

SATSANG CON MOOJI

LA CASA DEL TIBET. BARCELONA

29-31 mayo 2009

PREFACIO

Este documento es la transcripción del Satsang ofrecido por Mooji en La Casa del Tibet, Barcelona, durante los días 29, 30 y de mayo de 2009.

Su propósito es ofrecer un formato que, en ocasiones, es de más fácil utilización que los archivos de audio o video.

Es precisamente de los archivos de audio de donde se ha transcrito. La transcripción ha procurado ser lo más fiel posible a la grabación. No obstante siempre son necesarias adaptaciones en las cuales algunas expresiones se omiten y otras se reordenan intentando salvaguardar el sentido original y respetando, por supuesto, las propias palabras de Mooji.

Para las intervenciones de las personas que preguntan y comparten sus impresiones con Mooji se ha elegido el término neutro “interlocutor”. Estas alocuciones sí que se han sintetizado al máximo para salvaguardar los detalles personales. En otras ocasiones en donde ha surgido un diálogo indagador sí que se ha transcrito literalmente por su riqueza pedagógica. Estas intervenciones van en cursiva y entre paréntesis.

Con el deseo que su lectura favorezca el reconocimiento del propio Ser.

J.M.

SUMARIO

Prefacio	2
Sumario	3
29 de mayo de 2009	4
30 de mayo de 2009. Primera sesión	15
30 de mayo de 2009. Segunda sesión	25
31 de mayo de 2009. Primera sesión	36
31 de mayo de 2009. Segunda sesión	51

SATSANG CON MOOJI

29 de mayo de 2009

Mooji: Om. Namasté. Bienvenidos al Satsang.

¿Por qué estamos aquí? Algunos vienen por primera vez, otros ya han asistido a varios Satsang. Se dice que en el Satsang se puede encontrar la completa libertad.

¿Qué quiere decir la palabra libertad en este contexto? Es la libertad de la hipnosis de nuestro condicionamiento, estar liberado de este condicionamiento. La libertad de ser quien eres de manera natural. Este estado de libertad del condicionamiento existe detrás y más allá de nuestra mente condicionada. Es nuestro Ser original.

Nosotros somos todo esto. Pero no podemos escoger serlo o no. Y parece ser que la mayoría de los seres humanos no son conscientes de esto.

Estamos aquí para descubrir esto. No para crearlo. No para imaginarlo. Sino para reconocerlo más allá de la duda. No hay que estar esperando nada porque si no la mente se imagina todo tipo de ideas. Cualquier cosa que la mente se pueda imaginar sobre qué es este estado puro del Ser no será la verdad. Os animo a ser abiertos sin proyectar ni imaginar. Simplemente abiertos al descubrimiento.

A lo que estoy señalado cuando me refiero a la libertad es la más natural, simple, pura. Ese estado que es sin esfuerzo. En el Satsang no se enseña algo nuevo sólo se señala Eso que ya es. No vamos a inventar nada nuevo.

La mayor parte del tiempo no somos quien pensamos ser. Lo que hemos aprendido sobre nosotros mismos a través del condicionamiento, educación, tradición, religión, periodismo, propaganda, anuncios, es decir, todo tipo de ideas parecen influenciarnos y construyen un sentido de ser que no es puro. Ninguna construcción es pura. No vamos, por lo tanto, a añadir más ideas. Si no a señalar un descubrimiento muy simple que es más allá de la necesidad. Es el único espacio dentro de ti que es inmutable, eterno, indestructible. Esto es lo único que podemos nombrar como natural. Aquello que existe por sí mismo sin necesidad de asociación. Aquello que es sin esfuerzo. Únicamente Esto es inocencia. Espero que podamos descubrir Esto.

(Un interlocutor expone las dificultades que tiene para expresar sus dudas).

Mooji: Vamos a ponerlo de esta manera. Tu casa está en llamas y tienes que salir de esta casa rápidamente. Y el bombero dice: “¿Cuál es su pregunta?”

Tú eres consciente de que algo quiere salir aunque no sabes qué es. De la misma manera eres consciente de todo. Eres consciente del mundo, de tu pasado, de todo. Sin ti no se podría mencionar nada. Tú eres el testigo de todo. Entonces tú que dices que algo quiere salir, ¿qué es consciente de que algo quiere salir? ¿Tú qué eres?

En realidad no hay ninguna dificultad. Es solamente todo este pensar que complica la cosa pero tú también estás siendo consciente de esto mismo. Cuando empiezas a observar cualquier cosa sientes una distancia entre aquello que está siendo observado y el que lo observa. Entonces hay espacio. Esto es muy importante, la sensación de espacio dentro de nosotros. A veces no eres consciente de que es esto lo que está ocurriendo especialmente cuando determinadas circunstancias y situaciones te hacen sentir como una claustrofobia.

Para mantener ese espacio interior es por lo que se aconseja observar. Y no sólo seguir y estar inmerso en las reacciones sino estar tranquilo y observar. Cuando esto se hace vuelve a haber espacio. Entonces las acciones, las reacciones y las interacciones pueden ser observadas de manera pasiva en tu espacio interior que ya es completo. Así la mayor parte de las dudas y preocupaciones no tienen ya importancia. Es nuestra creencia en ellas la que las amplifica y las hace importantes.

¿Qué podríamos decir que es verdaderamente importante? No corras. Invita a la pregunta. ¿Qué cosa es no sólo importante sino de vital importancia? A lo que me refiero es, ¿qué es aquello de lo que no se puede prescindir? ¿Hay algo que sea tan importante que no se pueda prescindir de ello? Esta ya es una buena pregunta para la contemplación. Porque hay muchas cosas actualmente que pensamos son imprescindibles. Quizá nunca nos hemos parado a pensar en ello. Esto ya es un buen punto de partida.

¿Qué se necesita, ahora en este instante, para ser? Es una pregunta muy simple. ¿Cuál es tu soporte? ¿Cuál es tu necesidad absoluta? ¿A qué tienes que agarrarte? Simplemente estás aquí, independientemente de cualquier lugar y circunstancia, esta experiencia es pura. Todas las funciones vitales que mantienen este cuerpo vivo funcionan por sí solas. No necesitan ninguna ayuda por tu parte. Entonces, ¿qué necesitas hacer? Cada ser humano tendría que hacerse esta pregunta. Llegar a este punto. Examínate sin pensar.

Simplemente durante un instante dejar pasar todo, soltarlo todo, tomar un instante para ti. La mayoría de las personas no se dan siquiera este momento. Estamos

cuidando muchas necesidades sin cuidar algo dentro de ti que también necesita de tu atención.

Mi proposición empieza ahora-aquí. Sin ningún soporte. No hay necesidad de ningún pensamiento, ni intención, ni requisito. Estamos aquí. Y a partir de esta frescura, de este momento puro, cualquier cosa que sea necesaria en este momento será encontrada de manera espontánea. No se necesita ninguna preparación. Ser es lo más potente.

La mente está siempre obsesionada con “convertirse en”. Pero tu realidad es únicamente Ser y no “convertirse en”. “Convertirse en” también puede ocurrir. Es muy bello cuando está aconteciendo a partir del Ser, a partir del Ser consciente hay armonía natural.

Entonces, primero, llega a este lugar y puedes examinar si estas preguntas son de algún valor para ti. Simplemente ahora estate presente contigo mismo y quizá no sentirás la necesidad de leer muchos libros porque estarás en un estado de satisfacción natural, de calma, de paz y alegría. El momento siguiente ya se encargará por sí mismo. De la misma manera que este momento se está encargando de él mismo. La mente tiene una gran lista de cosas que quedan por hacer.

(Un interlocutor comenta las dificultades que se han presentado con su pareja debido al camino de búsqueda y autoinvestigación emprendido).

Mooji: Has dicho algo muy importante porque muchas personas están en la misma situación con esta dificultad. Tú has comentado que a medida que iba floreciendo tu propia espiritualidad empezasteis a separaros. Él no te ha acompañado y la situación no ha mejorado. Tú has continuado con la relación porque has pensado que tenías que vivir esta situación y has llegado a pensar que quizá fuera tu maestro. No lo es. No es tu maestro es el que te tortura.

Todo el mundo, incluyendo a las personas que son profundamente espirituales, siempre tendrá desafíos en este mundo materialista. Pero el sufrimiento que es rutinario y habitual no es aceptable. Muchas personas, especialmente mujeres, no se dan cuenta de esto porque tienen la impresión de que tienen que ser una especie de mártires en sus relaciones. Tú tienes la sensación de que tienes que aprender algo de esta situación, ser más paciente, ser más tolerante, pero no. No estás aquí para sufrir de tu existencia. A veces es suficiente con decir: “adiós”. Nada te está forzando a sufrir. Especialmente al sufrimiento continuo y rutinario.

Tú querrías desde la bondad de tu corazón que todo marchara bien pero no está en tu poder. Si haces lo que para tu corazón es correcto no será erróneo para otra persona.

No escuches a tu mente, actúa a partir de tu pureza. Tú no eres responsable del destino de otra persona. Tienes que actuar a partir de tu propia verdad. No reprimas tu propia intuición.

(Al interlocutor le preocupa los familiares que están bajo su responsabilidad).

Mooji: No eres responsable para. Tienes una conexión de corazón muy profunda con ellos. Tú no te estás yendo de ellos. Simplemente te estás encontrando a ti.

(Interlocutor: ¿Y si ellos no lo entienden?).

Mooji: Pues al principio no lo van a entender. Tú puedes apoyarles pero sin involucrarte completamente por dentro. No lles una vida a partir de la culpabilidad. No necesitas saber a dónde vas a ir con esto. Dile sí a tu libertad y a tu Ser.

Deja de agarrarte a tantas cosas, esa no es tu tarea. Entra completamente dentro de tu libertad. De lo contrario ahogas tu espontaneidad y nadie se beneficia de esto. Únicamente aquellos que te están explotando quizá a partir de su propia ignorancia. Nadie sufrirá si tú eres libre. Eso sí que es un buen soporte, un buen apoyo.

No puedes estar siempre calculando lo que vas a hacer. Hay algo mucho más fresco en nosotros. Hay algo que es cien por cien puro dentro de ti. Y está esperando ser reconocido. El equilibrio surge entonces de manera automática.

(Un interlocutor comenta que no entiende qué lugar ocupa la rendición, la entrega en la realización del Ser).

Mooji: Si tú ves que para ti no es necesario este consejo no lo necesitas. Ahora bien, no todos estamos en el mismo punto con respecto a cómo sentimos, cómo percibimos, cómo entendemos. Es por eso que se dan instrucciones distintas a personas distintas y son correctas en su lugar y situación.

Hay personas que les encanta la comida hindú, otras la china, y tú dices: “No entiendo por qué están comiendo comida china”. Dime qué es lo que has entendido.

(Interlocutor: He buscado durante muchos años y...).

Mooji: ¿Y qué es lo que has encontrado? ¿Cuál es tu descubrimiento?

(Interlocutor: Mi gran descubrimiento es que no sé que buscaba para encontrar que no hay nada que encontrar. Ya no siento la necesidad de buscar y buscar. Empiezo a sentir cosas muy simples pero muy auténticas).

Mooji: En la comprensión real te das cuenta de que no todo el mundo está en la misma frecuencia. Muchas personas están hablando como si comprendieran todo pero, ellos mismos, no se han disuelto en esta comprensión. Entonces comprenderás a todo el mundo y verás los viajes que están haciendo. Y podrás decir si son ciertos o no. No con arrogancia o cinismo sino con comprensión. Y podrás darle a cada uno lo que necesita hasta que vaya más allá de la necesidad.

(Un interlocutor comparte que desde hace tiempo no tiene paz y en el pasado sí la disfrutaba por lo que la echa de menos).

Mooji: ¿Qué es lo que ya no está aquí-ahora?

(Interlocutor: Sé que está aquí pero no puedo sentirla).

Mooji: ¿Y qué es lo que puedes sentir? Dices que esta paz no está aquí-ahora. Entonces muéstrame lo que sí que está aquí-ahora.

(Interlocutor: Cuando digo que la paz no está aquí-ahora sé que estoy mintiendo. Es como un velo).

Mooji: ¿Dices que es un velo que está escondiendo la paz? ¿Esto quieres decir?

(Interlocutor: Eso es lo que siento).

Mooji: Tú, la que estás viendo este velo, la que está detrás del velo, quiere ver algo pero el velo lo está tapando, escondiendo. ¿Es verdad?

(Interlocutor: No).

Mooji: Entonces, ¿qué es verdad?

(Interlocutor: la verdad es que esta paz que estoy añorando, es lo que somos).

Mooji: Incluso no le des tanta importancia al añorar. El añorar hace que parezca que la paz esté muy lejos. No le des tanta importancia a esta añoranza. Tú, que eres consciente de esta añoranza, ¿qué eres?

No lo pienses. Tú eres consciente de la añoranza, eres consciente del velo, eres consciente del pasado en el que habías sentido paz, a todo esto que viene y va deja de mirarlo y de darle tanta importancia. Durante un instante suelta todo esto. Por un instante permanece sin todo esto.

(Interlocutor: Algo viene y me dice que no puedo soltarlo todo porque no quiero estar dentro de este sufrimiento. Es como si la mente me dice que tiene que hacer algo para salvarme del sufrimiento).

Mooji: Haz un diagnóstico de esta misma idea. Aparece el pensamiento de que no puedo soltarlo todo. Y enseguida te crees este pensamiento.

Incluso decir que tengo que soltar algo, que tengo que coger algo, incluso esto no lo voy a poner delante de ti. Ni soltar, ni agarrar. Simplemente no involucrarse con este tipo de intención. Simplemente estás aquí. ¿Y quién se permite reconocer esta cosa tan simple?

La mente parece que está todo el tiempo poniendo barreras. Pero no hay ningún pensamiento que tenga vida si tú no te interesas por él. Por eso los pensamientos vienen y están buscando tu atención. Si no les das credibilidad pierden su poder porque lo adquieren de ti. ¿Ves esto?

(Interlocutor: Esto lo sé. Pero me tienen pillada).

Mooji: Muéstrame de dónde te tienen pillada que los voy a cortar. “Que los pensamientos me tienen pillada” también es un pensamiento que aparece en la conciencia pura que no puede ser pillada, atrapada.

Todas estas cosas que estamos compartiendo son la simplicidad pura del Ser. Si sigues a tu mente siempre te va a decir que no es esto. Siempre te dirá que tienes muchas cosas que hacer.

Aquí estamos señalando a ese lugar que está dentro de ti en total armonía por sí mismo. Ya es así. No intentes utilizar la mente para conseguirlo. Además no está verdaderamente interesada en conseguirlo. Sólo hace ver que quiere conseguirlo y seguir con sus hábitos. Cuando ves te das cuenta de que no hay una cosa que conseguir. Te das cuenta de que tú eres Eso. Tú eres Aquello que es más allá de la necesidad. Y que brilla como paz y alegría. La mente no te lo puede dar. Sí, despiértate de esta ilusión.

No puedes hacer un click y estar libre de la influencia de tu mente. Pero aquí-ahora, a través de la comprensión, puedes ver que tú no eres el que le está hablando a la mente. La mente sólo puede influenciar la idea que tú tienes sobre ti misma, pero no tiene ninguna posibilidad de influencia al Ser. Tu identidad no es lo que tú eres. Esta idea es la que hemos cultivado pero no es tu puro Ser. Tú eres Ser puro. Pero nuestra fascinación por crear una identidad de un modo particular se convierte como una prisión.

(Interlocutor: Y esta identidad no acepta este dolor aquí en el interior. Esta falta de aceptación. Aunque sé que esta identidad no es Lo Que Somos. Esto vuelve constantemente).

Mooji: Y también se va. Tú eres el testigo del ir y venir de todos los pensamientos, de todos los sentimientos, los recuerdos, las sensaciones. Aparecen en el espacio de tu Ser. Aparecen y desaparecen. Tú eres el testigo de esto. Entonces quédate contigo. ¿Qué es lo que vas a atrapar?

(Interlocutor: Nada).

Mooji: ¿Este es un descubrimiento especial?

(Interlocutor: No).

Mooji: No, de ninguna manera. Porque tu Ser, de manera natural, es como espacio. Sin fronteras. No te estoy pidiendo que te lo creas. Te estoy preguntando si lo reconoces o no. No intentes agarrarte a ninguna cosa que va y viene. ¿Conoces algo que no va y viene?

(Interlocutor: Yo en el sentido más amplio. No va y viene).

Mooji: Tú dices: “Yo en el sentido más amplio no va y viene”. ¿Cuál es el sentido más amplio? ¿Qué puede significar eso de “en el sentido más amplio”? ¿Qué significa?

(Interlocutor: La vida misma. El Ser. La Verdad).

Mooji: Has dicho algo que me ha llamado la atención. Dices: “Yo”, pero “yo” es el conocimiento más íntimo. Todos pensamientos, todas acciones parecen que estén cargados, que contengan un “yo”. Desde que nació este cuerpo algo ha estado diciendo “yo” millones de veces. ¿Y sabes lo que es? ¿Este “yo” está todo el tiempo? ¿Es infinito? ¿Es? Porque cuando te vas a dormir, en el sueño profundo, no hay ningún “yo”. Cuando el “yo” está presente, como en la vigilia, cuando aparece esta sensación de “yo”, llegas “tú”. Y el tiempo, y el espacio, los objetos, las relaciones, la vida, el mundo, la existencia. Todo nace a partir de este “yo”. Cuando no hay ningún “yo” no hay ninguna historia. En el sueño profundo nadie experimenta el “yo” y, a pesar de eso, a todos nos encanta el sueño profundo. No te vas a la cama a soñar, te vas a la cama a encontrar el sueño profundo, el olvido total. En el sueño profundo no hay ningún “yo”, o “yo soy”. ¿Esto significa que tú no existes? ¿O que hay pausas en tu Ser? ¿Sólo empiezas cuando se despierta el “yo”? ¿Tú quién eres sin “yo”? Incluso hay algo que está siendo consciente de este “yo” ahora. ¿Qué es Eso? Esto es incluso más íntimo que la intimidad. ¿Qué está observando “yo”? ¿Es algo diferente de ti?

(Interlocutor: No).

