa tiene poco valor si no lo utilizas para llegar a donde quieres llegar, el mapa es solamente eso. Y hay gente que colecciona mapas también en la vida espiritual. Y si hay algunos de ustedes que han coleccionado muchos mapas espirituales es posible que sea difícil dejar esa colección de mapas porque se ha convertido en un obstáculo. Colecciones de mapas que son conceptos mentales, utilizo esa imagen de mapa. Conceptos mentales tienen cierta utilidad hasta cierto punto, nos ayudan y después llega un punto donde los conceptos y las palabras ya no nos sirven.

Y hemos llegado a este punto y alguien tal vez está pensando en este momento: “¿entonces por qué está usted hablando?”. Lo esencial de nuestra reunión no son las palabras, lo esencial es lo que sucede dentro de cada uno de ustedes aquí.

Una pequeña recomendación antes de seguir con palabras y más señales es averiguar si cada uno de ustedes está aquí completamente. ¿Qué significa eso? Estar aquí completamente es si está aquí como totalidad no solamente con la cabeza y los pensamientos sino con la totalidad del ser que incluye el cuerpo interior, como lo llamo a veces. Estar sentados aquí y al mismo tiempo sentir que el cuerpo interior está vivo, hay vida aquí dentro. Y yo siento en el fondo que hay vida en todo el cuerpo y lo siento en el fondo y en la superficie soy conciente de las percepciones, lo que oigo y lo que veo. Entonces estoy aquí completamente y es menos probable que los pensamientos surjan y digan: “¿Qué hora es? ¿Qué voy a hacer esta noche?” O piensan en algún problema que yo tengo, no en este momento, en algún momento imaginario en el futuro. Es muy fácil perderse en un pensamiento, es tan fácil porque todo el mundo se ha perdido en pensamientos que nunca dejan de fluir. Es la incapacidad de dejar de pensar. Somos como poseídos por una entidad y eso ha tardado muchos miles de años en llegar a este punto donde la humanidad está poseída por la mente analítica, la mente que produce un pensamiento tras otro. Y la identificación con un pensamiento tras otro es la vieja conciencia cuyo reflejo vemos todavía en el mundo, especialmente cuando ponemos la tele y vemos las noticias. Es todo eso, es la locura de la vieja conciencia que ha dominado la historia de la humanidad por miles y miles de años. La completa identificación con la mente. Los humanos han perdido la conexión con la profundidad de su ser. O podemos decir que no saben que existe dentro de ellos una dimensión mucho más profunda que el fluir de los pensamientos con los que casi todos se identifican. ¿Qué significa “se identifican”? Significa que ellos son los pensamientos, no hay una conciencia que sabe que éste es un pensamiento. Cada pensamiento me capta (*NdE: me toma*) y entonces estoy en él con mi sentido del yo, un yo, el yo se une con el pensamiento, la identidad, entonces cada pensamiento y todos los pensamientos son condicionados por el pasado. Los pensamientos que tenemos en este país son diferentes de los pensamientos que la gente tiene en otra cultura, otro país, pero lo que es igual es la completa identificación con cada pensamiento. Entonces otra manera de decirlo es: yo creo en cada pensamiento que surge en mi mente, para mí entonces es la verdad. Cada juicio, cada interpretación que surge en la mente, estoy tan identificado con el movimiento de los pensamientos que para mí cada pensamiento es la absoluta verdad y creo en él.

No solamente eso sino todo el sentido de quién soy yo está vinculado a los pensamientos. Vivo con un sentido de quien soy que depende de lo que me digan mis pensamientos de quién soy, del pasado. O sea, cada uno tiene una voz en la cabeza que habla, el diálogo interior, los pensamientos. Y hay gente que tiene dos o tres o cuatro voces principales y hay mucha gente que tiene una voz que está luchando con otra voz, pero son todos pensamientos. Una voz tal vez dice “tú no sirves para nada” y la otra voz dice “yo hago lo que puedo, no puedo hacer más”, “sí pero tú nunca haces lo que debes hacer”, “sí pero yo...”. Y así mucha gente pasa su vida, su identidad depende de sus pensamientos que son el pasado, un reflejo del pasado, o sea, esa falsa identidad, ese falso sentido del yo, es condicionado por el pasado. Entonces nuestra identidad depende de nuestra historia personal. Cada persona que todavía se identifica completamente con los pensamientos toma su identidad de su historia personal, una historia, lo que yo he sufrido, los sufrimientos que otros me han infringido, o lo que yo he hecho y las cosas que he conseguido o no conseguido, mi éxito, mi fracaso, mis relaciones, algunas fracasadas también, la historia del yo. Hemos reducido nuestra identidad a eso, una pequeña historia. Y ese yo falso mental lo podríamos llamar “el ego”, vive en un estado casi permanente de insatisfacción. Siempre o casi siempre falta algo en mi vida, a veces pienso que sé qué es lo que falta y en otros momentos solamente tengo un oscuro sentimiento de que algo no está bien. Esto es la manera normal de vivir, ese sentido de “algo falta, soy incompleto, mi historia todavía no se ha cumplido, no ha llegado a su final feliz, mi historia no me satisface, no me llena”. “Este yo es un yo que nunca está contento por mucho tiempo y está mirando dónde puedo conseguir lo que me falta para ser completamente yo”. Entonces viene la otra parte del falso yo que es su absoluta necesidad del futuro para completarse, llenarse, y es un patrón mental muy profundo, un condicionamiento muy profundo, la incapacidad de vivir plenamente en el único sitio donde existe la vida que es el momento presente y buscar la vida en el momento próximo. Y todos los que están todavía completamente identificados con la mente viven inconcientemente de ese modo, buscan su salvación, podemos ponerlo así, buscan su salvación en el momento próximo o el de después de este, dentro de dos o tres momentos, en el futuro. Cuando haya alcanzado esto y aquello, cuando haya encontrado una persona que me va a llenar, que me va a hacer feliz, o haya encontrado otra situación de vida, entonces yo podré ser feliz,