Mooji: Tú, ¿quién eres allí? ¿Eres una mujer? ¿Tienes nacionalidad? ¿Quién eres?

(Interlocutor: ¿Hay una palabra para Esto?).

Mooji: Déjame que sea yo quien te lo pregunte. ¿Esto sólo existe en tu imaginación?

Es aquí donde tú estás. Esto es lo que está percibiendo incluyendo los pensamientos, sentimientos, sensaciones, el tiempo, los sueños, las intenciones, los apegos, los deseos, los miedos, las esperanzas, todo esto está apareciendo delante de ti. Está apareciendo en tu presencia. ¿Quién eres tú? ¿Puedes presentar una muestra de ti?

(Interlocutor: No o todo).

Mooji: Entonces tienes que decir todo y más allá. Si puedes percibir todo tienes que estar más allá. Me gusta que digas: “Todo”. Porque “todo” quiere decir que incluye todo, y eso es mucho más potente que excluir aunque sea un átomo. Esto no es una conversación trivial.

No te estoy preguntando qué ves. Quizá te estoy preguntando desde dónde ves. Y desde qué estás viendo. ¿Puedes definirte a ti misma en este lugar? Tú puedes verlo todo. ¿Pero tú puedes ser vista? No te escapes de esta pregunta. Esta pregunta ha venido para recordarte tu hogar. Pero tienes que sentir esto completamente. Esto no es únicamente para tu cabeza. Esta comprensión no puedes ni compartirla. ¿Con quién la compartirías? ¿Podemos ir más allá de esto? No.

(Un interlocutor comenta que fuera tenía muchas cosas para preguntar pero que ahora no tiene ninguna).

Mooji: ¿Y cómo puede ser eso?

(Interlocutor: No sé, a lo mejor tú me lo puedes explicar. Quizá sea un truco de magia).

Mooji: Es mágico pero no es magia.

(Interlocutor: Ahora entiendo).

Mooji: Es muy interesante. Dices que afuera hay muchas cosas sobre las que podrías hablar pero, en este instante, en esta sala, ya no están aquí. Entonces, mi pregunta: ¿cómo es que no están aquí? Es una pregunta importante. ¿Por qué es diferente?

(Interlocutor: Quizá es porque he dejado de pensar).

Mooji: ¿Cómo?

(Interlocutor: Esa es mi pregunta).

Mooji: A veces somos los sirvientes de nuestros pensamientos. Dices algo que se oye muy raras veces: “he parado de pensar”. Entonces, si has parado de pensar, te gustaría averiguar: “¿cómo puedo dejar de pensar para siempre?” Pero, quizá, en realidad no quieres parar de pensar para siempre. ¿Sería negativo dejar de pensar? Ofrezco esta pregunta a todos. ¿Qué podría significar dejar de pensar? ¿Qué pasaría con nosotros? ¿Te convertirías en un mendigo?

(Interlocutor: No. Seguro que no).

Mooji: ¿Seguro?

(Interlocutor: Creo que me convertiría en un mendigo si continuara pensando).

Mooji: Para mí esto es muy interesante. ¿Qué significa dejar de pensar? Quiero hablar un poco sobre esto porque hay mucho miedo sobre este tema.

Los pensamientos que aparecen no te van a perturbar si no tienes interés en ellos. Ni siquiera los registras. Pasa igual con los objetos. Puedes caminar por cualquier ciudad, hay muchas cosas que ver, mucha información para los sentidos, pero puedes desenvolverte a través de todo ello sin estar confuso. ¿Por qué? Porque no has agarrado nada. No estás ahogando a tus sentidos. Todo está abierto pero no estás comprando. Estás viendo pero no estás creando relaciones con lo que estás viendo.

Sólo te perturban los pensamientos que tienen un significado especial para ti. Entonces te empiezas a involucrar en ellos. Si no tienes interés en nada de esto no te va a perturbar. No es que estés muerto, te puedes relacionar, puedes seguir con tu vida normal y, al mismo tiempo, interiormente estar en completa soledad.

Entonces cuando se dice: “para de pensar”, dos cuestiones. ¿Eso quiere decir que ya no hay más pensamientos?, ¿o que la atención no queda atrapada en ellos? Se puede utilizar la mente de manera práctica pero sin relación psicológica con los pensamientos. ¿Esto es posible?

(Interlocutor: Sí, parece que sí. Me he dado cuenta de que he estado pensando durante tanto tiempo que necesitaba una pausa).

Mooji: Tu estado natural es así. Es bienestar total. Los sentidos están trabajando por sí mismos, te puedes mover por la vida de manera natural, puedes comunicarte, pero estás plenamente en paz. Por eso estamos aquí.

Quizá estando en una atmósfera como ésta la mente se está como descongelando. Pero tiene que ir más allá de una simple experiencia. Todas las experiencias ocurren en el tiempo. Tienen un principio y un fin. Esto es válido tanto para las experiencias maravillosas como para las que son horribles. Estamos muy focalizados en experimentar. ¿Pero quién es el que está experimentando? Tú estás allá para ser testigo de la aparición de cualquier experiencia. De su comienzo y su final.

Eres capaz de ser consciente de la memoria que contiene la información sobre ti. Pero la información sobre ti no eres tú. Eres el testigo de la memoria, del tiempo, de los sentidos, del intelecto, del ego. Incluso eres el testigo de la conciencia. Si estás en una posición que puedes ser el testigo de la conciencia. Entonces, ¿quién eres tú? Esta es una pregunta fundamental. Esta pregunta te está revelando Algo. Es como un espejo que está reflejando Algo que no puede ser visto. ¿Existe alguna distancia en Esto? A veces parece que la mente no quiere que sepas Esto.

Si estás en la posición en la que puedes ser consciente de la mente, de la memoria, del intelecto, de los sentidos, del cuerpo, del tiempo, del espacio, de las relaciones, de las sensaciones, de las experiencias. Si puedes ser consciente de que todas estas cosas están ocurriendo en tu presencia, y que tú eres el testigo de ellas, mi pregunta es: ¿el que está viendo todo esto puede ser visto? Esta no es una pregunta abstracta. Es fundamental para vosotros. Si quieres reconocer tu verdadero lugar.

Tú no puedes ser un producto de la información porque tú eres el que utiliza la información. No necesitas haber estado en la universidad para entender esto. Nada te impide entender la simplicidad de esta cuestión.

Todas las cosas de las que puedes hablar, que puedes percibir, puedes percibirlas porque tienen alguna cualidad. Las puedes definir, medir, pesar. ¿Pero Aquello que está percibiendo puede ser percibido? ¿Cuál es tu posición? ¿A través de que definición vas a conocerte a ti mismo?

Esta conversación está en total resonancia con tu Ser. La mente egótica siempre estará tratando aplazar el momento de ver completamente ahora. Dejar que la pregunta se digiera ella misma. Está revelando Algo. ¿A quién?

Le damos mucha importancia a nuestras propias construcciones, proyecciones, apegos, deseos. Y todo esto trae mucho ruido dentro de nuestro Ser. Pero aunque todo el ruido de todo el mundo entrara en tu Ser, lo que tú eres está más allá de esto. A un nivel absoluto la mente no está siendo un impedimento a nada si tienes verdadera comprensión.

No se puede entregar el ego porque el ego no es real. No hay nada que entregar. Pero es importante que dentro esté verdaderamente esa ansia de ver con claridad. Ver todo este universo, todas estas existencias aparentes, todos estos egos, todos estos pensamientos son expresiones de este único Ser. Todos están emanando desde tu propio Ser. Incluso cuando se comprende que el ego es una expresión del Ser ya no nos puede ofender. El veneno está siendo retirado de esta serpiente.

Lo que estoy compartiendo con vosotros es la libertad completamente libre en su expresión. Pero a causa de la libertad de esta expresión es necesaria una comprensión firme. La comprensión intelectual no es suficiente. Para una línea recta es necesario determinación. Y para la libertad total es necesaria la comprensión.

30 de mayo de 2009

Primera sesión

Mooji: Om. Namasté. Bienvenidos al Satsang.

(Un interlocutor comenta que en el día anterior una pregunta le tocó profundamente. La pregunta es: ¿Puede la conciencia ser observada? Además plantea otras observaciones en torno a la relación entre el Ser y el darse cuenta).

Mooji: El Ser no puede ser el que está dándose cuenta y juzgando. Porque los juicios son otro fenómeno que está ocurriendo en este espacio. Pero, en definitiva, tu pregunta es: “¿Quién soy yo de todos esos?” ¿Puedo esto que soy, sea lo que sea, ser conocido? ¿Puedes decir?: “Ah, éste es el que soy”.

(Interlocutor: Creo que no).

Mooji: Entonces, ¿por qué me preguntas a mí?

(Interlocutor: Es que al formularlo el asunto se va aclarando).

Mooji: Realmente la pregunta que estás haciendo no es una pregunta sino que es tu contemplación. El Ser no puede ser directamente señalado como fenómeno, como objeto. A veces la mente es muy rápida y enjuiciar todo esto como demasiado mental. Pero es mental sólo si crees que es mental.

En esta exploración esto se está sabiendo de manera intuitiva. Y, de alguna manera, con esta pregunta que haces la conciencia se refina a sí misma. Y todo lo que no es está saliendo, está cayéndose. Es como un cepillar hacia fuera todo lo que no es. Cuando todo está cepillado y acabas diciendo: “Esto que veo no puede ser lo que yo soy”.

¿Qué estamos buscando realmente aquí? Estás buscando la absoluta pureza. No puede ser un objeto. Todo lo demás se puede ver. No pueden ser los sentidos. Lo que ves. No puede ser el intelecto por que está siendo observado. Por lo que es mucho más sutil que esta función intelectual. No puede ser el ego porque también está siendo observado y sentido. Hay algo mucho más sutil que percibe el ego. No es la mente porque la mente, los pensamientos y sentimientos pueden ser observados. Los pensamientos y sensaciones emergen en ti y desaparecen también. Y estás siendo

testigo de ello. La memoria, un punto importante. Porque en la memoria está aprisionada la memoria de lo que tú crees ser. La educación, el condicionamiento, todo esto está en la memoria y algo está observando esta memoria. Algunas veces incluso puedes observar que la memoria ya va fallando. Algo está observando esto. Debe ser mucho más sutil que la memoria. Nos queda el tiempo. ¿Puede el tiempo existir sin ti? Tú eres el que conoce el tiempo. Más sutil que el tiempo. ¿Puede ser cualquier objeto? Porque cualquier objeto está siendo observado por ti misma. Incluyendo el más íntimo de tus objetos. ¿Qué nos queda? El espacio. Esto sí que es sutil. Pero también estás siendo consciente de ese espacio. Algo que está observando el espacio tiene que ser todavía más sutil que ese espacio. Queda lo más sutil, el "yo". ¿Es observable el "yo"? Algo dice: "Mi memoria, mi intelecto, mi ego, mi vida, tiempo, el mundo, la religión, creencias". Todo está frente a ti. El "yo" está observándolo todo. Ahora, este mismo "yo", ¿puede este "yo" ser observado? ¿o no? ¿Es posible conocer ese "yo"? ¿No es incluso observable el sentimiento de "yo soy"?

Algunas veces te levantas por la mañana para ir al baño, pero hay una presencia. Haces todo lo que tienes que hacer pero sin ninguna sensación de que hay alguien haciéndolo. Se está haciendo. Algo sabe cuando ese "yo" aparece a través de la memoria, de las asociaciones. Incluso el sentimiento "yo soy". Hay también una conciencia del "yo soy", ¿no es verdad?

Tú sabes que tú eres. ¿Y cómo se sabe eso? Hay Algo que no está diciendo "yo soy". Y en Eso la sensación de "yo soy" aparece. Escucha profundamente desde tu Ser. Escucha y observa. Esto no son simples preguntas. De hecho, son simples preguntas, pero no son preguntas triviales.

Muchas veces nuestras preguntas se dirigen hacia objetivos concretos. Como por ejemplo, ¿cuál es la distancia de un lugar a otro? ¿Cómo puedo llegar allí? ¿Quién es esta persona? ¿Cómo te llamas? ¿Dónde has estudiado? ¿Cuáles son tus creencias? ¿Tienes niños? Todas esas preguntas pueden ser satisfechas muy fácilmente. Esta es la preocupación general de la mente humana. Se pueden llamar preguntas objetivas. Estamos todos transitando en ese parámetro de preguntas objetivas. ¿Pero quién está siendo consciente de esas preguntas objetivas? ¿Quién es consciente de ellas? Este es otro tipo de preguntas. Esta es una pregunta subjetiva. Y puede empezar a mover sentimientos inconfortables. Porque esta pregunta no es posible contestarla con respuestas objetivas.

Aquí estamos explorando al sujeto y no al objeto. ¿Por qué? Porque el objeto es secundario. El sujeto es lo más íntimo. Si conoces de todo lo demás pero no sabes quién eres, entonces, ¿qué valor tiene todo este conocimiento que tienes?

Incluso a tu propio Ser le estás dando cualidades objetivas. ¿Puede esto ser verdad? Porque el objeto no puede conocerse a sí mismo. El objeto sólo puede ser conocido por el sujeto. En realidad todo esto es muy simple. Es de sentido común.

¿Por qué tendríamos siquiera que preocuparnos de esto? Porque hasta que no sabes y te conviertes uno con la Verdad que tú eres, este mundo, esta existencia será confusa.

Los objetos son conocibles. ¿Cómo conocer al sujeto? Si el sujeto tiene cualidades objetivas esas cualidades son perceptibles. La pregunta es: ¿Qué es lo que es perceptible? ¿Qué percibe lo perceptible? Estas preguntas están como en una escalera que está cimbreado. Y algunas personas van a caerse de esa escalera. La mente se quiere escapar de estas preguntas porque con ellas vas a ir más allá de sí misma.

Somos los que percibimos todo lo que emerge. Todo lo que está disponible está siendo percibido a través de los sentidos. Todo lo que está acumulado en la memoria es posible percibirlo. Todo lo que tiene un nombre y una forma es perceptible. Todo lo que es perceptible en el pasado, presente y futuro es percibido por nosotros. Todo lo que es imaginación o realidad está siendo percibido por nosotros. Tú eres lo más esencial y más importante. Porque incluso el poder de percibir es percibido por ti mismo. ¿Quién eres? ¿Qué eres? ¿Dónde estás? ¿Dónde te sientes? ¿En este cuerpo? ¿Dónde estás realmente? ¿Dónde está tu sitio preferido? Estas son preguntas contemplativas. Y contemplándolas mucho de lo acumulado que no es cierto se está despejando.

En la invitación que emerge de estas preguntas quizá puedas sentir que no necesitas agarrarte a nada por un instante. Porque no hay nada que se agarre a ti realmente. Ten coraje, valentía. Algunas veces el miedo aparecerá porque a lo largo de nuestra vida, debido al condicionamiento, nos hemos ido agarrando a cosas. Sentimos que hay una necesidad de agarrarse a personas, a la educación, a la profesión, a los sueños, a la esperanza, al dinero, a la ideología, al futuro. ¿Puedes, por un instante, dejar todo esto fuera?

Siente Lo Que Es sin ninguna asociación. Y empieza ahora. Esto no necesita ser pensado. Se puede utilizar el pensamiento pero no se necesita. Pueden surgir pensamientos pero, por un instante, déjalos. No los necesitas ahora.

Bienvenido a Lo Que Es. No a lo que va ser. No a lo que yo tengo. No a lo que yo solía conocer. Todo eso es viejo. Lo Que Es ahora-aquí por sí mismo. Eso es tu Ser.

¿Es esto un simple truco psicológico? ¿O una simple sensación placentera? Todo esto no debe ser dado a cuestionar por la mente. La mente lo va a ver como una novedad. Y rápidamente viene el sentimiento de que ha sido una experiencia buena. Si se vive así

también pasará y la mente rápidamente irá en busca de otra experiencia. La mente también puede escapar de esto diciéndonos que hay muchas cosas que hacer. Hay que cuidar del trabajo, de los niños.

Todo esto está ocurriendo de una manera muy simple en la presencia de esa conciencia. Y bajo la gracia de la conciencia. Todo es el juego de esa conciencia. Jugando en la presencia de lo Absoluto. Poco a poco vas a ir cayendo en la total comprensión de eso. Y esto va a brillar como una paz intocada.

(Un nuevo interlocutor comparte que no entiende cómo puede estar inmerso en la confusión. Cómo puede ser que ese sentimiento que conoce muy bien desaparezca en la vida cotidiana).

Mooji: Tengo una buena noticia para ti. Acepta la idiotez y no te identifiques con ello. La conciencia también juega, a veces, a ser idiota. Juega a ser buena o mala. Pruébalo. Acéptalo. A veces la mente está totalmente loca. ¿A quién le vienen esos pensamientos? ¿Quién está produciendo esas cosas? Y mira a ver si puedes encontrar a quién.

(Interlocutor: Siento que estoy malgastando mi vida y perdiendo la oportunidad cuando dejo de sentir ese sentimiento profundo de lo que soy).

Mooji: Tengo más buenas noticias para ti. Esto también es otro pensamiento. Hay dos maneras. Tú pruebas a controlar tus pensamientos, y esto te va a producir mucha miseria, o dejas que ellos vuelen. Pero sin identificarte con ellos. Tú escoges.

(Interlocutor: Siento que los estoy tomando menos en serio pero continúan molestando continuamente).

Mooji: Tengo más buenas noticias para ti. Este “yo” también es un pensamiento. Para. Esto merece que reflexiones. Este “yo” que dice: “Oh, mi vida, ¿por qué estoy otra vez confuso cuando yo ya sé lo que es verdad? ¿Cómo puede ser que me confunda?” Este “yo” también es un pensamiento. Es el pensamiento primario. Esto va a ser lo más difícil de poder aceptar. Porque todo lo que tú crees saber está dentro, metido en ese “yo”. Este “yo” no es completo. Este “yo” está profundamente condicionado. Este “yo” es una mezcla de condicionamiento, conciencia e identificación.

(Interlocutor: Estoy harto de este “yo”, estoy harto de esta identificación y es de lo que yo me quiero liberar).