haya ganado la lotería, 10 millones en el banco: “ah, entonces podré ser feliz”. Y yo he leído dos o tres libros que han escrito sobre gente que ha ganado grandes cantidades en loterías y el 90 por cien de los casos, sus vidas han empeorado, han sido más infelices con sus ganancias que antes. El mismo patrón mental todavía estaba operando pero la infelicidad ciertamente se hacía un poco más grande.

Primero puedo ser infeliz en mi pequeño cochecito y después puede ser infeliz en el Roll Royce, o infeliz en un pequeño piso o infeliz en una casa muy grande con muchos sillones muy confortables. Eso no depende del contenido, depende de la estructura de la mente. Esa búsqueda en el futuro para completarme. No digo que no podemos hacer cosas para el futuro, casi todo lo que hacemos requiere tiempo. Cada cosa que hacemos necesitamos tiempo para completar, las cosas en este mundo práctico. Lo único para lo que el futuro no sirve es para encontrarnos a nosotros mismos, completarnos. Encontrar, como Jesús lo dice, la vida - estoy traduciendo del inglés de la Biblia y hay varias traducciones aquí - Jesús dice: “Yo quiero que tengáis una abundancia de vida”. Es una traducción. Otra traducción dice: “Yo quiero que tengáis una vida llena”. ¿Y de qué está hablando Jesús si dice ‘quiero que tengáis vida’? O a veces lo llama ‘vida eterna’.

Todo el mundo interpreta pensando que es ‘tiempo que no termina nunca’. En realidad no significa eso sino ‘no tiempo’. Vida que no depende, que no está sujeta al tiempo, o sea que Jesús cuando habla de abundancia o de lo lleno de la vida no está hablando de cosas, porque la conciencia del ego falso busca la plenitud de vida en objetos, no en otra cosa. Entonces ¿dónde está el próximo objeto que me va a llenar? Y objetos para algunos son objetos materiales y para otros objetos son objetos mentales. ¿Dónde está la explicación del universo? ¿Dónde está la teoría nueva que me va a satisfacer? ¿Dónde está la creencia nueva con la que me puedo identificar? O sea que también hay objetos mentales, buscamos en objetos a nosotros mismos. Y si Jesús se refería a objetos entonces el reino de los cielos ya ha llegado y está al otro lado de esta calle en el centro comercial donde hay gran abundancia de objetos. Pero no se refirió a eso sino a algo que no tiene nada que ver con añadir cosas. Ni cosas materiales ni cosas mentales ni cosas emocionales. Hay gente que busca una emoción fuerte, entonces en poco tiempo sienten que viven más intensamente. O tienen que ir a una película, entonces una emoción de segunda mano. Por un momento me siento más vivo y después llego a casa y regresa ese sentimiento de que falta algo otra vez. Y entonces busco una relación sexual estimulante y me siento más vivo y después siempre llega a un final y vuelve este sentimiento subyacente que es, dicen, no llegado, no hay dónde está.

No digo que no debemos comprar cosas o tener cosas bonitas, o tener emociones, o tener relaciones, todo eso tiene su lugar en este mundo pero si buscamos satisfacción, buscamos esperemos encontramos a nosotros mismos a través de objetos físicos o mentales o emocionales son formas, por eso los llamo ‘objetos’, algo que tiene una forma. El ego dice “no soy suficiente todavía, necesito identificarme con más formas”. Algunos buscan su esposo o esposa de ese modo. Cuál es la que me completa más. Entonces el hombre rico escoge una que tiene aspecto bello y todo el mundo entonces lo admira porque él tiene esa mujer tan bella. Otra identificación o al revés, o sea este mundo de objetos tiene su lugar pero nunca nos encontraremos a nosotros mismos allí. Es la conciencia de los objetos y todos los que están identificados con la mente y con los pensamientos están atrapados en la conciencia de los objetos porque cada pensamiento es un objeto de la mente que surge y después desvanece, otro surge y desvanece. Y cada uno me capta, es la conciencia de los objetos y para el mundo de la vieja conciencia no existe otra cosa, se ven a sí mismos como objetos mentales y eso está descrito en el antiguo mito griego de Narciso que vio, era un joven dice el mito, que vio por primera vez su imagen en un charco de agua. Vio su imagen en el agua y el mito dice, se enamoró de su imagen y después algo le fue mal. No me acuerdo exactamente lo que le pasó... (Risas de la audiencia). Pero no fue bueno. Algo malo le pasó después. Y este mito indica lo que nos ha pasado a todos, esa imagen, hemos creado inconscientemente un objeto mental y decimos “soy yo”, “este soy yo”. Y tenemos una relación con nosotros mismos, una cosa extrañísima. Tengo una relación conmigo mismo. Narciso, el mito dice que él se enamoró de sí mismo, pero creo que una explicación más apropiada sería que fue el principio de una obsesión con sí mismo.

El ego significa que he creado un objeto y dice “este soy yo”. El objeto consiste de pensamientos, yo y mi vida, yo y mi historia. Y las emociones que acompañan estos pensamientos del yo, el yo mental, un objeto mental, hemos creado, y pensamos que eso es todo lo que somos. Hemos perdido el contacto con la dimensión profunda del ser, de lo que somos, la dimensión en la cual el tiempo no tiene existencia. Y los buscadores espirituales, desgraciadamente la mayoría de ellos, tienen en su mente el mismo patrón que dice “tú vas a conseguir la iluminación en algún momento próximo, en algún futuro”. ¿Y qué es el futuro? Nosotros... nosotros no, pero el mundo (Risas...), la antigua conciencia, la vieja conciencia está tratando de terminar un trabajo y se está proyectando hacia el final del trabajo mentalmente, quiere llegar allí pero está haciendo el trabajo aquí, mientras está haciendo el trabajo aquí se está proyectando al futuro donde quiere llegar. Por eso aquí es el principio del estrés, todo el mundo está sufriendo de eso, es una civilización que padece esta enfermedad mental, palabra inglesa que se ha convertido en palabra española también. Porque ha venido tan de repente que no ha habido tiempo de crear una palabra española. Y vivir en un estado de estrés es una enfermedad mental. No sabemos que es una enfermedad mental porque todo el mundo sufre de la misma enfermedad, entonces no sabemos que es una enfermedad. Es la enfermedad de nuestra civilización.

El yo ha hecho el momento próximo más importante porque está esperando inconscientemente encontrarse a sí mismo a través de algo que va a encontrar en el momento próximo. Incluso la persona que está trabajando aquí y mentalmente proyectándose allá está haciendo lo mismo. Está buscando su salvación en el momento

próximo y dice “este momento no es bueno, lo estoy utilizando solamente como un paso hacia algo que es más importante”. Entonces estoy siempre en camino hacia lo que sea. Y este estar en camino hacia es la enfermedad.



No estoy negando que necesitamos tiempo para completar tareas y cosas. Claro, en el mundo práctico no es ningún problema. Lo que no podemos es encontrar lo único que tiene verdadero valor en este mundo, lo único que tiene un valor absoluto y esta única cosa no la podemos encontrar a través del tiempo o través del futuro porque se esconde precisamente donde el yo mental nunca lo buscaría. Aquí y ahora en este momento se está escondiendo lo más importante y la mente tal vez dice: “entonces díganos lo que es”. Y con esto qué ha hecho la mente cuando dice “estamos esperando, díganos lo que es, no tenemos mucho tiempo ¿cuál es la respuesta, el secreto de la vida?” entonces la mente está pidiendo otro objeto mental, porque está diciendo “dame ese objeto”.

Y quiero citar otra vez a Jesús, Jesús dijo “el reino de los cielos”, que es una vieja manera de hablar, ‘reino’, hoy en día habría dicho ‘dimensión’, la dimensión del cielo, otra palabra extraña es cielo, porque si decimos cielo miramos en esa dirección (señalando hacia arriba) porque el cielo está ahí y tradicionalmente muchos han mirado ahí buscando a Dios en el cielo. Y Jesús dice: “la dimensión espiritual no va a llegar con señales que tú puedas observar, no podrás decir ‘allí está, o aquí está’ sino está en medio y dentro de vosotros. O sea que ha dicho que no es un objeto mental, no es algo que podemos decir aquí está. La conciencia de los objetos nunca puede encontrarlo pero siempre intentará convertirlo en un objeto y ese es desgraciadamente el gran error de las religiones. Al principio de las religiones hay una verdad, la verdad fundamental, después viene la mente humana y convierte esa verdad en un objeto mental, lo capta, los objetos quieren captar una idea y entonces la verdad profunda que apunta hacia la dimensión de la que somos, más allá del mundo de los objetos, más allá de los pensamientos, más allá de las emociones, apunta hacia esa dirección. Y la mente humana no lo entiende y lo convierte en una ideología, una serie de creencias y dice: “yo creo esto, y esto, y esto, y esto. ¿Y tú?”. Entonces si tú dices: “yo también creo exactamente lo mismo: esto y esto, y esto, y esto”. “Bien, entonces tú tienes razón, tenemos razón y hemos encontrado la verdad”. Y otro dice: “Yo creo estoy, esto, y esto, y esto también, pero no creo esto”. ¡Oh! el enemigo.