Mooji: Te voy a contar un hermoso truco. Continúa ignorándolo. Esto es lo que la mayoría de los sabios han hecho. Han ignorado todo lo que parecía y se veía que no

era la Verdad. Continúa ignorándolo. No digo que metas la cabeza en la arena. Incluso en cualquiera de esos momentos en los que el “yo” está sumergido en esas tormentas hay algo que lo está observando. Es posible darse cuenta que esto está ocurriendo y, de alguna manera, despegarte de ello. Es como quedarte en un espacio neutral. En una actitud o en un estado de: “No me importa”. Es muy importante este: “No me importa, no es importante, no me molesta”. Se crea un gran espacio cuando dices: “Eso no me importa, no me molesta, no es relevante, no me preocupa”. No estoy escogiendo lo que a mí me gustaría experimentar. Deja que la vida se vaya desplegando a su propia manera. Este desplegar está ocurriendo delante de ti, en tu presencia. Es sólo nuestra mente condicionada que está luchando con ello. Insistiendo, requiriendo, luchando. Esto es la mente. Detrás de este voluble juego está el espacio del puro observar, puro ver. No está subiendo ni bajando. Pero si hay un subir o bajar también está siendo percibido desde ese lugar. Esto hay que tenerlo muy claro. Porque si no a veces el río de la vida salta sus propias orillas y muchas gentes son engullidas por ese río. Excepto aquellos que están claros en la real posición de uno. Esos son los que se conocen. Ellos son los que realmente permanecen.

(Interlocutor: En este momento lo estoy entendiendo. Gracias).

Mooji: Nadie tiene que ir a universidades espirituales para conocerse. De la misma manera que estoy apuntándolo ahora, si está siendo comprendido en ti de manera sutil pero muy clara, es ya así.

La vida está jugando delante de mí y está utilizando este cuerpo también. Este cuerpo también está en esa pantalla de esta conciencia. Este cuerpo es la manera en que la conciencia experimenta la vida. Este cuerpo y sus relaciones son simples movimientos en la conciencia. Siente eso en la profundidad de tu Ser y no te lo imagines. No lo crees. Simplemente obsérvalo. ¿Qué estamos buscando ver? Solo Lo Que ya Es. Esta es la belleza del Satsang. Aquí no se pide a nadie que cree algo a la manera de un artista. No se necesitan ese tipo de habilidades. Nadie puede darle ninguna perfección a Lo Que ya Es perfecto, a la Verdad.

Si tú te concibes sólo al nivel del cuerpo-mente no puedes aceptar esas palabras de que ya eres perfecto. Porque la mente y el cuerpo están siempre cambiando. Pero todo ello está fluyendo en tu presencia. Nota eso. Date cuenta de ello. Ten claridad de ello. Reflexiona sobre ello.

Puedes hablar del pasado, de tus esperanzas en el futuro, incluso en el presente puedes proyectar algo. Todo pasa. Pero tú no puedes pasar. Si tú te tomas por ser esta personalidad, este cuerpo-mente, que son solamente tu expresión, tu juego, si tú crees que eso es sólo lo que eres, vas a tener la sensación de que también vas a terminar.

Ese final te va a atrapar en el miedo. Si tú te reconoces como el testigo de todo ello, y aceptas esta pregunta ahora, y mi pregunta es: ¿Puede este testigo que está atestiguándolo todo ser visto? ¿Puedes presentarlo a alguien? Si hemos llegado a esta pregunta no te muevas de ella. Ya no son necesarias más preguntas. El hábito y el condicionamiento están esperando robarte esta pregunta.

Tu verdadera naturaleza es la naturaleza del Buda. La conciencia Crística. La conciencia de Krishna o de Shiva. Todo es lo misma cosa. Es tu conciencia. Sólo cuando te agarras a tu condicionamiento, a tu experiencia del cuerpo-mente, pierdes la conexión con Eso. Es cuando la claustrofobia aparece en el simple Ser y la mente se mueve en fragmentos.

(Un interlocutor expresa su agradecimiento a Mooji. Comenta que cuando percibe la espaciosidad del Ser la mente le dice que no puede ser tan sencillo. También habla de las dificultades de la vida cotidiana).

Mooji: Está bien lo que estás observando. Pero llega un momento en que hasta lo que la vida va trayendo no le das tanta importancia. No hace falta tomar nota de todo, simplemente se despliega y desarrolla en tu presencia. Si una nueva urgencia emerge dentro de ti y necesita de un movimiento te darás cuenta de que estos movimientos son asistidos por la vida misma. Es como las olas en la superficie del océano. El movimiento de cada ola tiene a todo el océano por debajo.

Esta manera de percibirlo todo es muy panorámica y no está almacenando impresiones. Es como si tu vida estuviese siendo escrita sobre agua. Es fresco. No puedes pasar las páginas de este escribir. Tú eres la vida. Llegas a esta comprensión. No es que hay un “yo” viviendo la vida. Yo soy la vida. Es un profundo reconocimiento intuitivo. No hace falta decirlo a los demás. Pero tu presencia, de alguna manera, comunicará eso. Hay cosas que es mejor guardar en silencio. Son así más potentes.

Entonces tu conciencia va a incluir todo. No cada cosita sino todo. Es como si tiraras una red de pescar y atraparas todo. Todo lo que ocurre está ocurriendo en la conciencia. Es mejor esta actitud que vivir sólo como una persona. Todas las actividades van a ocurrir espontáneamente. Cuando un esfuerzo sea necesario el esfuerzo vendrá. Y vendrá la sensación de ser sin esfuerzo. No estás llevando a costas la vida sino fluyendo con ella.

(Un nuevo interlocutor comenta que tiene la sensación de no pertenecer a este mundo).

Mooji: Eso es algo muy común. Hay una gran comunidad con este sentimiento.

(El interlocutor sigue narrando que ese sentimiento ha estado siempre presente y le hace no tener ilusión, motivación por esta vida, aunque a pesar de ello se han hecho muchas cosas).

Mooji: Esta expresión de tener la sensación de no pertenecer a este mundo la he oído ya muchas veces antes. ¿Pero tienen el sentimiento de dónde perteneces?

(Interlocutor: No. Aquí no).

Mooji: ¿Pero eres feliz con eso o no?

(Interlocutor: Me siento incómoda).

Mooji: Muchos sabios han tenido exactamente esta misma sensación. Pero no es un problema. Es como un sentimiento de que no perteneces a ningún sitio en particular. No han tenido problemas con este sentimiento porque, de alguna manera, han podido quedarse en ese lugar sin definición. Están conscientes de todas las funciones que ocurren a través de este cuerpo. Están conscientes del tiempo, de las relaciones pero no establecen apegos psicológicos que les atrapen a ello. Se dan cuenta de cómo el condicionamiento juega a través de su cuerpo pero no le dan tanta atención a eso.

El mundo entero puede seguir jugando. No hace falta correr una cortina al mundo. Algo puede afectar al cuerpo y aceptar el juego de la manifestación sin escogerlo. Y a pesar de que algo se está moviendo en esta manifestación hay una profunda conciencia que sabe que está más allá de todo eso. No mirando al mundo de manera orgullosa o cínica. De alguna manera ellos están fascinados mirando a Eso que ellos son. Es como que la sensación de ser se está incubando a sí misma. Y hay tremendo espacio, paz. La vida y sus expresiones son cada vez más espontáneas. No estás mirando al pasado ni al futuro. Ni siquiera dando mucha importancia al presente. Pero tú eres ese presente en sí mismo que se muestra y brilla con gozo, paz, espacio. No es algo que puedas escribir en un papel. Te das cuenta así de esas sutiles sensaciones que no tienen siquiera nombre. Tu mundo interior tiene este ambiente único. Pero eso no quiere decir que te conviertas en un recluso. La vida puede tomar muchas expresiones. Esa es tu libertad. Pero en el interior tú eres como el espacio.

No necesariamente tienes que sentir que perteneces a esa vida, a ese mundo. Pero de alguna manera todo este universo, esta vida, está dentro de ti. Está encontrando espacio en ti, en tu conciencia.

Si hay algo que te produce infelicidad háblalo.

(Interlocutor: Hay un profundo sentimiento de tristeza. Muy profundo. Cuando conecto con ese vacío, con ese espacio, aparece siempre una tristeza profunda).

Mooji: Entonces cuando sientes que esta tristeza aparece en este espacio dale permiso para manifestarse totalmente en él. No lo amortigües. Siéntelo. No te enredes en él ni lo mires con demasiada indulgencia. No lo controles. Míralo como emerge a la luz y te darás cuenta cómo, a lo mejor, simplemente va a estar pasando. No tienes por qué identificarte con eso. Ni con el gozo ni con la tristeza. Hay espacio suficiente en ti para todos estos movimientos. Libérate totalmente de ello y vas a ver como eso pasa y el espacio otra vez se está creando.

Me pregunto qué debe estar envolviendo esta tristeza. ¿Es reconocible? ¿Tiene alguna historia? ¿O es un sentimiento solo?

(Interlocutor: Un sentimiento muy profundo).

Mooji: Muchas veces cuando estás en contacto con este espacio te da la sensación de que, siendo este espacio, hay algo que lo está invadiendo. Y parece que eso toma todo ese espacio y no permites que salga. Pero, de repente, algo se relaja se va el tapón y se ve que no era para tanto. Muchas cosas son magnificadas cuando están reprimidas.

La conciencia juega todos estos roles. Cada vida es una cara de esa conciencia. Y en cada única expresión encuentra la manera de verse a sí misma. No te disculpes por tu vida.

(Un nuevo interlocutor comparte sus impresiones sobre la memoria, la propia historia acumulada y el tremendo poder que tiene. Comenta sus descubrimientos a través de la autoindagación e investigación pero que la identificación con sus emociones sigue existiendo).

Mooji: En primer lugar, la investigación, por sí misma, no es para utilizarla como una pastilla contra el dolor. Sí, es como si dijéramos: “Ha funcionado muy bien, es como un *pranayama* de la mente”.

Es como si todo fuera visto: “Yo no soy eso, no soy eso, no soy eso”. Pero continúa habiendo el “yo”. Y ese “yo” que ha investigado y ha dicho: “No eres eso, no eres eso, no eres eso”, ese “yo” ha mirado la memoria y dice: “yo no soy la memoria”. Pero de todas maneras continúa emergiendo porque ese “yo” sigue ahí poderoso.

(Interlocutor: No estoy identificándome con estas emociones. Hay un espacio desde el que se las está mirando y desde ahí está observando. Pero, no sé de dónde viene, pero continúa habiendo una duda allí. Es como lo que has dicho antes que todo puede

ocurrir pero hay una paz incondicional que no está tocada por nada ocurra lo que ocurra).

Mooji: No te voy a admitir que me digas que todo está siendo visto y que esa paz permanece incondicionalmente. Porque incluso la paz, de la que todo el mundo habla, hay una paz más allá de esa paz. Lo que quiero es estar seguro que hablamos de la misma paz.

Estoy hablando de que a lo mejor aquí esta paz incondicional tampoco está. Lo Que Es es más allá de todo esto. No es más allá de un lugar, es el centro de lo que realmente expresa. Y no quiero que utilicéis la imaginación para esto.

Es como un espacio, y voy a utilizar unas palabras que no son las correctas. Es como un espacio que está desconectado pero no tiene interruptor. No hay ni “on” ni “off”, ni apagado ni encendido. ¿Cómo puede ser descrito? Es un sentido sin sentir. La mente dirá: “¿Y qué utilidad tiene eso?” Porque la mente siempre está buscando una experiencia. Incluso la iluminación la quiere como una experiencia como una experiencia de iluminación. No estoy hablando de esto. Todas las experiencias tienen un principio y un final. Y Lo Que Es realmente no tiene principio ni final.

Todo está ocurriendo pero hay Algo que no está involucrándose en eso. Todo este juego de la conciencia está moviéndose con su aparente autonomía.

(Interlocutor: Me cuesta mucho entender lo que dices. Que la mente y los pensamientos no son reales. Porque el dolor que siento me parece muy real).

Mooji: Dos cosas. Quizá se dice que el mundo es irreal. Todos los pensamientos son irreales. A lo mejor todo eso no quiere decir nada para ti. Porque aunque tengas esa certeza de que no existen lo que te hacen sentir sí que está siendo real. No estamos ahora mirando lo que es real y lo que no. La experiencia a lo mejor no es real pero es actual, la estás sintiendo. El dolor es real. Pero el sufrir es más cómo reaccionas a ese dolor. El dolor muchas veces es físico y, a veces, es emocional. Pero no necesariamente tienes que sufrir de ese dolor.

Si tú tienes una identidad muy fuerte, si tu identificación es fuerte, vas a experimentar ese dolor con más fuerza. Porque estás rodeando ese dolor de mucha interpretación, de mucha explicación. Muchas veces cuando el dolor físico llega a un límite la conciencia se va y se produce el desmayo.

Todo el mundo puede contar su historia. Pero, ¿puedes encontrar quién es ése que tiene esa historia? Búscalos. ¿Puedes ver a ese personaje? Esta es la investigación.

Porque éste está siendo asumido que existe. Este es el poder de esta autoinvestigación.

Tú dices: “Yo sufro esta historia. ¿Cómo puedo interrumpir este sufrimiento?” Encuentra al que sufre. Cógelo, agárralo y tráelo aquí. ¿Quién es el que está sufriendo? Y toma lo que estoy diciendo literalmente. Porque todo el mundo tiene una historia y se la enseñan entre ellos. Yo te pregunto: ¿Puedes encontrar a ése que tiene esa historia? Esto es utilizar vuestra inteligencia para ver.

En tu investigación has encontrado todo el resto. Has mirado a todo y has visto que: “no eres esto, no eres eso, no eres aquello”. Pero a éste que está mirando, a ése tienes que ver. Hazlo. Está esperando ese descubrimiento de ti misma. Has estado poniendo todos los ingredientes de este maravilloso y espectacular pastel, y ahora lo tienes que poner en el horno.

30 de mayo de 2009

Segunda sesión

Mooji: Om. Namasté. Bienvenidos al Satsang.

(Un interlocutor comenta que lleva ya años en esta búsqueda de la Verdad con el sentimiento de que era un tarea ardua a través de práctica, meditación. Hace un año encontró el Satsang y apareció la pregunta de si esta búsqueda era realmente necesaria. Si todos los conceptos espirituales son únicamente solo pensamientos. La idea de dejar el trabajo y la idea de aceptar que uno ya es perfecto es difícil. También comenta que todo esto es claro en este ambiente pero las dificultades vienen en la vida rutinaria porque todo eso se pierde. Siente la sensación de que otra vez se ha dormido. Y duda de si la comprensión es correcta).

Mooji: Esta apreciación es muy correcta y muchas personas pueden sentirse identificadas con estas dudas. Vamos a poner un ejemplo.

Cuando este cuerpo apareció no vino con un nombre tatuado encima. El cuerpo no tenía nombre. Cuando nació alguien decidió llamarlo de alguna manera. Por lo tanto el nombre es secundario fue introducido posteriormente. Alguien empezó a llamarte por un nombre pero la conciencia no sabe de este nombre. Eventualmente la conciencia empieza a recibir la impresión de ese nombre que se le repite. Una vez ese nombre es aceptado ya no se olvida. Al menos en la vigilia porque cuando viene el sueño el nombre se olvida. Se olvidan a los padres, la religión, las creencias. Cuando aparece el sueño allí no hay ningún nombre, ninguna forma. O sea que tenemos un nombre por un período de tiempo, de horas cada día. Y durante el día uno no recuerda constantemente el nombre. Pero si alguien te llama por tu nombre te giras. Ni lo recuerdas ni lo olvidas, el nombre está allí, simplemente. Si tú no te puedes olvidar de un nombre que se te ha dado, que no es original, ¿puedes olvidar Eso que sostiene ese nombre?

El punto es, esa conciencia que puede decir: “recuerdo o me olvido”, está más allá de recordar u olvidar. Pero nuestra mente dice: “preciso recordar”. Cuando eres consciente de tu Ser es simplemente la conciencia. No tiene religión, no tiene agenda, no tiene padres, no tiene niños, es completamente pura. Pero se manifiesta y juega a

través de cada cuerpo, juntamente con el condicionamiento que ese cuerpo ha recibido, y aparenta ser ese cuerpo.

La mayoría de veces que dices: “Yo he ido, yo fui, yo hice”, la mayor parte de veces ese “yo” es en referencia al cuerpo. Pero, en realidad, este “yo” quiere decir conciencia. El “yo” es idéntico y sinónimo de conciencia. Todos los seres sintientes conocen intuitivamente ese “yo”. Sienten su existencia. Intuitivamente sienten que existen, sienten “yo Soy”. Incluso el mosquito siente “yo Soy”. Por lo que “yo” es conciencia. Pero el condicionamiento se identifica con ese “yo” convirtiéndose en una mezcla. Y el puro y genuino espacio de “yo Soy” se convierte en un objeto. Pero algo es totalmente consciente de todo eso. Y no hace nada para ser Lo Que Es. Incluso está mirando cómo la conciencia está actuando. También se puede decir que el movimiento de esa conciencia en ese cuerpo ocurre en su presencia.

Entonces, el sentimiento más íntimo es ese sentido intuitivo de “yo” como conciencia. El “yo Soy” y la conciencia son uno. Y eso es percibido por Algo. Puedes empezar ahora mismo a comprobarlo dentro de ti. Puedes cerrar los ojos y poner toda tu atención a lo que es en este instante aquí y ahora. Lo que sea que aparezca en ese espacio de percepción en el que estás. Simplemente mantente consciente a lo que aparezca en ese campo sin crear ninguna relación con ello. No sigas a ningún pensamiento. Quédate sólo con esa sensación intuitiva, esa presencia que te dice: “Yo existo”. No imagines nada. Simplemente date cuenta de lo que está siendo consciente de ello.

Puedes notar la respiración moviéndose por sí sola, ocurriendo por sí sola. Todo pensamiento aparece de ninguna parte. No te agarre a nada. Tú eres como el espacio. Todo puede aparecer en este espacio. Cualquier pensamiento puede entrar en ese espacio pero no puede permanecer. Date cuenta de eso. No hay ningún tipo de lucha ni esfuerzo en eso. Todo lo que está apareciendo en este espacio llega y se marcha. Y cuando se va, esa sensación de presencia continúa.