Estas han sido expresiones, manifestaciones de la vieja conciencia humana, y entonces conviertes a otro humano en un enemigo porque no cree una cosa que tú crees, solamente cinco cosas que tú crees, pero una no... mátales!

Una enfermedad mental colectiva y lo mismo en política, en las ideologías políticas. O sea, el Reino de Dios, o el Reino de los cielos se ha convertido en un objeto, en una creencia, ¿pero qué es el reino, esa dimensión? La mente pregunta pero no voy a explicar a la mente lo que es. Vamos a encontrar eso por otro camino.

Hasta ahora he hablado de las cosas que podríamos llamar ‘obstáculos’ o ‘ilusiones’. Es importante que veamos las ilusiones de nuestra vida, si no, nos perdemos otra vez, otra y otra vez en las ilusiones, si no las reconocemos.

Se podría decir que hasta este punto hemos hablado de las malas noticias de la mente humana. Esto es importante, tenemos que reconocer lo ilusorio de la mente como ilusorio. Tenemos que reconocer estas cosas y este es el principio a partir del cual podremos ir más allá.

Si la ilusión es la identificación con objetos físicos emocionales y mentales, y todo eso, la conciencia de los objetos ¿Cómo vamos más allá a otra dimensión que no tiene nada que ver con objetos y formas? Y la respuesta es: el punto de entrada, como ya hemos mencionado brevemente, está aquí, el punto de entrada está en el momento presente y la mente no sabe exactamente de lo que estamos hablando, porque hay un



aspecto superficial de lo que llamamos 'momento presente', y esto es lo único que la mente conoce. Luego hay una dimensión más profunda de lo que llamamos momento presente de la cual la mente no sabe nada y no puede nunca saber nada.

Empezamos entonces, nos aproximamos a lo profundo del momento presente. En primer lugar tomando conciencia de la forma del momento presente. La mente piensa que hay muchos momentos en cada día. Cada hora hay muchos momentos. Pero si ves más claramente ves que no hay muchos momentos porque mi vida es siempre ahora, siempre es momento. Nunca mi vida no ha sido ahora, nunca será 'no ahora'. Vida y este momento son una misma cosa. Lo que pasa es que la forma del momento, el único momento que hay cambia constantemente. Lo único que queda es algo que no tiene forma. Y ese algo no es algo, es solamente algo cuando hablamos de eso. No tiene forma y no es un objeto.

Volvemos un momento a la superficie de este momento. ¿Qué es este momento? Estamos aquí ¿Cuál es el contenido de este momento? Esta sala, la luz, una persona sentada aquí, personas sentadas en sillas aquí, yo siento el peso de mi cuerpo en la silla. Yo veo (hablo por todos) lo que nos rodea, el techo, el suelo, la voz de esa persona que habla. Siento que estoy respirando, siento lo que mis manos tocan, siento eso. Tal vez hay un pensamiento que pasa por la mente. Todo eso es el contenido de este momento. Tal vez hay una emoción, tal vez algún sentimiento también en ese momento. Tal vez hay un pensamiento que dice: "¿De qué diablos está hablando? No entiendo nada". Bien, desde aquí no hace falta analizar y ni siquiera hace falta entender. En efecto no se puede ir más allá de ese punto con el entendimiento o con el pensamiento.

Hablamos del contenido de este momento, interior, exterior, es lo que es. Y esto cambia. Dentro de 2 horas puede haber cambiado, el contenido del momento presente habrá cambiado para cada persona. Otras cosas van a representar el contenido de este momento, el contenido, todo es muy transitorio, todas las formas que aparecen en el ahora son transitorias, una forma tras otra. Esta sala aparece y desaparece en el espacio que es este momento. Después otra cosa - digo 'después' solamente desde un punto de vista de las cosas - aparecen otros objetos. Un constante cambio, lo único que queda, mi vida es siempre ahora. Hay algo en lo cual aparecen las formas de este momento. Podemos vislumbrar lo que es esto si dejamos, si hay un espacio entre nuestros pensamientos. Y mi sugerencia es utilizar esta posibilidad en este momento para permitir que haya un espacio entre los pensamientos en este momento. Estoy diciendo que no hace falta pensar en este momento ¿Para qué? Yo no pienso, las palabras surgen del espacio, tienen forma y se disuelven. Queda el espacio. Queda el silencio interior. Queda un estado de alerta sin contenido. Un estado muy simple en el cual la conciencia está alerta sin llenarse con objetos. Si cada palabra que surge de ese espacio, si cada palabra es un objeto pero hay espacios entre las palabras. Y yo soy conciente de ese espacio. Soy conciente del espacio entre dos pensamientos. No estoy durmiendo, estoy muy despierto sin nombrar o interpretar este momento.