Intenta ver si esta sensación de presencia que sientes es personal o impersonal. Si hay alguna historia que emerge, y no creas ninguna relación con ella, emerge y se va. Tú te quedas. ¿Quién eres? ¿Puedes decirlo? ¿Tienes algún límite en este instante? Míralo.

Mientras permaneces consciente hay una especie de vibración. Es como un sutil OM existencial. Aunque estuvieras en el sitio más silencioso esa vibración continuará allá. Y no eres esto. Tú eres la conciencia donde incluso esta vibración es sentida. Esto va y viene, pero tú, ¿estás saliendo de eso?

Así, de esa manera, cualquier sensación puede venir. Incluso la idea de si esto es real o no es real está muy lejos de ti. ¿Puedes definirte de alguna manera en ese lugar? ¿Hay

alguna pregunta en ese lugar en ese instante? ¿Hay algún camino a emprender desde aquí? ¿Hay algo en qué creer en ese lugar? ¿Hay algo que sea necesario controlar en este momento? ¿Hay alguna práctica que necesites para estar aquí-ahora? ¿Estás en un estado de hipnosis? Esto es el estado natural. Pero la mente está esperando algún hueco por el que aparecer. Ella también tiene alguna cosa que decir. Y esto también está bien.

Está todo bien porque mientras este cuerpo esté aquí, y la fuerza vital esté aquí, y la conciencia esté aquí, habrá siempre un sutil ruido. La mente siempre dirá: "Sí, pero..." Vete acostumbrando a eso. No vayas buscando a los pensamientos con un cazamoscas. Así algo se relaja dentro y deja de sentir pánico. Y algunas veces esos pensamientos vienen para ayudarte en realidad. Sirven como para chequearte a ti misma. Pero si tienes miedo de la aparición de esos pensamientos, y empiezas a decir: "ese tipo de pensamientos no tendrían que venir", entonces, creas un ambiente que no es natural. Vas a estar pendiente y perdiendo mucho tiempo invertido en un guardaespaldas. No crees barreras artificiales a los pensamientos. Deja que ocurran pero sin identificarte con ellos. Y, entonces, date cuenta de cuánto tiempo van a poder sobrevivir. No hay ningún pensamiento que pueda continuar si no le prestas atención o interés. Tu interés es el combustible de los pensamientos.

La mayoría de las cosas de este mundo ni te tocan. Las cosas que permanecen un tiempo lo hacen porque agarran tu atención. Tu atención es el instrumento más potente que tienes. Una experiencia se convierte en tal porque tu atención se ha posado allí.

Hay un espacio en ti que es un espacio de neutralidad en donde todo lo manifestado se puede mover. Pero ese espacio en donde todo se manifiesta permanece intocado. Tú eres este espacio.

(Un nuevo interlocutor comenta que trabaja como psicoterapeuta y se ha trabajado ella misma también con psicoterapia dándose cuenta de que siempre ha trabajado al ego. Ahora se cuestiona si todo ese trabajo ha servido para algo).

Mooji: Cuando la comprensión ocurre hay una celebración, no se siente como un fatalismo. Estoy contento con lo que comentas porque hay mucha gente que cree que si lo que dices es verdad: "¿Entonces todo lo que he hecho no ha servido para nada?".

(Interlocutor: Claro, además incluso me plante si debo dejar mi trabajo).

Mooji: Entonces, si yo puedo ver todo lo que está ocurriendo, no puedo estar realmente en ello. Esto no puede ser una representación ni una definición de lo que yo soy. Yo no estoy contenido en eso pero eso está contenido en mí. Hay algo que está

mirando eso. Queremos ver qué es capaz de ver todo eso porque eso parece muy importante.

Para un ser humano la memoria, el intelecto, el trabajo, el status, los sueños, las proyecciones, todo eso es muy importante. Pero en mi observación, algo es capaz de ver todo eso. Y todo eso viene y va. Pero hay algo que no viene ni se va. ¿Qué puede ser Eso? Porque todo lo que aparece también desaparece. ¿Tengo que continuar persiguiendo eso que por naturaleza es cambiante? ¿Puede eso que por naturaleza es siempre cambiante contenerme a mí cuando en realidad estoy viendo todo eso que viene y va? Entonces, ¿esto es un descubrimiento deprimente o no?

Muchas cosas están apareciendo y flotando delante con las cuales ha habido mucho apego. Y cuando es visto que todas esas cosas no son permanentes hay un dolor que emerge. Hay un tipo de tristeza que aparece. Pero esa aparente tristeza que aparece también está siendo vista. Y también está pasando. ¿Quieres parar aquí? Porque si continuo mirando todo el mundo viene y va. ¿Qué es lo que se queda?

Todo está siendo visto. Y el dolor aparece pero también desaparece. No caigas en el pánico. Ten el coraje de mirar porque está en ti el poder ver totalmente.

(Interlocutor: Siento miedo).

Mooji: Lo que tiene miedo es la mente condicionada. Hay miedo porque se ha cultivado una idea a la que hay mucho afecto y apego a la idea de ti misma. Y no digo esto para que tengas sentido de culpa. Es parte de la manifestación que esto ocurra.

Permanece con los ojos abiertos. Soporta este inicial sentimiento de tristeza. El poder de este mirar no está dando tristeza sino que revela algunas desilusiones. El agarrarse a las ilusiones es lo que reprime la espontaneidad. Está cubriendo la frescura.

Algo siente: “Sin toda esta historia, ¿quién soy yo?” ¿Tienes el coraje para encontrar Eso? ¿Para buscar Eso? En tu último descubrimiento te aseguro que no vas a estar decepcionada porque tú eres todo y estás más allá de todo. Te puedes quedar agarrada al pequeño “yo” o puedes liberarte.

(Interlocutor: Es my bonito soltar, dejar ir).

Mooji: Completa lo que estás viendo ahora. No hay nada en la vida que se oponga a ti. En cierto punto te das cuenta de que toda la manifestación es una oportunidad para reconocerte. Esta conciencia se está desarrollando dentro de sí misma.

En realidad no necesitas ni ser valiente porque tú ya eres Eso que estás buscando.

La conciencia no necesita relajarse porque no hay en ella tensión. Es perfecta por sí misma más allá incluso del concepto de perfección. Incluso esta limpieza, esta autoinvestigación no la realizamos nosotros, se realiza por la Gracia. Es como si toda tu vida estuviera en un puro incendio y no trates de salvar nada de esto. Este fuego es Gracia. Este fuego es libertad y revela tu inocencia original. Este fuego no te va a quemar a ti sólo quemará lo que tú no eres.

(Interlocutor: Cuando las religiones hablan de que tú eres eterno, ¿a esto te refieres?).

Mooji: Sí. Llega un momento en que esto no es algo que lo oyes y lo aprecias sino que se encarna en ti, lo empiezas a vivir. ¿Qué otro descubrimiento más grande puede haber que lo que hay en ti es algo que no puede ser nunca destruido? Algo que es absolutamente incorruptible. Por esta razón estamos aquí.

Cuando sólo pones la atención en lo que es ahora el resultado es gozo. Y este gozo es tan enorme que un poco de tristeza también puede aparecer en él. Todos estos sabores los puedes saborear.

(Un nuevo interlocutor pregunta cómo puede ir más allá de la enfermedad mental que ha experimentado).

Mooji: Primero quiero decir algo. El Ser que tú eres no puede nunca estar enfermo. Eso que es, que tú eres, no puede estar nunca enfermo. Por lo que nunca va a poder ser curado.

Entonces, hay enfermedad mental, de acuerdo. Pero hay alguien que lo está viendo, que está viendo la enfermedad mental, ¿verdad?

(Interlocutor: Sí claro. No me considero un enfermo. Creo que cualquier enfermedad es una oportunidad para estar mejor).

Mooji: Lo que es consciente de la enfermedad, ¿es en sí mismo enfermo?

(Interlocutor: No. Pero me doy cuenta de que no estoy bien. Y ese darme cuenta es la oportunidad para traspasar esa situación).

Mooji: Esto quiere decir que estás utilizando tu enfermedad muy bien. Algunas veces a través de las adversidades te acercas más a quien tú eres. Más que a través de las experiencias dulces. Si pudiéramos vivir esa vida que imaginamos como la mejor es posible que nunca llegaríamos a descubrir la Verdad.

Enfócate en la conciencia por sí misma. Date cuenta de que la enfermedad o cualquier dolor físico está como soportando una mirada negativa hacia ti.

De todas maneras la mayoría de nosotros no está mentalmente muy bien desde la perspectiva de lo que es la Verdad. Solamente hay grados. Si uno no realiza su verdadera naturaleza no estás bien. Date cuenta de las locuras que el ser humano puede llegar a hacer. Y además tienen títulos académicos. ¿Qué es lo que realmente quieres hacer?

(El interlocutor comenta que está en una época de confusión y crisis).

Mooji: Algunas veces las crisis también te hacen abrirte a algo mucho más profundo. Son como un parto con dolor hacia una realización de ti mismo más profunda. Quizá es un estado de progreso con respecto a donde estabas antes.

En definitiva lo que hay que hacer es no identificarse con todo eso.

(Un nuevo interlocutor narra que hace tiempo tuvo una experiencia en donde se descubrió todo lo que se habla aquí. En la actualidad está en una situación personal al cuidado de sus padres enfermos y pide consejo para poder encarar mejor esta situación. También pregunta sobre la vocación en la vida).

Mooji: Lo que tiene que pasar en esta vida es lo que tu destino te muestra cada día. Si ves que eso ocurre moviéndose por sí solo más que por tu propio control, si ves que la vida se despliega por sí sola, entonces puedes vivir la vida completamente en paz y soledad contigo mismo.

(El interlocutor comenta que el cansancio de esa situación le deja sin energía para cumplir con su vocación de pintar).

Mooji. Lo más importante es sentirte enraizado en esa conciencia que tú eres. Porque toda tu vitalidad va a ir acompañando esto. Las circunstancias exteriores pueden cambiar milagrosamente. No sientas que tu vida está limitada por tus proyecciones. Enfócate en lo primordial en estar claro en lo que tú eres. Si sigues alimentando los pensamientos de que el tipo de vida que llevas te frena tu creatividad producirá sufrimiento.

Tienes que ser más consciente desde ese lugar en el que tú observas lo que la vida te está trayendo. Y puedes utilizar el tipo de vida que te toca vivir para permanecer más consciente de ella. Porque mi sentimiento es que nada te está frenando de ser esa conciencia.

En cada caso es diferente. Alguien puede decir: “Yo tengo diecisiete niños. Estoy demasiado ocupada para ser consciente”. No. Puedes reconocer al cien por cien esa

conciencia que eres. Y vas a poder ser un padre para esos niños de una manera mucho mejor.

(El interlocutor pregunta si se puede revivir el fenómeno de la paz).

Mooji: El fenómeno de esa paz que has sentido no es una gran cosa. Aquí nos estamos refiriendo a la paz no fenomenal. Es una paz que no está soportada. Es una paz sin técnica.

(Interlocutor: Es conciencia).

Mooji: Sí, es sinónimo de conciencia. Incluso más allá de la conciencia de la que estás hablando. Para mí es importante distinguir que todo fenómeno es algo que viene y va de esa conciencia. No doy ninguna importancia a eso que viene y va. Incluso la espiritualidad es algo que ocurre en esa conciencia manifestada. Porque Lo Que Es no puede ser llamado siquiera espiritual. Desafía cualquier cualificación. Es el completo y natural sentido de Ser. Absolutamente puro.

Siempre que surge una aspiración a algo, a alguna experiencia, eso no es estable. Y Esto que está observando está más allá de cualquier cualificación.

Hay Algo que no está tratando de hacer nada. No sabe nada de estar o no presente. Es Lo Que Es, y es más allá de todo. Y Eso eres tú. Permite que esto que oyes cale profundo en tu conciencia. Hay algo que está actuando en tu nombre, que está buscando la paz, la felicidad, la iluminación. No te lo creas. Por un momento no sigas ninguna creencia. Ni ninguna aspiración, ni siquiera la de la realización interior. No pienses que necesitas algo. Déjalo todo a un lado. Lo que sea que puedas percibir no lo cojas. Quédate totalmente desnudo de conceptos. ¿Cuánto tiempo necesitas para eso?

Sólo por un momento deja todo y obsérvate. No “yo” y... Sólo “yo Soy”. No busques ningún soporte. ¿Cómo te sientes sin asociación alguna? ¿Se necesita alguna distancia para esto? Siente tu Ser. ¿Hay algo que falte?

La mente está siempre oscilando entre el pasado y el futuro. Déjala que vaya columpiándose por sí sola. No la mires. ¿Cómo estás?

(Interlocutor: Bien).

Mooji: Perfectamente bien. ¿Cuánto tiempo va a durar este estar bien?

(Interlocutor: Para mí depende de la mente).

Mooji: No. No depende de la mente. Tú no dependes de la mente. A lo mejor imaginas que dependes de la mente. A lo mejor es tu creencia que dependes de la mente. Si

crees en los pensamientos los traes a la existencia y ahí estás en la lucha. Nada te para ni está frenando de ser lo que tú eres. Sólo lo estás imaginando.

Es como el dicho de que tu propio dedo puede tapar la luz del sol. De la misma manera, un pensamiento al que tú le das crédito, puede tapar el reconocimiento de tu propio Ser. Aparentemente.

Yo también pasé muchos años pintando. (El interlocutor también pinta y surge una conversación en torno a esto). Y nunca estaba satisfecho hasta que descubrí lo que soy. Me di cuenta de que estaba buscando lo real en un cuadro. Parece que estamos buscando lo real en todo lo que hacemos. En nuestro trabajo, en nuestra creatividad, en las relaciones, en los hijos, en los sueños, siempre buscando. Es como un impulso muy primal. Moviéndonos de una cosa a otra.

(El interlocutor cuenta que su experiencia la vivió cuando creyó que ya lo había vivido todo en su vida llegando a pensar que incluso se moría. Sintió un renacer y de ahí su duda de por qué tener que volver al sufrimiento).

Mooji: ¿Estás sufriendo ahora?

(Interlocutor: No es el mismo sufrimiento que antes. Es más como estar tenso).

Mooji: Es muy posible sentirte lleno de tensiones y ser alguien totalmente libre. No le des demasiada interpretación a todas esas sensaciones porque la mente está inclinada a hacer eso. Ella dice: "Puesto que hay tensiones no puedo estar libre". Y esto lo vas añadiendo a todas las interpretaciones que ya tienes.

(Un nuevo interlocutor comenta que está cansada de esa parte suya buscadora, necesitada del Satsang).

Mooji: Estás cansada del "satsang mental" nunca puedes estar cansada del verdadero Satsang.

(Interlocutor: Aunque me dices que es posible la realidad es que no consigo desengancharme de esta mente que necesita buscar, que necesita hacer. De alguna manera no logro desconectar ese pensamiento que llega a mi mente y me dice que todavía tengo que hacer algo, que tiene que haber un esfuerzo).

Mooji: A cualquier lugar a donde vayas está la mente acurrucada.

(Interlocutor: Y me siento muy tonta con esta situación).

Mooji: Está bien darle el permiso a la mente de ser completamente estúpida. Si pudieras parar de pensar "mi mente" y simplemente verlo como "la mente". Es el jugar

de los opuestos. Si dices: “Me gustaría que eso parara porque mi mente es así, mi mente es así”.

(Interlocutor: Pero tiene que haber un interés porque de lo contrario no ocurriría nada).

Mooji: ¿Has intentado buscar de quién es ése interés? ¿De dónde surge? ¿Ir realmente a esa investigación?

(Interlocutor: Eso no ha sido muy exitoso).

Mooji: ¿Por qué? Porque cada vez que lo intentas la mente dice: “Ah, pero esto es muy mental”.

(Interlocutor: Últimamente he pasado tiempo con caballos y es muy relajado porque como ellos no tienen mente).

Mooji: Y la mente te irá empujando para que vayas a buscar caballos. Te dirá: “Claro, ves a jugar con los caballos que estos no te traen problemas. Quédate apartada de los humanos que estos sí que traen problemas”.

(El interlocutor comenta que aun con todo ha habido un cambio con respecto al pasado).

Mooji: Eso puede durar y puede durar. Puedes revisar el pasado pero, ¿quién se está percatando realmente de todo eso? ¿Quién se beneficia de eso?

(Interlocutor: Lo que sí encuentro es esta identificación tan fuerte que me hace sentir llena de rabia...).

Mooji: ¿Qué es lo difícil? ¿Qué está pasando ahora en este momento?

(Interlocutor: Si no pongo la mente veo que no está pasando nada. Pero continúo sintiendo como que algo está reteniendo).

Mooji: Te lo tengo que decir. No hay nada que esté mal en ti. Todo lo has cultivado. “Tengo que hacer eso, es que todo es tan difícil, no logro salir de eso”. Me gustaría que pudieras ver a través de mis ojos. Porque yo estoy dentro de ti como Eso. Por eso tengo esta confianza en hablarte de esta manera. Porque no puedo ver nada que esté mal en ti. Pero tú estás intentando convencerte a ti y al mundo entero de que hay algo que no funciona en ti. ¿De dónde viene esta creencia?

Nosotros cultivamos esta actitud. Nunca nada está mal con uno. Pero siempre habrá algo que no coincida con la idea que tú tienes de ti mismo. Siempre habrá algo que no concuerda con la imagen que tienes de ti mismo.

(Interlocutor: Las ideas no paran nunca).

Mooji: No porque lo que tú eres está más allá de cualquier idea. Tú estás más allá de las ideas. No hay ninguna idea que sea una empleada de sí misma. Alguien le está dando trabajo a esa idea. Es un aspecto de tu Ser. Un poder que tienes. La capacidad que tienes de creer en algo. Y esto emerge de ti. Tienes que entender este poder. Tienes que entender el poder que tiene la atención y el poder que tiene la creencia. Si entiendes estos poderes no vas a perder el poder.

Ahora bien, si no entiendes estos dos poderes llegas a esta sensación de confusión. Tú estás antes de cualquier creencia y antes de la atención. Encuentra de qué modo estás antes de todo eso. Puedes leer un montón de libros espirituales pero los voy a comprimir en esa pregunta.

Tú eres el que ve todo. Todo lo que tú dices “yo sé” está emergiendo delante de ti. El movimiento de la atención, el útil más poderoso que tienes, porque donde sea que esa atención apunta sientes que estás allí. Pero tú no eres la atención porque eres capaz de observar esa atención.

Las creencias, otro poderoso útil, porque lo que tú crees se convierte en tu vida. Comprende estos poderes. Tú no eres esa creencia. Estás dándote cuenta de la creencia y de la atención. Estás consciente de la mente, de la memoria, del intelecto, de las formas, de los nombres, del tiempo, del espacio, del pasado, del futuro, del presente, todo eso lo ves y lo sabes. ¿Quién eres? ¿Puedes encontrar al que conoce todo eso? Pruébalo. Agárrate a eso. Agarra a tu Ser y preséntalo.

¿Eres la cara? Mírate en el espejo. ¿Eres esa cara? ¿Eres tu cara? Déjalo todo y concéntrate en estas preguntas. No son meras preguntas intelectuales. A través de estas preguntas muchos seres se han reencontrado a sí mismos. Tú no eres menos que ninguno de ellos.

(Interlocutor: Cuando lo dices lo entiendo pero enseguida hay algo que se mueve).

Mooji: Tú no eres eso que se mueve o se aparta de ti. Estás muy atraída por esta idea y la crees. Pero no eres eso que se acerca o se aleja de ti. Porque si fueras eso no podrías notarlo, no te darías cuenta de eso. Entonces, ¿qué es lo que puede ser?

Todo movimiento se anuncia en tu presencia. ¿Dónde estás localizado realmente? Siéntelo. Mira. ¿Qué estás encontrando? No tengas miedo. En algún momento de la existencia tienes que encontrar Eso. ¿Por qué no ahora? ¿A qué te estás agarrando? ¿Qué es lo que tienes tanto miedo de perder?

Ya está aquí lo que estás buscando. Creo que es San Francisco de Asís quien dijo estas palabras. Lo que tú estás buscando es ya desde donde tú estás buscando. ¿Quién entiende eso?

En realidad os tengo que decir que la búsqueda es un fraude. Pero tiene que ocurrir. Este es el juego de la existencia. Lo Absoluto está tratando de descubrirse a sí mismo en el espejo de la existencia. El amor se manifiesta en la búsqueda. Es por una tremenda y profunda razón porque el absoluto se manifiesta en estos cuerpos. No solamente para probar la existencia sino para gustar el reconocimiento de sí mismo a través del cuerpo.

Se dice que en el momento antes de manifestarse el Absoluto en esta existencia surgieron dudas. ¿Por qué? Había un precio a pagar que era el olvido de sí mismo. Por eso hubo una gran duda. Y, paradójicamente, el gozo más increíble es reconocerse a uno mismo más allá del fenómeno.

(Tras una larga pausa).

Hay una canción que dice: “Déjame morir conscientemente ahora, así no tengo que morir otra vez”. Quiere decir morir a toda esa ilusión

31 de mayo de 2009

Primera sesión

Mooji: Om. Namasté. Bienvenidos al Satsang.

(Un interlocutor comenta que no somos los que percibimos, sentimos o pensamos, y que si no debemos permitir que nuestros sentidos reaccionen a los estímulos cómo vamos a disfrutar de la vida).

Mooji: Entonces tú dices: “No somos ni lo que sentimos, ni lo que pensamos, ni lo que percibimos a través de nuestros sentidos. No necesitamos aferrarnos a lo percibido, sentido o pensado si queremos trascender, ir más allá de la experiencia física”.

Bien, lo primero que diría es que esta expresión “si queremos trascender o ir más allá de la experiencia física” la querría sustituir por “si queremos permanecer más allá”, es decir, permanecer, puesto que ya estás más allá. Esta es la verdad. Pero nuestra experiencia nos dice: “Esto no es cierto. Debo hacer algo para volver a mi estado original”. De ahí viene el término “trascender” e “ir más allá”.

Pero ya estamos allí, más allá, pero no nos percatamos de ello porque nos creemos el condicionamiento del cuerpo-mente que ni siquiera es estable. No sentimos como si estuviéramos apartados de nuestro estado perfecto. Y todo el condicionamiento de cualquier origen apoya esto. Por eso lo quiero aclarar. Si queremos trascender o ir más allá de nuestra experiencia física nos dicen que no podemos reaccionar a nuestros sentidos, sentimientos o pensamientos. Yo no digo esto.

Acciones, reacciones e interacciones ocurren espontáneamente en la presencia de vosotros. Esta es la verdad. Cuando te identificas dices: “Hago esto, no tengo que hacer aquello”. Creas un entorno tenso, fricción, lucha. Lo que yo digo es: deja que la vida ocurra. No hace falta estar detrás de la vida dándole vueltas a su manivela. De acuerdo al condicionamiento, a la educación, y otros factores que no son rastreables, el cuerpo ya está respondiendo a su entorno. Todo esto es lo que llamamos el funcionamiento del cuerpo-mente. Nosotros somos, en realidad, los testigos de ello. Pero debido al condicionamiento humano identificamos erróneamente la conciencia que somos con el funcionamiento del cuerpo-mente. Esto es fundamental. Una vez que lo ves, algo se relaja. Si no, tienes un montón de trabajo que hacer.

El funcionamiento del cuerpo-mente no es estable. No es de fiar. Ponemos un montón de energía tratando de manipular el condicionamiento. Tiene su efecto pero es muy pesado. Te invito a entender. Si entiendes la posición correcta, si reconoces y te das cuenta de quién eres en realidad, y no lo que crees ser, el juego cambia. Ya no estás en la posición del actor sino en la de la audiencia. De todas formas parte de la acción te llega.

No reaccionar a nuestros sentimientos y percepciones no es natural. Yo digo que deja que acontezcan las acciones y reacciones pero no te identifiques con ellas. Inmediatamente el espacio crece. Ya no estás peleando con la vida. ¿Cómo vas a ganarle a la vida?

No trates de luchar con la mente. La mente es experta y no ganarás. Éste que está luchando con la mente no es otra cosa que un aspecto de ella misma. Cómo vas a disfrutar de la vida si no permites que tu cuerpo reacciones a la alegría, a los sentimientos.

(El mismo interlocutor pregunta cómo saber que si lo que piensas o sientes viene de tu organismo cuerpo-mente o de nuestro Ser eterno único y puro en el interior).

Mooji: ¿Cómo sabemos si lo que vemos, sentimos o pensamos viene del organismo cuerpo-mente o de nuestro puro Ser interior? La mayor parte de la mente. El puro Ser interior no tiene muchas opiniones.

Esta pregunta la he oído muchas veces. ¿Cómo me voy a enterar si viene de la mente, si viene del corazón? Algunas veces la gente dice: “Tengo que tomar una decisión pero no sé si tomar esta o aquella. No sé cuando mi corazón a veces quiere ir para allá y mi mente para otro lado”. El corazón no quiere ir a ningún lado. El corazón no ve ni encuentra diferencias. En ambos casos es la mente la que pregunta: “¿Me voy con el corazón o me voy con la mente?”

A medida que te vas alineando de manera más correcta con tu verdadero Ser pensarás menos y sentirás más. No habrá tanta distancia con los sentimientos y enseguida se notará la actividad del pensamiento. Cuando nos libramos de la obsesión de especular y proyectar estamos otra vez en la existencia espontánea. Esto es lo mejor. El telón de fondo de esta existencia espontánea es el silencio y la paz. No vas a tener el sentimiento de que vas a tener una clase de estrategia para vivir exitosamente. No vas a sentir aquí estoy “yo” y allí la vida. Tú eres la vida. Eres uno con ella. Y habrá una suprema confianza natural de que todo está bien. Que vayas para allí o allá nunca puede estar equivocado porque no es tu mente la que determina tu vida. Y tampoco te estás apoyando en el pensamiento. El pensamiento es una enorme exageración. Te

imaginas que necesitas pensar pero la mayor parte del tiempo el pensar es una molestia.

(El interlocutor plantea otra pregunta: ¿Cómo podemos saber que la conciencia no es otra de las funciones de la mente?).

Mooji: ¿Quién serías si estuvieras separado de la conciencia? Porque estás diciendo: “¿Cómo podemos saber si la conciencia está o no aparte de la mente?” ¿Quién pregunta esto? ¿Algo distinto de la mente o de la conciencia?

(Interlocutor: Es la misma conciencia).

Mooji: Ahora hablas desde la conciencia. ¿Qué quieres saber? ¿Suena cómico no?

(Interlocutor: La conciencia quiere saber si no será solamente un producto de la mente. Un aspecto muy brillante de la mente).

Mooji: En otras palabras: primero viene la mente y luego viene el hijo de ella, la conciencia. La mente observa a la conciencia en vez de ser la conciencia la que observa a la mente. ¿Es así?

Tú estás consciente del funcionamiento de la mente, del intelecto, de todo esto. Algo lo está observando agudamente. Aun las más sutiles de las sensaciones están apareciendo en ti. ¿Qué eres tú entonces? No hace falta que emplees palabras como la “conciencia” o la “mente”, eso no es importante pero, ¿qué eres tú entonces? Tú estás consciente de los pensamientos, también estás consciente del marco del tiempo en el que estos pensamientos se desarrollan. Eres capaz de discernir entre lo imaginario y lo real. ¿Quién eres? ¿Qué eres? ¿Podrías darnos una muestra de ti mismo?

(Interlocutor: No).

Mooji: Esta capacidad surge en ti de forma espontánea. La habilidad y la función de percibir. Sin esfuerzo. Los pensamientos aparecen, ¿de dónde vienen? Antes de que un pensamiento sea reconocido, ¿lo conocías de antes? ¿De dónde ha salido ese pensamiento?

(Interlocutor: Desde el inconsciente).

Mooji: ¿Quién ve esto? ¿Quién sabe esto? ¿Qué es lo que observa esto? ¿Es masculino o femenino? ¿Tiene religión? ¿Creencias? ¿En qué huso horario se encuentra?

(Interlocutor: Si la conciencia está más allá del organismo cuerpo-mente, ¿dónde está mi Ser y mi conciencia cuando duermo? ¿O cuando se pierde la conciencia a causa de un accidente? ¿O a causa de una enfermedad mental?).

Mooji: Son diferentes casos. El más interesante es el sueño profundo. La conciencia dual no está presente en ese momento. El sentido “yo” no está presente. El que percibe en forma dual no se encuentra presente.

Aunque hoy mismo tuvieras un bebé recién nacido a tu lado en la cama, cuando llega el sueño profundo no está el bebé, ni la mamá, ni la cama, no hay nada. Y, sin embargo, nos encanta ese estado. No te vas a dormir llorando. La mayor parte de la gente se compra una buena cama para entrar en un estado del cual ni siquiera se puede hablar. Sin el mecanismo de percepción en el estado de sueño profundo ni siquiera estás consciente de ti mismo, del Ser. Y, sin embargo, estamos esperando para irnos a la cama. Se acabó el mundo de “yo”, “tú”, “ellos”, la “religión”. ¿Estás allí o no? ¿Solamente existimos dieciocho horas por día? ¿Existes menos en el sueño profundo que en la vigilia?

(Interlocutor: Esta es la cosa más interesante de todas las preguntas que me he planteado. No me siento capaz de mantener el sentido de conciencia cuando mi cuerpo está inconsciente. Esto pasa cuando duermo, cuando tengo una enfermedad mental, o cuando estoy muerto).

Mooji: ¿Ya has experimentado esta enfermedad? ¿Has estado muerto ya?

(Interlocutor: No. Me parece que no).

Mooji: Te quisiera presentar una pregunta muchísimo más íntima que estas que hemos escuchado. ¿Quién soy yo? ¿Para quién ocurren y se habla de todas estas experiencias? Todos estos estados ocurren en mi presencia. Ahora estoy aquí hablando de ellos. No pueden ser lo que yo soy. Aparecieron en mi conciencia. Si no estuviera yo para observarlos no existen. Deben depender de mí entonces. Creo que esto es de sentido común.

Por eso esta pregunta: ¿Quién soy yo que está percibiendo eso? Las otras preguntas que has hecho son más especulativas. Es decir, si te doy una respuesta para ese tipo de preguntas a veces podrás estar de acuerdo o no. Le preguntas a otro y te va a dar una respuesta diferente. Y te pueden gustar más que las otras. No son tan íntimas.

Esta pregunta: ¿Quién soy? No es especulativa. Todo lo que necesitas para llegar a una comprensión completa está ahora mismo en tus manos. No importa si has oído esta pregunta mil veces ya. Escúchala fresca y nueva ahora.

Tú eres el factor más importante en todas las experiencias. Sin ti no existe nada. Tú puedes decir: “Pero si me muero el mundo va a seguir andando”. Pero cómo te vas a

enterar si no existes. Ahora lo puedes decir porque ahora tienes conciencia. Sin esto ya no es asunto tuyo.

(Interlocutor: ¿Dónde está el testigo, dónde está el que percibe cuando duermo?).

Mooji: Parece que está tomándose un descanso que necesitaba mucho. Gracias a Dios. Imagínate que no te puedes apagar. Todo el rato percibiendo. Así es cuando se va a desencadenar la enfermedad mental.

La naturaleza te ha dado un entorno perfecto para ti. Puedes jugar cuando estás en el estado de vigilia. Está el sueño con sueños para imaginar y hacer lo que surja. Y el sueño profundo donde la luz está apagada. Y estos estados están dando vueltas en tu interior.

Algunas personas han llegado a reconocer en el estado de sueño con sueños que están soñando. Y se dan cuenta de que la vigilia y el sueño con sueños no son tan diferentes. Los mismos mecanismos están funcionando. En el sueño profundo es también posible que haya una sutil conciencia porque algo es disfrutable. Es como entrar en una habitación totalmente oscura, cerrar la puerta y puedes decir: "No veo". Es decir, no puedo ver ninguna cosa pero aun esto no es cierto porque podemos ver oscuridad.

Cuando decimos que no veo nos estamos refiriendo a que no vemos cosas, no vemos lo familiar. Entonces llega el miedo. Necesito ver algunas cosas a fin de ver mi propia posición. La mente liberada no funciona de esta forma. Lo que ve, todo lo que ve, son fenómenos que se manifiestan. Incluyendo el cuerpo. Y también incluyendo el sentido de encontrarse dentro de este cuerpo. Todas estas percepciones son fenómenos. No hay palabras para Aquello que lo percibe. Es la conciencia no nacida. No puede ser estudiada. No tiene nombre. Éste es tu verdadero lugar aún ahora.

Pero existe un cierto apego al estado de vigilia. Apego a la identidad, al funcionamiento de la mente, a la auto-imagen, a la idea que tenemos de quiénes somos. Y esto es firme. Hemos invertido un montón de energía en proteger esta identidad. Casi todo lo que escuchas es vertido dentro de esta identidad porque está siendo filtrado a través de la mente condicionada. Se escucha como si fuéramos la mente y ahí es donde comienzan los problemas.

Te digo: Escucha pero ni siquiera te identifiques con el que escucha. No te identifiques con ninguna imagen. ¿Puedes hacerlo? No toques el pasado que va a estar continuamente llamando a la puerta. Déjalo de lado y no te agarres a nada de cualquier cosa que creas conocer. Encuéntrate totalmente vacío de intención o deseo. Pruébalo no es difícil. Y luego puedes hablar desde lo que haya quedado. Algo va a permanecer allí que no necesita esfuerzo ninguno ni intención. Tenemos que tener la

experiencia de esto. Conocerlo. Y tus miedos volarán. Se irán. La especulación no sirve para quitar el miedo. Sólo la experiencia directa pondrá todo en su lugar.

No apegados a nada y tampoco intentándolo. Algo está ya allí por sí mismo. Tu propio Ser. No está tratando de convertirse en nada. Está totalmente satisfecho descansando consigo mismo. Nunca se cansa. No pertenece a nada. No tiene que demostrar nada. No es digno ni indigno. Ni va ni viene. No necesita ninguna ayuda. Está más allá de la necesidad. Este es tu Ser. Y ningún pensamiento le ayudará. Sólo los pensamientos que hayan surgido del silencio, con Gracia, son como un espejo hacia este Ser para recordarte que ya eres libre. No es un contrato. No necesitas concentrarte. No necesitas ser cuidadoso. Es natural y completo. Disfrútalo. Este es el verdadero significado de divertirse y pasárselo bien. Disfruta de no tener apegos ni adicciones. Tu estado natural. No necesita ser equilibrado. Tampoco necesita ser sanado porque ahí nada va mal. Las nubes pasan flotando en la extensión vacía del cielo. El cielo no se queja.

(Un nuevo interlocutor comenta que en los últimos tiempos ha sentido gran frustración tanto con lo de fuera como con lo de dentro. Siente que si se retiraran todos los condicionamientos quedaría como un gran signo de interrogación. Hay una gran confusión).

Mooji: Si cambias un poco la perspectiva, en vez de decir: “tengo esta confusión”, es más verdadero decir: “me estoy dando cuenta, estoy percibiendo una confusión”. No es sólo un juego de palabras.

“Yo” en su sentido de puro, es pura conciencia, tiene un ambiente de pureza a su alrededor. Por eso si alguien te dice: “estás loca”, se siente como algo doloroso. Le estás llamando loca a la conciencia. O estúpida. O si dices: “yo soy estúpida”, es pesado, porque yo no puedo ser nunca estúpida. La estupidez pertenece a la mente. La mente es muy estúpida. Es la conciencia la que está observando la estupidez de la mente. Si dices: “la conciencia es estúpida”, te has encerrado completamente. No es así.

(Interlocutor: Me siento como un signo de interrogación).

Mooji: Pero también percibes eso, no te identifiques. Observa sin identificarte. Observa la reacción que está teniendo lugar. No seas tan rápida para interpretarla o juzgarla.

Tú dices: “Intento dejar de lado mi condicionamiento porque hay algo que observa la presencia y el funcionamiento de este condicionamiento”. Hay una intuitiva percepción de que yo no debo ser ese condicionamiento. Algo se ha separado de este

condicionamiento que lo está observando. Y llegas a este punto de claridad, ¿o no es tan claro?