Las formas que representan lo exterior del momento están aquí. Yo soy el espacio más allá de las formas. El espacio no puede ser conocido como algo. Algo es forma. Y ese espacio, que no puede ser conocido como forma, es el Yo Soy profundo. Nada que ver con pasado o futuro. El Yo informe, sin forma. Lo podríamos llamar 'la conciencia misma'. Esto es la realización del yo profundo eterno. Esta es la conciencia del espacio. Todo lo demás es conciencia de objetos. El mundo está perdido, extraviado, en la conciencia de objetos, por eso es un mundo infeliz. Por eso es un mundo de sufrimiento, y nunca puedes escapar de este mundo de sufrimiento si no encuentras esa dimensión que no tiene nada que ver con los objetos mentales, simplemente espacio interior. Una quietud que no solamente está aquí cuando estamos quietos, puede existir, podemos ser aquí cuando estamos quietos, puede existir, podemos ser concientes de esa dimensión incluso haciendo cosas. Lo importante es realizar (*NdE: darse cuenta*) de que no hace falta continuamente nombrar las cosas que suceden en el mundo de los objetos. Interpretar inmediatamente cada persona que encuentras, cada situación, la cosa más pequeña, poner etiquetas a todo lo que pasa mentalmente. Entonces pierdes conciencia del espacio. La práctica es las cosas que aparecen en el momento presente, las formas exteriores, interiores, lo importante es no resistir las formas que aparecen en el momento. No vivir en un estado de resistencia interior, o negación de la forma del momento presente. Tenemos que permitir y eso se llamaría la 'alineación con el momento presente interior', la más esencial práctica espiritual. Creo que la palabra exacta es 'Alineación interior con la forma del momento presente'. Al ego no le gusta esto, porque el falso yo, como hemos visto, vive en continua oposición contra el momento presente, o lo niega, está mirando hacia otro momento que no es más que un pensamiento, el futuro no es más que un objeto en la mente. Si el futuro fuera más que un objeto en la mente alguna persona, un explorador como Colón, habría encontrado el futuro, pero hasta ahora no ha habido nadie que pueda decir 'he encontrado el futuro', porque si encuentras el futuro se ha convertido en el presente, es porque no existe, excepto en la mente como un pensamiento. Es útil para las cosas prácticas, más allá no tiene ningún sentido. Si hablamos de las cosas importantes de quién somos, de quién otra persona es, todo eso no tiene ningún sentido, vivir en el futuro o en el pasado, porque es pensamiento nada más. El pasado no existe, mi memoria del pasado es algo que surge como forma en este momento, y cuando pasó lo que pasó en el pasado fue el momento presente. El momento presente tiene forma en la superficie y no tiene forma en su esencia. Es el espacio. Y lo que acabo de decir del momento presente también es verdad para cada humano, forma y lo que es más allá de la forma del yo. La forma del yo es la persona temporal. El fin de la personas se encuentra, recomiendo a todos visitar de vez en cuando los cementerios, como meditación para ver el final de la forma de la persona con todos sus deseos y sus temores y sus dramas y sus ambiciones. Recomiendo visitar un cementerio una vez al mes. Si tú contemplas lo transitorio de las formas sin interpretarlo también es un modo de encontrar dentro de ti lo que no tiene forma, lo que no es un objeto. La simple contemplación de la



temporalidad de todas formas, la temporalidad de las formas, puede ser, puede hacerse un portal a través del cual encontramos lo que es más allá de la forma.

Entonces la práctica es encontrar una nueva relación con la vida que es siempre el momento presente. Y esa nueva relación con la vida es muy diferente de la relación que el falso yo, el ego, tiene con la vida. El falso yo, o el ego, ha convertido el momento presente en un obstáculo o enemigo. Se queja, trata de llegar a otro punto siempre. Porque para el falso yo el momento presente nunca es suficiente. Dice: "no me gusta este momento", ningún momento le gusta. Y si hay a veces un momento que le gusta entonces este momento pasará rápidamente. Entonces se queda en el mismo estado que antes.

El falso yo se sostiene con este profundo 'no' contra la vida, es inconciente, claro. Estamos haciendo lo inconciente conciente para poder ir más allá.

El 'no' contra la vida, así es como el ego opone el presente momento de un modo u otro y así se nutre, es la oposición que el falso yo necesita, las quejas mentales son solamente un aspecto de eso. Y hay muchos egos que están en un estado casi constante de quejas mentales. A veces solamente los piensan y a veces salen de la boca. Se quejan de personas, se quejan situaciones, se quejan del tiempo, se quejan del país, se quejan de todo. Si fueron de vacaciones inmediatamente encuentran algo de qué quejarse.

Esto no es bueno, es una de las formas a través de las que el ego se sostiene. Se siente más fuerte en esa oposición contra lo que es, oposición contra lo que es. Ya se ve que es algo demente, es una demencia con oposición contra eso. Ya es. Opone lo que es, o sea que el estado normal, que significa 'loco', el estado normal es esa oposición contra la vida del falso yo. Cuando lo ponemos así vemos lo loco que es, oposición contra la vida, "yo contra la vida", dice el ego, así se percibe a sí mismo "yo contra el universo". Aquí estoy yo y aquí el resto del mundo. Y el resto del mundo me amenaza.

Pero también lo necesito, o sea que estoy en conflicto. Necesito las cosas del mundo pero al mismo tiempo es una amenaza. Y así vive el ego. "Quiero más de eso pero estoy contra eso". Demencia mental normal que ha producido la historia humana.



Recomiendo leer un libro de historia del siglo 20, es suficiente para cada persona para ver que la mente colectiva humana padece de una enfermedad grave mental. Convertimos este 'no' inconciente a un sí conciente, y aceptamos la forma de este momento como es. Abandonamos la resistencia porque hemos reconocido que la resistencia contra la vida es demencia, y ¿dónde está la vida? Aquí, siempre ahora, aquí. Una nueva relación con el ahora, una nueva relación. Una relación abierta y amistosa con la forma de este momento, sea lo que sea. Esta es la práctica espiritual más eficaz que hay y la más simple: continuo alineamiento con la forma del momento presente. Si es así acepta lo que es, y si acción es necesaria, se puede actuar, la base de la acción eficaz es estar alineado con la vida. Entonces cada acción es mucho más eficaz que

la acción que viene de la negatividad que va con el no. Esto es demasiado simple casi para la mente que quiere una práctica espiritual más complicada: "Dame la práctica espiritual más complicada, la más especial y dime cuánto tiempo va a durar, cuántos años necesito para llegar". "Ok, te doy esa práctica, está aquí, contiene 50 pasos, cada paso es medio año y llegarás dentro de 25 años a la meta", "¡Ahh, qué bien, gracias! Ahora los próximos 25 años puedo practicar cómo llegar al futuro". Esto le gusta al falso yo, le da algo de comer, le da tiempo, porque el yo dice "dame tiempo para llegar", y aquí esta práctica no requiere tiempo. Aceptar este momento como si lo hubieses elegido. Esta práctica no requiere tiempo. No requiero un día, un año o dos minutos para esta práctica, solamente este momento, aceptar cada momento - lo llamamos 'cada momento' pero es siempre el mismo momento que tiene formas diferentes - aceptar cada momento como si lo hubiésemos elegido. Porque la totalidad del universo ha producido la forma de este momento, no puede ser otra cosa porque es, no se puede discutir con es, es una locura discutir con es, lo que es ya es, no hay posible discusión, cada discusión es demencia. La naturaleza no tiene discusión con es, el árbol, la flor, el animal, vive todavía en esa alineación pero inconciente. Nosotros hemos perdido la alineación con la vida y ahora la estamos encontrando otra vez y ahora es mucho más profunda que antes, cuando era nuestro estado normal en el llamado 'paraíso' de la mitología.

¿Y si aceptamos la forma y la práctica es cada momento solamente? Solamente este momento. Aceptamos la forma entonces interiormente se abre el espacio. Nosotros entonces somos espacio para lo que sucede, somos espacio para cada situación, somos el espacio para cada sufrimiento y muy de repente vemos que si nosotros llevamos esa dimensión a este mundo esa dimensión del espacio que no juzga, que permite la forma del momento sea como es, si no juzgamos lo que es, entonces esta ausencia de juicio es también la ausencia de pensamientos que imponemos sobre el mundo. La ausencia de este involuntario nombrar las cosas continuamente. Se abre si yo digo sí al momento presente y lo siento este sí, no es solamente algo mental, me abro a la vida, y entonces siento en el fondo lo que no tiene forma, el yo atemporal, el yo que no tiene nada que ver con mi historia personal. Lo siento como una presencia, un espacio en el fondo, en este momento,