(Interlocutor: Lo intento y, a veces puedo llegar, pero cuando llego en profundidad empieza la confusión, no sé dónde estoy).

Mooji: Una reacción del pasado. Vienes al lugar donde puedes observar el condicionamiento pero como un reflejo viene un: “Oh, pero no hay nada”. Y llega el miedo. Tú estás observando todo eso. Pero algo se identifica y busca algo familiar. Esta reacción es universal. Estás apegada a lo que es familiar. Aunque sea penoso. Deja que la reacción ocurra pero sin identificarte con ella.

Te estoy recordando que no te encuentras en un lío. Permanece tranquila. Observa sin juzgar. Algo quiere juzgar. Cada vez que tienes miedo juzgas o matas. Algo se está comportando así, ponte detrás. Puedes sentir que el cuerpo se agita, sin embargo, sigue siendo sólo una reacción. No intentes controlarlo. Úsalo como una oportunidad única para observarte verdaderamente. Esta reacción no eres tú. Quizá viene del condicionamiento. Del miedo de sentirte aislada. Del miedo de verse sin mente. Tenemos miedos muy básicos que nos mantienen atados. Entonces, vives como una oveja y así perteneces. Te da un poco miedo de rugir porque el león no necesita compañía. La oveja tiene que estar con otras ovejas. El miedo llega y: “Oh, no sé lo que tengo ahí delante”. Pero ahora tampoco lo sabes. Solamente te consuela un poco tu imaginación. ¿Ves?

Cuando dices: “sí”, a tu propia Verdad, te estás preparando para un viaje bien auspicioso, por un rato. Porque todo aquello que has suprimido se está abalanzando a la superficie ahora. Y la reacción es correr a donde me sienta protegida. Entonces te animo a observar y permanecer en silencio. El Ser está expulsando cosas viejas y eso no se siente con comodidad. Si te sientes perdida está bien. Ten la experiencia de ver como es sentirse totalmente perdida. Totalmente indefensa. Pero esto no es malo, esta indefensión no es mala. Siéntela. Lo que estás experimentando es una transición, un cambio en los poderes. Del poder del rebaño, es decir, sin poder, al poder del rugido, al poder del león. Por un rato estás en tierra de nadie y la mente teme o, por lo menos, parece como si temiera. Mantén tu posición. No entres en pánico. Y si llega el pánico no te identifiques con él. Por un momento vive solamente a través de tus ojos, no a través de la mente. Sólo mira. Observa en silencio. Deja que la erupción acontezca. No siempre pasa así pero no te asustes. Ya se irá, ya se aclarará. Y una frescura se va a expandir. Una frescura llegará de la cual tampoco puedes hablar pero está llena de alegría y paz. No has perdido nada de valor.

Muchas veces me gusta que hablen de esto porque muchos llegan a este punto y salen corriendo. Dicen: "Oh, no, no tendría que ser de esta forma, me encuentro perdido". Te encuentras perdido porque estás encontrándote a ti.

Tienes que decir "sí" a ti misma y a la vida verdadera. Nada de vida de ovejas. Algunos momentos está bien porque así estás en el rebaño. La vida te está haciendo a veces así. Pero adentro no eres oveja. Afuera oveja pero adentro no. Ni siquiera león tampoco. Vacío.

(Un nuevo interlocutor hace una pregunta en torno a las vibraciones del cuerpo).

Mooji: ¿Por qué?

(Interlocutor: ¿Es posible resucitar el cuerpo, llevártelo contigo?).

Mooji: ¿Por qué? ¿Te quieres llevar el cuerpo contigo por allí?

(Interlocutor: No. Es simplemente una capacidad de ser uno mismo y poder hacerlo).

Mooji: No. ¿Quieres hacer tú mismo esto de resucitar al cuerpo o cómo quieres que ocurra?

(Interlocutor: Es una pregunta que siempre me he hecho y creo que es posible).

Mooji: Cuando el cuerpo cae por su propio peso ya sabrás que está bien y no lo vas a querer de nuevo.

(Interlocutor: Es verdad. ¿Pero es posible incrementar el nivel de vibración?)

Mooji: ¿Por qué razón?

(Interlocutor: Para sentir más, ser más yo mismo, ser más feliz).

Mooji: No hace falta. No te apoyes en el cuerpo para ser quien eres. Puedes tener un cuerpo fenomenal y ser bien miserable en el interior de ese cuerpo. Puedes tener un cuerpo de "Quasimodo" y encontrarte en paz. ¿Cuál preferirías?

(Interlocutor: Sentirme en paz).

Mooji: Buena elección. Es perfectamente posible para ti en ese cuerpo que tienes tener una existencia llena de paz y de alegría. Y estar completamente consciente de quién eres. Llegar a la certeza de que eres eterno. Esto es lo mejor.

(Un nuevo interlocutor pregunta el papel que juega la meditación en todo esto apoyada con la observación del movimiento mental).

Mooji: En primer lugar, si por meditación entiendes el fijar la atención en un objeto esta desarrollará el poder de concentración de la mente por tanto tiempo como permanezcas involucrado en esa práctica. En el momento en que te muevas a una situación diferente, cuando la intención de enfocarte en un objeto no está presente, este foco se pierde con rapidez. No lo recomiendo. Si quieres usar la palabra “meditación” te puedo recomendar que encuentres o descubras quién es el meditador. Medita sobre el meditador. O, por lo menos, localízalo, fíjate donde está. ¿Quién o qué está meditando? ¿Por qué razones? ¿Qué observa esta meditación? Esto es muy bueno. Me gustaría ver qué es lo que sale de esta práctica si lo quieres llamar así.

La otra es fijar la atención en un objeto. Es sobre algún fenómeno. Puede ser una llama, un punto en la pared. Sigue siendo un fenómeno. Pero, ¿quién lo está haciendo? Esto es lo íntimo. Observa lo que pasa cuando sigas esta guía, esta pauta.

Has hablado de desarrollar esta actitud de observación en la vida diaria. ¿Cuál es tu propósito? Porque te vas a cansar. ¿Quién puede mantener esto? Ni el Buda se mantuvo observando tanto. Tiene que haber un propósito para observar. ¿Qué significa observar? ¿Qué se encontrará con esta observación?

(Interlocutor: El propósito puede ser que tú no generas los pensamientos, que tú no eres los pensamientos, observar cómo suceden).

Mooji: Cuando tú observas que lo que aparece es un fenómeno y depende del que lo observa, de tal manera que se te hace claro que son secundarios, en cuanto estás claro ahí, entonces la atención se debe mover hacia ti. ¿Qué es lo que lo está observando? Observa al observador. Esta es verdadera observación.

En un principio cuando estás observando le llamo a esto observación activa. Porque antes de ello no estás observando sino sólo reaccionando, casi como un animal. Y rápidamente te identificas con las experiencias que aparecen. El primer consejo es que observes lo que surge en esa mente u ocurra en el cuerpo. Estos son los pasos iniciales de observar. Reconocer que hay una especie de mecanismo en esta función y que comienza a ocurrir por sí misma. Ya están pasando, sin identidad, ocurriendo. No me están pasando a mí. Simplemente están pasando. Y ya esto da espacio. Tu campo de visión se vuelve panorámico. No se contrae. Relajado. Y un sentimiento natural de alguna distancia, de algún desapego está presente. Este desapego se siente como júbilo, como gozo, como espacio. Y esta observación activa gradualmente se vuelve pasiva. Ahora uno nota que la vida está aconteciendo por sí misma. Incluyendo este cuerpo. Incluyendo el proceso de pensamiento. Va pasando. Pero hay un sentimiento bien preciso de presencia, como el espacio consciente donde estos acontecimientos

ocurren. A esta altura de las cosas el sentimiento de identificación va disminuyendo. Aparece un sentimiento natural de paz. La fuerza y el agarre del condicionamiento está empezando a aflojar.

Gradualmente aun este observar pasivo deja de ser monitoreado. El sentimiento de presencia consciente está incubándose en sí mismo. Una fuerza tremenda y pura se encuentra ahí. Pura espaciosidad. Dicha. Sin preocupaciones.

El funcionamiento continúa. Acciones y reacciones continúan. Es natural. No estás en *samadhi*. Puedes hacer tu vida normal pero por dentro en total soledad. Espacio dentro y fuera. Tu existencia entonces se siente como espacio que se mueve en el espacio. Sin esfuerzo.

(Interlocutor: Y antes de llegar al punto donde no tienes que monitorear conscientemente porque ya es natural, en ese momento, ¿sirve de algo hacer una práctica de meditación de observación hacia lo que surge?).

Mooji: La meditación intencional puede continuar felizmente, eso está muy bien. Poco a poco se va volviendo cada vez más espontánea. Encontrarás en todos los aspectos de tu expresión que hay un espacio meditativo ahí espontáneamente. Y el fruto de este tipo de observación se vuelve cada vez más contemplativo. Lo que ocurre es más cercano al estado de aceptación natural. Al principio hay una aceptación como selectiva pero luego se va abriendo cada vez más y la aceptación llega a abrazar a toda la existencia. De todos modos esto no es un mapa. Este proceso se desarrolla de forma natural.

Algunas veces lo único que hace falta para que este estado se presente es un total "sí" a la vida y a lo que se presenta. Y aun este "sí" también es causado por la conciencia.

Todos los seres están siendo atraídos hacia esta Verdad pero con diferentes fuerzas de atracción. En un punto dado la fascinación es tan poderosa que ninguna otra cosa logra atraer tu atención. En ese momento nace el Buda en ti en este cuerpo. Es una manera de decirlo. Tu verdadera naturaleza se revela a sí misma. Te despiertas del sueño.

(Un nuevo interlocutor comparte que intuitivamente ha llegado a la comprensión de que lo que se busca es el mismo buscador. Que en realidad no existe ese buscador separado).

Mooji: Así es. Es verdad que todas estas especulaciones, pensamientos, conceptos que se mueven, en un momento dado, desaparecen. No son verdad. Se sentían como

verdaderos cuando te estabas imaginando que “yo” son el que vive esta existencia. Es sólo un pensamiento “yo soy el que vive la existencia”.

Sólo existe Aquello que está bailando consigo mismo. Y esto es ver con todo el Ser. ¿Qué significa eso? ¿Se terminó la actividad? Te tenemos que poner en una capsulita con el cartel de “este ya está terminado”. ¿Puede ser así? No, la actividad continuará pero tú no sabes quién la hace. Ahora bien, esto no es un estado estúpido. Tengo que advertirlo porque hay un montón de miedo que se sitúa en este punto. Si el “yo” no está a cargo, ¿quién está a cargo de todo? ¿Quién es el que hace lo que yo hago? ¿Y es de fiar? Y entonces, si “yo” no soy nadie ¿esta pregunta quién la hace? Esta confusión sólo puede venir desde una perspectiva mental. Si estás especulando con la mente para ya. Descubre con frescura.

Ahora la vida confirmará este descubrimiento al que has llegado intuitivamente. Uno empieza a encontrar que la vida se mueve por sí misma. Todas mis acciones son las acciones del universo. No se lo digas a nadie porque no lo entenderán. No le vayas a decir a tus amigos: “Ahora mis acciones son las acciones del universo”. Pero, en cambio, en tu interior ves que todo es la acción del universo. No hay ningún autor, ningún hacedor independiente y autónomo. No te asustes de algo así. Tú eres el Ser universal jugando en esa forma como individualidad. Pero la esencia no es esa individualidad. El individuo es simplemente un rol que hay que jugar. Y lo sientes. Todas tus acciones exteriores continúan, hay algo apropiado en esa actividad. Pero no serás predecible.

(El interlocutor confirma que todo esto lo ha experimentado y que lo único que cabe esperar es que caigan las estructuras de la mente para que te fundan con el Uno).

Mooji: Es un continuo sentir intuitivo que el rendirse continúa a todos los niveles.

Cada uno se expresa en forma única. Algunos seres, cuando se dan cuenta de quiénes son, algún impulso los lleva a irse a vivir a una cueva. Algunas veces el impulso te trae a sentarse ahí y hablar de ello. Este impulso que la tradición llama *prarabdha karma* continúa en ti y hace que se haga algo que se tiene que completar, que pertenece a este cuerpo-mente. En otras palabras, continúa llevando a cabo su vida normal y haciendo sus cosas. Sri Ramana Maharshi habló de este estado. Él lo llama *sahaja samadhi*. El estado natural. Las actividades cotidianas continúan pero por dentro estás libre de los apegos. La mente se encuentra en total soledad. El aroma que se desprende de este estado es de total paz. No hay ningún individuo para decidir cuál soy yo.

(Interlocutor: A eso es lo que me refería. Sólo cabe esperar que llegue ese momento en que de los dos sólo quede uno. La Verdad).

Mooji: No hace falta esperar nada. ¿Por qué esperar? ¿Quién espera? En la espera siempre hay una especie de ansiedad. Esto no es esperar.

El sentimiento “Soy” puede estar allí. Y hasta el sentimiento “yo Soy” ya se ha comprendido como algo fenoménico. Más allá no hay nada que pueda ser descrito. Estás en el estado indescriptible. El cuerpo está ahí, la sensación “Soy” tiene que estar presente. La fuerza de la vida está ahí como respiración. El funcionamiento del cuerpo puede continuar o no, no es una decisión que hace falta tomar. De lo que estamos hablando, sea cual sea la expresión que toma, es de algo totalmente natural para esa unidad cuerpo-mente de la que hablamos. El “yo Soy”, la “yoidad” misma está apareciendo en este cuerpo.

(Un nuevo interlocutor comenta que muchas veces ha escuchado que todo lo que se ve es una expresión de la conciencia. Y que esto lo comprende para la expresión de las cosas buenas pero no para las malas. También comparte que últimamente ha estado trabajando con animales ayudándolos y ahora se cuestiona si esto es adecuado o la actividad tendría que surgir de ese estado de silencio que se experimenta en Satsang).

Mooji: Con respecto a la conciencia dices: “Yo puedo aceptar el lado bueno de la conciencia pero me es muy difícil aceptar el malo. ¿Por qué la conciencia quiere hacer cosas malas?”. Tal vez uno siente que la conciencia debiera ser buena.

Hay que entender que la conciencia no es un buen chico. Es el campo de interrelación entre los opuestos. Si no existen estos opuestos no puede haber experiencia. Hablas de las cosas buenas pero nunca sabrías que son buenas si no hubiese cosas malas para compararlas. No pensemos en la conciencia como buena o mala sino como divina. Juego divino. El campo de las ilusiones. El campo de la dualidad. Y la dualidad no es un error. Es un instrumento necesario a través del cual la experiencia se despliega.

¿Si la conciencia es capaz de bueno y malo es posible ser libre? ¿O estamos apremiados para vivir continuamente en este estado de dualidad?

Esta conciencia manifestada no es verdad. En India llaman Maya a esta conciencia. El campo de la ilusión. Y también que no eres eso sino que estás más allá. Pero debido al cuerpo estás experimentando esto. Y algo está siendo atraído hacia estas experiencias. De una u otra manera también estás dentro de esto porque éste es el instrumento a través del cual el Absoluto puede sentir el sabor de la experiencia. El aspecto ilusorio sobreviene cuando la conciencia pura se olvida de sí misma. Cuando se cree ser el instrumento. Es de esta confusión de donde surgen todas las religiones y búsquedas

espirituales. Es la conciencia que juega a la crueldad y a la bondad. Si estás identificado con el estado cuerpo-mente vas a sufrir de esta experiencia. Va a ser penosa, dolorosa.

¿A qué se refiere entonces el término de liberación, de despertar? Se refiere a apuntar que tú eres el testigo de esa conciencia. Es importante para los humanos saber esto. Estando claro con respecto a esto, este saber brilla como tremenda gracia y belleza aún en el mundo manifiesto. Si te tomas por el cuerpo el juego de las diferencias se intensifica. Fricción, orgullo, odio, atracción, repulsión, sueños, aspiraciones, desesperación, todo esto se vuelve un juego muy vívido. Cuando te percatas de tu verdadero estado tus acciones en el mundo pueden continuar porque siguen siendo las acciones de la conciencia. Pero no la conciencia que se engaña a sí misma. Experimenta este mundo de sueños pero está completamente despierta. Es muy diferente. Vas a sentir igualmente dolor pero no te vas a ahogar en él.

No es natural ver solamente cosas buenas. Es natural ver lo bueno y lo malo pero no estás sobrecogido por ninguno de los dos. Ya que el puro estado de la conciencia es un desapego sereno. No indiferencia o descuido sino desapego. Con desapego puedes funcionar en el mundo y la luz se va a derramar a partir de tu presencia. No puedes arreglar el mundo mientras te encuentras luchando dentro de él.

No le recuerdes al mundo que estás sufriendo. Recuérdale al mundo que es libre y feliz porque este es nuestro verdadero lugar. Y este mensaje no se escucha lo suficiente. Si alguien te recuerda cómo estás sufriendo no te está ayudando. Te tienen que recordar que eres libre.

Nadie puede comprender esta obra de teatro. La conciencia va a expresar compasión para curar las alas rotas de una mosca y, al mismo tiempo, destruye toda una ciudad. Esto es bien loco pero tú estás más allá de esto. No cínicamente sino más allá como Ser. Se trata de saber de ti misma. Conócete. Porque lo que surge del puro conocerse a sí mismo da luz al mundo.

Hay un dicho que dice: Si tengo un solo trozo de pan y te doy la mitad me quedo con solo medio pan. Si tengo diez euros y te doy cinco me quedan cinco. Pero en cambio si te doy toda mi sabiduría y todo mi amor igualmente tengo toda mi sabiduría y todo mi amor. Esto es inagotable. No eres material.

(Un nuevo interlocutor expresa que ha sentido al Absoluto en el sueño profundo pero en la vigilia surge el "yo").

Mooji: ¿Qué experimenta este "mí"? ¿Qué es lo que observa este sentimiento de "yo"? ¿Quién nota que la dualidad se ha instalado? ¿Qué observa la dualidad?

(Interlocutor: Esta conciencia que estamos hablando realmente no siento que sea un "yo". Lo que no entiendo es que este Absoluto tenga un testigo).