palabras, percepciones visuales. En el fondo siento mi propia presencia, no es mi propia pero por un momento lo llamamos así. Mi propia presencia pero va mucho más allá del pequeño yo, a través de esa presencia que es simplemente un estado de alerta, es precioso, es simplemente eso. Lo que el maestro Zen, que solía cuando la gente le preguntaba "explíqueme por favor el significado del Zen" el maestro solamente alzó el dedo y no dijo nada: espacio, alerta, espacio. Esto es zen y la gente pasa 30 años en monasterios y no lo coge, es tan simple. Ellos buscan un objeto, algo muy revolucionario está pasando, un cambio de ser dominados por el pensamiento a un estado donde el pensamiento se hace secundario, ya no es lo más importante en mi vida, es solamente una cosa práctica. El pensamiento disminuye en importancia y algo está surgiendo que sustituye el pensamiento que es conciencia no condicionada, la conciencia que nada que ver con el tiempo, inteligencia misma. Cada ser humano que es creador, artista, incluso científico saben que cada creación surge, si es una creación verdadera, surge del espacio cuando los pensamientos están callados. Todo el amor que el ego no entiende porque el ego dice "yo te amo y si me abandonas te odio", esto no es, el amor verdadero, el amor verdadero solamente entra en tu vida a través de este espacio interior, no a través de los pensamientos y no es una emoción, es mucho más profundo que una emoción.

El cambio revolucionario es que el pensamiento ya no tiene esa importancia en tu vida que tenía antes, el pensamiento ya no sirve para decirte quién eres. Qué liberación, porque estar atrapados en una pequeña historia que te cuentas en la cabeza o cuentas a otras personas, un pasatiempo favorito del ego: "le cuento mi historia, escuche, he sufrido mucho, la vida me ha tratado muy mal", por ejemplo. O puede ser una historia de grandes éxitos, espera algunos años y cambiará. (Risas de la audiencia). "Mis éxitos", ¿has visitado el cementerio últimamente?

En todos nosotros esta nueva dimensión está surgiendo y reemplazando el continuo pensar, reemplazando esto. Y esto nos damos cuenta si vamos por la calle o estamos haciendo esto y lo otro en casa y hay espacios en los cuales no pensamos, estamos despiertos sin interpretar este momento. Es como es y somos el espacio para la acción, somos el espacio para la percepción.

Lo único que enseño es en esencia la libertad del pensamiento. No tengo que ofrecer otra cosa, porque esto es la nueva conciencia, ¿la podemos seguir utilizando la mente? muy eficazmente sí, cuando necesitamos. Pero esa enseñanza es: tú tienes la capacidad de ir más allá del pensamiento. Y desde el punto de vista del pensamiento tú entras en un territorio peligroso porque el pensamiento dice "tú ya no sabrás lo que está pasando si dejas de interpretar cada persona, si dejas de interpretar cada cosa que pasa ya no sabrás lo que está pasando". Y es verdad este punto de vista del yo falso, los conceptos ya no son importantes, los utilizas cuando es necesario, pero hay un saber mucho más profundo que el saber a través de conceptos mentales, un saber que está en el estado sin pensamientos, de quietud, de alerta. Esta es la inteligencia no condicionada, el estado de alerta más allá de los pensamientos que no se pueden nunca captar, dicen: "ah, aquí está", porque es la esencia para todo, no puede nunca hacerse un objeto. En este sentido puede decirse: "yo nunca puedo conocerme a mí mismo". Puedo ser yo mismo en una unión profunda con el ser que es más grande que yo, que es el ser universal, a veces llamado "Dios". Yo puedo ser, realizarme como parte de eso, pero en este estado no puedo decir "yo soy esto, soy aquello", ya no puedo decir quién soy porque no tengo ningún pensamiento que me dice quién soy.

Definiciones de quién soy no me interesan porque para qué definir lo infinito que es la esencia.

La definición de sí mismo a través de pensamientos es una enfermedad terrible, continuamente me estoy diciendo quién soy. Todo es muy limitado, definiciones, "tú eres esto, tú eres aquello y has fracasado aquí y has fracasado allí", definiciones, lo hacemos con otras personas, imponemos definiciones y reducimos las personas a algunos conceptos mentales con los juicios. De esto habla Jesús cuando dice "no juzgar, porque si juzgáis a otros te juzgas a ti mismo", si pones a otras personas en prisión mental, tú mismo has entrado en la prisión mental. Sin definiciones, ¡qué libertad! Ver el mundo como un niño pero con un saber que el niño no tiene todavía. Mira a los ojos de un niño de un año, que allí no hay todavía definiciones, por eso mucha gente de repente se siente más viva cuando ven los ojos de un bebé de un año y los ojos son libres de definiciones y pensamientos y está simplemente una luz.

Y cada persona sabe inconscientemente que ese niño no me está juzgando, por eso encuentro esa libertad cuando encuentro algo, una forma de ser que no me juzga. Empiezo a encontrar una dimensión dentro de mí mismo si alguien no impone definiciones. Esto es la bendición que vives si tú practicas, la bendición que llevas a cada persona que encuentras y no le impones definiciones, juicios, la liberación. Por eso los gatos, los perros, lo mismo, no te juzgan, pues hay gente que lo único que tienen para sentir un poco una relación con el ser es con su animal, con los humanos hay tanta cosa mental en medio que no lo sienten ya, solamente con los animales sienten todavía esa conexión profunda. Por eso los animales se han hecho tan importantes en ese mundo, son la salvación, lo único que les queda, el contacto con el ser. "Ahí el perro no me juzga".

He visto una pequeña cosa detrás de un coche, decía: "Dios, por favor, conviérteme en la persona que mi perro piensa que soy". Es maravilloso tener ese contacto con animales, pero tenemos que ir más allá, no solamente cuando estemos en contacto con los animales o los bebés. Estar dentro de nosotros.

La práctica es la práctica del momento, nada más. Las formas son recibidas con un 'sí', así es. Entonces tú eres el espacio para todo, todas las formas. Esto es la liberación de las cosas, liberación de los pensamientos que también son cosas, la liberación del mundo. Y entonces la vida se hace equilibrada y vives en 2 dimensiones al mismo tiempo, una, la dimensión del mundo, pensamientos que de vez en cuando todavía vienen, algunos son útiles, otros llegan y no tienen importancia ya, los pensamientos no te hacen sufrir si hay la

otra dimensión. Porque el más grande de los sufrimientos no viene de las situaciones, viene de tus pensamientos acerca de las situaciones. Es como que los pensamientos juzgan la situación y esto produce el sufrimiento. Los pensamientos, entonces, ya no tienen este poder de hacerte infeliz. Están allí, algunos pasan por la mente como nubes por el cielo, bien. Esta dimensión de las formas queda y tú haces lo que puedes en la vida cotidiana y siempre en el fondo, si el presente momento no es resistido, en el fondo hay un espacio de alerta. Y tú sientes en el fondo del ser este espacio que es la esencia del ser. Y esto, cada situación, tiene las 2 dimensiones. Tú actúas, a veces hay que hacer cosas en este mundo, respondes, pero siempre el fondo, entonces significa una paz en todo lo que haces y dices, y esta paz no es de este mundo, no es de este mundo porque este mundo es forma y esta paz es lo que no tiene forma. Y el propósito de tu vida en la superficie, cada uno tiene su propio propósito, hacer otras cosas en el mundo de la forma, en lo profundo, el propósito de cada vida humana es el mismo, y este es vivir en las 2 dimensiones y ser como una puerta para la dimensión informe que entonces fluye, entra en el mundo de las formas y convierte el mundo de las formas en algo que ya no es hostil, es algo, el mundo se hace 'bondadoso', el mundo ya no es amenazador u hostil. Solamente si tú luchas contra el es de este momento, entonces tú experimentas el mundo como algo hostil, como la mayoría de la humanidad, experimenta el mundo como hostil. Y esto cambia porque el mundo es un reflejo de tu estado de conciencia, nada más. Si el estado de conciencia cambia, entonces tu encuentro con el mundo es la cara que tú muestras al mundo es amistosa, por decirlo así, y el mundo refleja esto. Si tú no enfrentas al mundo con hostilidad - el mundo siempre se reduce a la forma de este momento, es el único sitio en donde puedes experimentar al mundo - si tú no enfrentas este mundo con hostilidad el mundo tampoco va a reflejar hostilidad, no puede. Es la transformación del mundo a través de la transformación de la conciencia humana. O sea, no hace falta que empecemos a pensar cómo puedo transformar el mundo. Imposible. Podemos formar comités y hablar 100 años de cómo transformar... "hay tantas cosas que no van bien, ¿dónde empezar?".

La buena noticia es que no hace falta. Lo más esencial es la nueva conciencia. Entonces la Nueva Conciencia transforma el mundo a través de ti, esa forma temporal, transitoria. Entonces tú encontrarás acciones, transformas el mundo invisiblemente y también a través de palabras que surgen de repente vienen a tu boca y también acciones que tú tomas en ciertas situaciones en el mundo, que son acciones que vienen desde lo profundo del ser y llevan esa energía de paz. No son acciones cargadas con negatividad, porque no puedes cambiar el mundo y hacer un mundo mejor si tus acciones llevan una carga de negatividad, es una acción que produce más karma, más sufrimiento. El nuevo mundo es el reflejo de este cambio interior. Este es nuestro destino más allá de los pequeños destinos personales que tenemos, cada uno el suyo, las cosas que haces, dónde vives. Más allá de las cosas personales cada humano tiene el mismo propósito y es esta dimensión, reconectar con esta dimensión perdida hace mucho, mucho tiempo, reconectar con esto que no tiene forma que es el espacio mismo de la conciencia. Dejar de pensar constantemente y todo lo demás sucede por sí mismo, a través de la forma. Esto es todo lo que necesitamos.

Gracias.

(Aplausos)



FIN

\* \* \*

**Este material fue digitalizado para distribución libre y gratuita a través de la red  
23 de Marzo 2008 – 18:21**