Mooji: El Absoluto está más allá del testigo.

(Interlocutor: Es que no entiendo cuando haces preguntas del tipo: ¿Puede la conciencia ser observada? Por más que intento pensar en ello siento que no).

Mooji: No pienses en ello. Hazlo. Hay un poder que surge de esta pregunta. Algo está observando todo lo demás, ¿puede esto ser observado? No hagas especulaciones. No se lo des a la mente. Acepta la pregunta. Sigue la investigación.

(Interlocutor: ¿Pero esta pregunta está dirigida a ver este Absoluto que he sentido en sueño profundo?).

Mooji: Sigue la pregunta. Sigue la pregunta y no especules acerca de dónde va a llevar esto.

(Interlocutor: Lo he intentado y no consigo nada).

Mooji: ¿De qué manera estás siguiendo esta pregunta? ¿Qué forma tiene este que hace esta pregunta? ¿Quién está hablando cuando dices: "lo intenté pero no lo logré"? ¿Quién dice eso? Olvida todo lo demás. ¿Quién habla?

Sigo este consejo: observa al observador. ¿Dónde está el centro de este observador? ¿Es un fenómeno?

Algo aquí adentro es capaz de observar toda clase de cosas. Se da cuenta de los sentidos y su funcionamiento. Se da cuenta de los pensamientos y su movimiento. Está consciente del sentido del tiempo. Sabe la diferencia entre lo imaginado y lo real. Conoce hasta el sentido de "yo". ¿Qué es esta cosa? ¿Sigue diciendo "yo"? Cuando la pregunta está siendo formulada aún éste es sentido. "Yo" lo más íntimo, el concepto más íntimo también tiene un sabor, está siendo gustado. ¿Qué o quién saborea a "yo"? No se espera ninguna respuesta. Volquémonos totalmente en la pregunta. Usa esa pregunta. Es como una antorcha. ¿Qué se encuentra? Esto es lo más íntimo de todo lo que es posible ver o puede ser descubierto. Porque tienes el sentido de existir. ¿Cómo qué? ¿Quién eres? ¿Puedes ser vista?

Todo lo demás es secundario y especulativo. Esto es directo. No se esperan respuestas conceptuales. La respuesta debe ser una clase de revelación, una experiencia a la vez intuitiva y unificadora. Todo lo demás lo puedes dejar. Sólo queda "yo". Y "yo" también es conocido. ¿Qué conoce a "yo"? Todos pensamos que puede haber otras preguntas más importantes pero ya les digo que no. Esta es la llave maestra.

(Interlocutor: ¿Puedes repetir la pregunta?).

Mooji: Sí. Estás viendo todo eso de lo que hablas. Lo que lees. Algo está consciente de eso. Consciente de tus sentimientos, de tus cambios de ánimo, de tus sueños, creencias, del tiempo, de la intención, del mundo, del dormir, el soñar, la vigilia, todo eso lo sabes. Todo esto está en la pantalla de la conciencia. Y tú estás detrás y por eso puedes hablar de ello, porque ves y observas. Aun el poder tan cercano de tu memoria, depende de ti. Tú dices: “Ya no tengo una memoria tan buena como la de antes”. ¿Qué es lo que la observa? Esta es una pregunta poderosa y profunda. Cuando todo esto que podemos ver y que mencionamos se deja de lado, ¿qué queda? ¿Se puede ver? ¿Y quién lo ve? Esto es lo que vio Buda. Aquello que no se ve. ¿Y cómo ves Eso? Esta pregunta es como ácido sulfúrico en la mente. Este ácido no te quemará a ti.

(Interlocutor: Lo que no entiendo en si en este Absoluto aun hay algo de esta conciencia).

Mooji: La conciencia aparece en lo Absoluto. De la misma forma que el estado de sueño aparece en ti. La vigilia aparece en ti. El poder de percibir aparece en ti. El mundo se aparece en ti. El tiempo se aparece en ti. Mamá y papá aparecen en ti. Los demonios y los ángeles también. Y tú, ¿quién eres? Olvida lo del Absoluto.

(Interlocutor: Es que yo siento que no soy nada).

Mooji: Eres no-cosa. Pero eres. Porque no puedes decir: “no soy”, puesto que algo debe estar diciéndolo. No quiero que te explote la cabeza sino que desaparezca. Porque tú estás aquí. Más allá de todo. Pero si no sabes eso estás viviendo como una cosita pequeña. Este mundo aparece en ti. Pero crees que eres tú quien ha aparecido en el mundo.

Tenemos una tendencia a no entender debido al condicionamiento. Estas no son cosas para aprender. Esto es una exploración viva y algún cambio, algún desplazamiento va a ocurrir de forma espontánea.

31 de mayo de 2009

Segunda sesión

Mooji: Om. Namasté. Bienvenidos al Satsang.

(Un interlocutor inquiriere en torno al olvido. Quiere saber si el proceso del condicionamiento es necesario o es posible evitarlo).

Mooji: Lo que está destinado a ocurrir eso va a ocurrir. La manifestación no es un error. Es casi como un juego divino. Hasta el momento en que te des cuenta de cómo funciona este juego vas a estar luchando. Cuando te das cuenta del significado y del propósito y de quién eres tú en este juego la perspectiva cambia, lo vas a percibir desde un ángulo correcto. No vas a sufrir de ello.

¿Es necesario? ¿Se puede evitar? No. Todos los seres van a saborear el sabor del condicionamiento. En grados diferentes.

Es como si la conciencia inventara un problema y hace la experiencia de trascenderlo. Lo puedes ver de esta manera. Todo está contenido dentro de este juego. Todos los seres están dentro de este juego. Todos los diferentes niveles están en este juego. Incluso los dioses y demonios están en este juego. Todos tienen que llegar al punto de entenderse a sí mismos.

Primero nos preguntamos los diferentes componentes de este juego. Y luego cuestionamos a los jugadores de este juego. Y por qué estamos aquí. Entonces las preguntas se van calentando. ¿Y quién está aquí? ¿Quién soy yo? Porque detrás de cada pregunta está este sentido de “yo”.

Desde que nació este cuerpo algo ha estado diciendo millones de veces “yo”. Pero este principio no se está entendiendo a sí mismo pero quiere entender todo lo demás. Entonces, cuando quiere comprenderse a sí mismo decimos que esto es muy auspicioso, es muy positivo. Entonces puede ir más allá del juego.

(Un nuevo interlocutor pregunta si la sadhana puede ayudar a la realización del Ser o, a veces, puede constituir un obstáculo si se convierte en un apego).

Mooji: Puede ser ambas cosas. Al principio es absolutamente necesario. Luego llega un punto en que ya no es necesario. Pero tiene que haber un anhelo profundo de libertad de conocer. El Ser está intentando averiguar cómo puede salir de esto.

(Interlocutor: ¿De esto qué?).

Mooji: Primero los seres se sienten atraídos por todas estas manifestaciones. Tienen sueños y aspiraciones. Pero llega un punto en que las manifestaciones te empiezan a morder. Eso también es Gracia. Y de esta manera puedes profundizar y ser más consciente. Quieres crear tu hogar dentro de la manifestación. Pero la manifestación no es original. Hasta que no te rompa todos estos sueños o hasta que no se revele como inconquistable continuarás aspirando dentro de él. Llegará un punto en donde empezarás a perder el sabor por ello. Te darás cuenta de que es simplemente un sueño. Y estás perdiendo el sabor para soñar. Ahora quieres liberarte del soñar.

Entonces hay seres que quieren salir del océano del *samsara*. Algunos salen otro se preparan para entrar. Y los que están saliendo dicen: “no, no vayas”. Y los que entran dicen: “oh, esto es muy aburrido”. Esto es un tráfico permanente.

(Interlocutor: A veces tengo esta sensación de que es aburrido. Sólo a veces).

Mooji: Ese es el problema, “a veces”.

(Interlocutor: Hay que observarlo todo).

Mooji: No, no hay que observarlo todo. Observa lo que necesitas observar. La mayoría de las cosas no te están perturbando. La mayoría de las cosas que se están manifestando no te están perturbando. Sólo te están perturbando las cosas que tienen un significado especial para ti. Y con esas estableces una relación. Esa es la diferencia.

(Interlocutor: Pero si lo observo no tengo una relación con esto).

Mooji: Cuando observas ya puedes cuestionar la relación que estás teniendo para ver si es verdad. Es decir, preguntarte si realmente es vital. Si constituye un soporte para tu Ser. Y entonces te das cuenta de que no: “yo ya estoy bien conmigo mismo y completo”. Y dentro de esta completitud, incluyéndola, puedo saborear todo lo demás. Sin ningún problema.

(Interlocutor: A veces la meditación me ayuda a salir de un estado de confusión. Pero no quiero utilizarla como algo a lo que agarrarme. Es un poco confusa la situación).

Mooji: Pero el estado maduro de la meditación te va a mostrar que nunca puedes estar confusa. En realidad es la idea que tienes de ti misma la que está confusa. No es

el Ser puro. Simplemente es que estamos atados y apegados a nuestra identidad. La queremos proteger para que pase lo que pase pueda sobrevivir. Y ese es el problema.

¿Quién eres tú sin tu identidad?

(Interlocutor: Es esto lo que crea la confusión).

Mooji: Pero ahora averigua qué es lo que está observando la confusión. No te quedes fijada o apegada a la confusión. Observa y mira a la confusión simplemente como una presencia energética. La tendencia es a darle demasiada importancia y a tomar demasiado en serio esta sensación de confusión. Entonces es como si hubiera que atravesar esta confusión para pasar al otro lado. Pero la conciencia pura no puede estar al otro lado de sea lo que sea. Porque la conciencia ya está aquí y la confusión se manifiesta dentro de ella. Es importante entender esta perspectiva. Porque a partir de la identificación errónea aparecen todos estos problemas.

Te imaginas que eres un “yo” que está teniendo una vida particular. Que tiene que tomar decisiones particulares. Evitar errores. Encontrar la mejor técnica la mejor estrategia. Esto no es correcto.

La vida aparente está apareciendo en la presencia de Algo. Una especie de inteligencia que no tiene forma. Es exquisita. Y la vida aparente está jugando su papel en la conciencia.

El principio Absoluto que tú eres se está experimentando a sí mismo en el cuerpo como la intuición “yo Soy”. Este sabor “yo Soy” es muy seductor. Esta sensación “yo Soy” se quiere preservar a toda costa. Está enamorado de experimentar y con el sentido de la existencia. Es consciente de existencia y no existencia. Lo Absoluto está más allá de todo esto. Está más allá de existencia y no existencia. Este es el principio puro y absoluto. Con esto me refiero a lo que tú verdaderamente eres. No puedes decidir ser esto. Tú eres esto fundamentalmente.

La vida que aparece a partir del sabor “yo Soy” esa es tu expresión dinámica en la existencia. Pero esta expresión siempre se está moviendo y es inestable. Y hay el atestiguar de este movimiento inestable. Cuando este atestiguar ocurre sin apego y sin identidad entonces hay pura paz. Es el gozo del Ser. Cuando aparece la identificación por la creencia en tu identidad comienza el sufrimiento y la desilusión. ¿Qué hacer? ¿Y quién lo va a hacer?

Comprender ya es tu poder. La auto-contemplación, la contemplación del Ser ya es tu poder. El gozo más elevado del Ser es contemplarse a sí mismo. Esto es lo que están haciendo los dioses. Contemplarse a sí mismos. Les encanta.

(Interlocutor: Esta mañana me hacía la pregunta de: "¿El que observa puede ser observado?" Y cada vez que me hago esta pregunta siento paz, esta auto-contemplación. La mente se para).

Mooji: En realidad, no hay nadie que esté recibiendo paz. Esta pregunta se lo traga todo. Lo vas a sentir en este cuerpo bailando la danza de la dulce desilusión.

En esta contemplación la mente no encuentra nada a que agarrarse. A veces uno puede sentir una irritación increíble. Esta irritación no es tuya, es la mente. Pero si tienes una relación muy íntima con la mente vas a pensar que eres tú.

A la mente no le gusta que la acorralen con este tipo de preguntas. Se estaba comportando como que era el terrateniente de este cuerpo. Y ahora que llega el verdadero terrateniente la mente se siente muy incómoda.

(Interlocutor: He sentido esa paz y también como que algo se iba a romper).

Mooji: ¿Qué es lo que se va a romper? Lo que se va a romper son las cadenas falsas. El condicionamiento y las limitaciones no verdaderas. Las contracciones. La existencia miedosa. Tu vergüenza de ser la que eres. Todas estas cosas se están quemando en este fuego. No salgas de este fuego. No te preocupes por ello.

(Un nuevo interlocutor comenta que es la primera vez que viene al Satsang y no es ducha en estas cuestiones. Le gustaría saber en primer lugar qué es eso de su ser iluminado).

Mooji: Sí tu primera pregunta es qué es ser iluminado. Significa ser liberado de la idea, del condicionamiento de la idea de quién piensas que eres. Estar liberado de la hipnosis que crea la idea que tú únicamente eres el cuerpo-mente y sus funcionamientos. Significa ser libre de la influencia de tus condicionamientos sin reprimirlos.

(El interlocutor pregunta por la dificultad que surge de la vida en las ciudades en relación al condicionamiento).

Mooji: Todos los seres están condicionados.

Ahora que estás aquí alguien ha venido a recordarte que tú no estás definida o limitada al condicionamiento del cuerpo-mente.

(El interlocutor insiste en que no le gusta la vida de la ciudad).

Mooji: ¿Por qué?

(Interlocutor: Porque no me gusta la gente como es).

Mooji: Entonces, ¿te das cuenta?, ya has puesto un condicionamiento sobre ti misma. Mira con qué facilidad ocurre.

(El interlocutor sigue comentando que está muy sensible).

Mooji: Puedes estar sensible a tu sensibilidad. El secreto está en no identificarte con nada que sea bonito o feo.

Tú puedes intentar ser el mejor ser humano pero, a pesar de eso, no te sientes libre. La libertad es más allá de esto. Puedes tener muchos amigos, todo el dinero que deseas, pero aun con todo no será perfecto. La libertad es más que esto. Es saber quién eres.

Al principio, cuando estabas compartiendo, decías: “yo sé quién soy”. Ahora te pregunto: ¿Y tú quién eres?

(Interlocutor: Sí, ya sé que no se pueden poner nombres).

Mooji: No, yo te lo digo desde la experiencia, no desde una idea.

(Interlocutor: Pero siempre habrá una idea).

Mooji: Si, sí. Entonces, ¿tú eres una idea?

(Interlocutor: No, no soy una idea. Soy una persona).

Mooji: Entonces, ¿una persona no es una idea? ¿Qué es una persona?

(Interlocutor: ¿Pero qué quieres decir que soy como un espíritu?).

Mooji: No, no, dímelo tú. Disculpa. Te voy a hacer unas preguntas sobre unas verdades que te parecen ser fundamentales. Entonces, te pregunto. ¿Qué es una persona?

(Interlocutor: Una persona es cuerpo, mente, alma y espíritu).

Mooji: Eso no quiere decir nada. Son palabras. Lo voy a tirar todo a la basura y te sigo preguntando, ¿qué es una persona?

(Interlocutor: Es que si tiro todo eso no queda nada).

Mooji: ¿Y quién va a saber que queda nada?

(Interlocutor: Quizá si no quieres poner nombres sea una esencia).

Mooji: ¿Qué significa la palabra persona? Porque no está diciendo esencia, estás diciendo persona.

(Interlocutor: Una persona es un individuo).

Mooji: ¿Y qué es un individuo?

(Interlocutor: Alguien que existe por algún motivo).

Mooji: ¿Por una razón fija?

(Interlocutor: Sí, seguro que es por algo).

Mooji: ¿Y cuál es la razón para ti?

Dime algo de lo que estás totalmente segura. Tómame tu tiempo. Sin prisa. Algo que es verdadero para ti. Algo de lo que puedas decir: "Lo sé".

(Interlocutor: Pues que soy una persona amorosa).

Mooji: ¿Es así todo el tiempo?

(Interlocutor: Sí).

Mooji: Esta idea es muy fuerte dentro de ti.

Entonces, ¿qué es lo que te gustaría saber ahora?

(Interlocutor: Algún consejo para afrontar el futuro para una persona sensible como yo).

Mooji: ¿Quién puede decir? Quizá no tienes un futuro. ¿Sabes si vas a estar aquí mañana?

(Interlocutor: Ya, pero y si tengo que estar...).

Mooji: Pero ese no es el sentido de la pregunta porque eso es una cosa proyectada, para otro tiempo. ¿Qué es lo que tienes que confrontar ahora, en este instante? Porque lo que sabes es que estás aquí ahora. No sabes si vas a estar aquí mañana o en un futuro.

Háblame únicamente de este instante porque es lo único seguro aquí y ahora. Lo de una técnica para el futuro, eso es una proyección, no sabes nada de eso. Hay mucha gente que está guardando su vida para el futuro. Pero lo que tú sabes es que estás aquí y ahora. ¿Qué es lo que no está funcionando ahora?

(Interlocutor: Que ahora soy muy sensible y lloro mucho).

Mooji: En este instante. No veo ningún problema en estar todo el rato llorando. ¿Cuál es el problema?

(Interlocutor: Que la gente no lo ve normal).

Mooji: Ah, sí es lo que la gente piensa sí. Es un problema a nivel social. A veces eso está sacando algo. No tienes control sobre ello. Ya pasará. La gente siempre pensará que eres extraña ya sea que siempre llores o rías. Tienes que mirar de manera miserable como todos los demás. Entonces eres normal. Es así de alguna manera.

Y la vida también está refinando tu conciencia. ¿Por qué viniste aquí hoy?

(Interlocutor: No sólo por mis amigas, también por curiosidad).

Mooji: La conciencia ya había planeado todo para que vinieras hoy aquí.

(Interlocutor: La conciencia me decía de no venir).

Mooji: No la conciencia, es la mente la que te decía de no venir, es la mente. Tienes que darte cuenta, discernir cuál es la diferencia.

Aquí no estamos esperando nada de ti. Simplemente que seas tú.

(Un nuevo interlocutor narra cómo ha cambiado su vida a todos los niveles desde su encuentro con Mooji. También comenta que Mooji le dio un nombre y que no se ve acorde a él).

Mooji: Él me dijo que le cambiase, que le diese otro nombre. Y sin saber nada de su historia le ofrecí el nombre de *Satyam*, que quiere decir la Verdad. Que tú significas Verdad. A partir de ese acordarse a sí mismo, entregarlo todo a esta conciencia de la Verdad. No viéndolo sólo con los ojos humanos que siempre están especulando, que siempre están miedosos, necesitando garantías.

Tu vida puede transcurrir a partir de un nuevo poder y ya lo estás descubriendo. Y claro que aparecen dudas porque aparece esta frescura. Pero la vida antigua es puramente especulativa y es muy rutinaria. Siempre está buscando seguridad en la rutina. Pero, al mismo tiempo, algo espontáneo se está moviendo dentro de esta vida y la mente condicionada está un poco preocupada porque cree que pierde el control.

Cuando todo esto me ocurrió a mí no había ninguna duda sobre ello. Salí de mi vida al interior. Salí afuera dentro. Porque no había encontrado nada en esta existencia que

podía ser comparado con lo que estaba siendo revelado interiormente. Entonces, nunca me he arrepentido de este despegarse.

Tu vida se va a mover de manera mágica. No te puedo decir cómo va a ser, pero será muy elevado. Muy puro. Y muy beneficioso para aquellos alrededor tuyo. A veces es posible que ocurran algunos cambios que no te esperabas. Incluso algunas de las cosas que temías podrán ocurrir pero te vas a dar cuenta que era una forma de Gracia. ¿Puedes tomar este riesgo? Muchas veces estamos viviendo una vida proyectada desde la mente. La vida que nuestros padres están esperando de nosotros. O tus amigos y familiares. A veces estás viviendo para satisfacer a sus proyecciones. Pero este poder no es esto. Esto es libertad. Y también es compasiva, sabia y completa. Puede parecer que sea un riesgo y la mente quiere estar confortable.

(Interlocutor: De hecho estoy trabajando bastante toda esta nueva situación. Los cambios, los apegos de mis hijos).

Mooji: Sí, te estás dando cuenta de tus apegos, de tus miedos. Es la conciencia que se está ocupando de tus hijos a través de este cuerpo. Tus hijos son los hijos de la conciencia. Tú también eres un hijo de la conciencia. Lo puedes mirar desde este punto de vista.

(Interlocutor: La verdad es que es un camino muy bonito pero muy difícil).

Mooji: Todos los caminos son un poco difíciles. Existe un camino sin camino. No es un camino que se mida en kilómetros. Es un camino de quietud.

También puedes empezar a tener un poco más de confianza y fe. No de manera ciega. A veces sentimos que si no hago nada no va a ocurrir nada. Todo lo que tenga que ocurrir ocurrirá y no depende de ti ni de nadie. En realidad, esto no lo comprendemos. Normalmente creemos que las cosas ocurren porque las pensamos, coinciden con lo que pensamos. Pero incluso es la misma conciencia la que hace que esto parezca así. Está jugando todos los roles.

En realidad todo esto no hay que lograrlo forzando a la mente. Es la comprensión la que se hace viva dentro de ti.

A veces la conciencia se revela de manera muy dinámica. Y en otras ocasiones de manera muy suave, muy ligera. En tu caso se anunció con mucha fuerza. Fue una experiencia condensada en un espacio tiempo muy pequeño. Y en este fuego tan intenso pueden ser quemadas muchas cosas. Entonces se puede presentar mucha claridad y espacio.

(Un nuevo interlocutor comenta que lleva cuarenta años en la búsqueda y no está cansado. Pero ha visto la trampa de que siempre se está preparando para un futuro).

Mooji: Claro, si estás viviendo dentro de esta anticipación, entonces sí que es como una trampa. Si toda tu vida te estás preparando para el siguiente momento hay una sutil manera de evitación. ¿Qué hay aquí-ahora? ¿Cómo te sientes ahora sin todas estas preparaciones? Examínalo. ¿Cómo me siento ahora? ¿Qué me falta si es que algo falta? ¿De dónde viene esta necesidad de estar pensando en el futuro? ¿Esto es auténtico? ¿Es un hábito?

(Interlocutor: Es posible que sea un hábito. Comenta que lleva tiempo estudiando a Ramana Maharshi).

Mooji: Incluso las palabras de Ramana Maharshi no están apuntando hacia algo. Es más como un espejo que te está mostrando Lo Que Es. No hacia dónde ir sino Lo Que Es. Te señala a ti a través de la pregunta “¿Quién soy yo?” Entonces te das cuenta de que “yo” es la mente. La mayoría de las veces que decimos “yo” nos referimos a la mente, ni siquiera a la conciencia. La mente bajo la forma de la intención. Del tiempo. De la responsabilidad. Del deber. De la imagen de uno mismo. De la identidad. Del buscador. Del que encuentra. Todo esto son atributos de este “yo” mental, de este “yo” psicológico.

Pero hay un “yo” que aparece desde el vacío. No tiene un sabor histórico. No tiene ni hijos ni padres. Es intuición pura. La sensación es simplemente “Yo-Yo” o “yo Soy”. No soy de esta manera o de esta otra. Es completo y tranquilo.

(Interlocutor: Sí, he estado buscando la iluminación. Y durante estos Satsangs tengo la sorpresa, estoy casi convencido de que ya estoy iluminado. Es como una impresión muy suave. No es fuerte).

Mooji: Normalmente estamos buscando algún reconocimiento de manera fenomenal. Como decirnos: “Cuando lo vea lo sabré. Lo sabré de manera visual o a través de mis sentimientos”. Pero, Lo Que Es, es más allá del sentimiento o pensamiento.

Entonces no podemos reconocerlo de manera fenomenal. Pero a pesar de ello no podemos dejar esta costumbre. Tú ya eres Esto. Pero estás buscando una confirmación en la mente. Y la mente siempre está yendo hacia otra cosa.

El Ser, la Realidad pura, no está diciendo: “Yo soy la Realidad”. No dice: “Yo estoy iluminado”. No dice: “Es esto”. No dice nada. Es tu experiencia más profunda. Pero esto no es nada excitante. No es como un espectáculo de fuegos artificiales. Pero la

mente está esperando algo como un sonido de trompetas, aunque esto parezca una broma la mayoría de nosotros lo estamos haciendo. Estamos buscando una señal.

Pero el lugar desde el que estás mirando donde, incluso tu mirar está siendo visto, sé unidad con ello. Estás allí. No está esperando que ocurra algo.

(Interlocutor: Ya casi había olvidado que en el pasado había tenido experiencias fenoménicas. Algo dentro decía que no era esto).

Mooji: Porque esto pasa. Incluso las cosas más bonitas transcurren. Tú imaginas que va a haber algo tan fantástico que no pasará.

Si hoy llegaran marcianos aquí a Barcelona eso sería la gran noticia en todos los lugares. En una semana ya no estará en la primera página de los periódicos. No busques lo que eres de esta manera. Estas experiencias de las que hablas puede que ocurran. No quiero descartarlo de manera simple. Porque a veces aparecen desde unos reconocimientos muy profundos pero también se van. Y Algo está siendo testigo del ir y venir de ellos. Mi pregunta es: ¿Qué es Aquello que no es un suceso? ¿Qué es Aquello que no es un fenómeno más?

Lo que decimos puede ser una decepción para la mente debido a lo natural del Ser. No es ordinario ni extraordinario. No hay ninguna palabra para definirlo. No es abstracto. Es la única cosa que está presente. Incluso la conciencia va cambiando en la presencia de lo Absoluto. Tú eres ese Absoluto. No te agarres a ninguna imagen o representación de ti mismo. No te agarres a ningún pensamiento o contenido de la memoria. ¿Quién eres más allá de la memoria? ¿Qué es lo que hay aquí? ¿Hay alguien que puede hablar sobre Esto? No hay palabras. Esto se reconoce de manera no fenomenal. Es un conocer sutil. Un sentir sin sentir. No es delicado. No está escondido. Tampoco está siendo revelado. Todas estas palabras pertenecen al mundo de los pensamientos y de la conciencia.

Pero en cuanto lo Absoluto se despierta a sí mismo el potencial para la ilusión, las dudas, la depresión se acaba. Habrá dolor, porque este cuerpo siente el dolor y el placer, pero no sufrimiento porque es necesario el “yo” para sufrir.

A lo mejor lo que decimos no tiene sentido de momento. La Verdad no tiene que tener sentido en el sentido ordinario de la palabra. Es una convicción que no puede ser explicada. Es como cuando estás enamorado que no puedes definirlo pero no cabe ninguna duda. Esto es todavía más puro.

No imagines porque lo que imaginas también es percibido dentro de Ello.

(Interlocutor: ¿Me recomendarías seguir una práctica o cuál podría ser mi práctica?).

Mooji: Averigua quién practica. Sí, averígualo. ¿Quién quiere practicar? ¿Para qué? ¿Para ser? ¿O para reconocer más allá de la duda? Quizá practicar es para la convicción. ¿Pero necesitas una práctica para convencerte de que eres?

Tú eres, pero la confusión viene porque le añades cosas a ese conocimiento básico, inicial. Estás diciendo que: “yo soy esto”, “tengo que hacer esto otro”, “cuando tenía quince años”, “tengo un futuro”, y todo este ruido lo estamos superponiendo a este Ser inocente. Entonces deja de añadir cosas y tocarlas. Vas a contactar a tu Ser espontáneo y tu convicción espontánea.

No te voy a dar una práctica para darte cuenta de lo que puedes darte cuenta ahora. Porque lo que estás intentando encontrar está aquí ahora mismo detrás de tu mente. Pero estamos tratando de averiguarlo con la mente.

No necesitas saber nada para ser. Todo lo que necesitamos para conocerlo ya será previsto, ya aparecerá. ¿Cuál es la dificultad? ¿Qué es lo que es tan difícil de aceptar? Hay algo en la mente que está como picando. Es una molestia y no podemos soportar ese picor.

¿Qué es lo que estamos buscando? ¿Qué es de manera precisa lo que estamos buscando? ¿Qué es lo que está faltando?

(Interlocutor: Es completo).

Mooji: ¿Estás diciendo que ya estás completo?

(Interlocutor: Sí, me viene este sentimiento).

Mooji: No es una frustración, ¿verdad?

Date cuenta de una cosa. Estás aquí y aparecen unos pensamientos haciendo ruido. Te están proponiendo que necesitas algo. Pero no tienen ningún poder a no ser que tú estés interesado en ello. Cuando estás interesado les das poder. Sin tu atención ningún pensamiento tiene poder. Por eso hay muchos pensamientos que pueden aparecer pero no se pueden quedar. Vienen y se van. No hay ninguna nube que se pueda quedar. Está en la naturaleza de las nubes pasar. Pero el cielo no transcurre.

Cuando pierdes interés por los pensamientos permanece el silencio. Entonces llega un punto en que vengan o no los pensamientos ya no importa. Los pensamientos de orden práctico ocurren pero no dejan un mal olor. Pero el pensar psicológico va a desaparecer.

(Un nuevo interlocutor narra que después de la estancia en India, en Tiruvannamalai, hubo mucha paz, conexión y su vida ya ha cambiado. Ha habido un antes y un después. Quiere que Mooji comente algo sobre el perdón).

Mooji: Esto ya se ha convertido en un concepto muy viejo para mí. Porque no hay nada que viva el tiempo suficiente en mi mente para ser perdonado.

(Interlocutor: ¿Lo tengo que olvidar?).

Mooji: ¿Puedes olvidarlo? Es la consecuencia natural de conocerse a sí mismo.

(Un nuevo interlocutor comenta que cuando se expone todo esto aquí es claro pero que luego viene la hipnosis de la mente. Pregunta que qué es lo que le impide ser quien es).

Mooji: Llegará un momento en que ya no aparecerá este pensamiento en tu conciencia. Este pensamiento de que algo te podrá sacar de la conciencia. Este concepto se convertirá en algo superfluo. Y, en realidad, no te estás cayendo dentro de la mente sino que simplemente le das atención y realidad. Entonces ocurre una sutil forma de hipnosis como que te estás olvidando de ti mismo.

(Interlocutor: Después de unas experiencias profundas sentí mucho calor y dolor en el cuerpo. ¿Podría despertarme de repente? ¿Es necesario prepararse para que este cuerpo sienta una frecuencia pura?).

Mooji: El despertar significa únicamente darte cuenta de Lo Que Eres. No crearlo o practicarlos sino reconocer más allá de la duda Lo Que Eres y dónde estás.

Hay veces que, a causa del condicionamiento que aparece en la mente, ciertos conceptos parece que tengan secuestrado al Ser. O, más bien, la creencia en estos conceptos. Y esto es como un velo sobre el Ser y una cierta amnesia. Esto también es una ilusión pero el Ser se lo cree. Es el poder de las creencias. Si comprendes el poder de las creencias y de la atención, que son tus dos grandes poderes, trabajarán para ti. Pero si esto no lo tienes claro puede aparecer mucha confusión.

A veces puede ocurrir que el globo conceptual, que es el que contiene la identificación errónea del Ser, se pinche. Y de alguna manera desde aquí pueden aparecer todo tipo de experiencias metafísicas. Pero sigues estando más allá de ellas. No te dejes atraer tanto por ellas. No acabes siendo el que está leyendo manos o las hojas de té. Tu Ser tiene un propósito más grande que todo esto. Ves más allá de todo esto. No te agarres a nada. Esto es la libertad total. Experimentalo todo pero no te identifiques a nada. Esta es la belleza. No intentes controlar porque si no estás luchando. Deja que todo

pueda ser. No es tu asunto. Míralo todo, saboréalo todo y suéltalo todo. Es una manera excelente.

(Un nuevo interlocutor narra que vive como en dos realidades. Una la conocida, la personal, que poco a poco se ha ido diluyendo hasta no tener apegos fundamentales. Y, por otra parte, sabe quién es y surge una paz pero también acompañado de una inquietud. Lo describe como un destierro del paraíso).

Mooji: Esto es muy bueno. Si a la vida le puedes dar el permiso de ser completamente caótica, si se manifiesta de esta manera, y no sentir que debería ser de otra manera, si no está intentando poner unos mandos a la vida entonces hay un espacio interior de neutralidad que no está intentando medir las cosas. Este espacio no puede ser descrito.

A veces aparece una alegría, un gozo inmenso. Otras veces aparecen olas de tristeza. Pero todo eso va y viene. Hay Algo que no puede ir y venir. Y yo me encuentro aquí. Pero lo que soy aquí no puedo decir lo que es. No es un estado de ánimo pues los estados de ánimo pueden ir y venir en la presencia de Esto. ¿Y Esto qué es?

(Interlocutor: ¿Qué es?).

Mooji: Esto eres tú. Es tu Ser.

A veces hay unos residuos de la mente, impresiones residuales que dicen: "Oh, ¡qué aburrido!" Pero esto no es el Ser. Todavía es algo del pasado. Las dudas aparecen en la mente pero no son el Ser. La mente no es consistente. Todos los pensamientos surgen al azar.

(Interlocutor: Esto es verdad, pero es difícil compaginar esto con el trabajo, la vida).

Mooji: ¿Pero quién quiere compaginarlo?

(Interlocutor: No sé. Yo).

Mooji: ¿Pero qué quieres decir con compaginarlo?

(Interlocutor: Hay como una separación entre la plenitud que se siente en esa contemplación y la persona en acción que está como desmotivada).

Mooji: No, no es complicado. Lo que es complicado es pensar en ello porque hay algo que no puede ser aceptado. Hay una sensación de que debería ser más vital, más creativo y al no aparecer esto piensas que hay algo que está mal, que es erróneo. ¿Es así como lo sientes?

(Interlocutor: Sí).

Mooji: ¿Entonces nunca hay algo dinámico que está ocurriendo?

(Interlocutor: Sí hay algo pero no es lo máximo).

Mooji: ¿Tú quieres lo máximo?

(Interlocutor: No lo suficiente).

Mooji: ¿Qué es lo que determina que sea suficiente o no?

(Interlocutor: Las relaciones con las otras personas...).

Mooji: ¿Tú quieres más relación con más gente?

(Interlocutor: No, que las que hay funcionen mejor).

Mooji: ¿Pero siempre son necesarios dos no?

(Interlocutor: Y no puedo hacer nada).

Mooji: Nadie puede hacer nada sobre esto.

(Interlocutor: Pero causa dolor).

Mooji: No necesariamente.

Está muy bien si tienes pero no tengas expectativas. Es muy humano tener expectativas.

(Interlocutor: No puedo cambiar nada).

Mooji: Esto no es una realización tan negativa. Es mejor abandonar el querer cambiar algo. Suéltalo.

Estás muy feliz pero no te estás dando cuenta completamente. No necesitas luchar. Acéptalo pero sin juicio. Y cuando lo aceptes acéptalo en el ahora, en el momento.

En cualquier momento la vida puede cambiar. Pero no estés esperándolo.

(Un nuevo interlocutor narra una experiencia en torno al tsunami de Tailandia pues ella lo vivió en primera persona).

Mooji: Lo que está compartiendo, la intensidad de la experiencia de verse atrapada en el tsunami, de alguna manera la mente condicionada se paró. Y apareció una nueva calidad de percepción donde no hay separación entre “yo” y la percepción. Es una

cosa. “Yo” no está aquí. Incluso después de que el tsunami ya pasó y ya está de vuelta lo que llamamos la vida normal permanece una conciencia nueva. Incluso lo que estoy haciendo en mi vida cotidiana parece tener una realidad de sí misma, como independiente. Esta conciencia nueva y los recuerdos de ese *satori*, de esa experiencia, parecen ser dos cosas separadas. Hay una vida normal, rutinaria, habitual pero hay algo que ha cambiado. Este “yo” antiguo ha desaparecido. No de manera completa porque todavía hay algo allá. Está mezclado con otra cosa que es como un estado de desapego.

Entonces si hay un dilema. No puedo estar completamente en esto o en esto otro. Por eso Mooji está oyendo tres factores. Hay la vida normal, habitual, las faenas de la casa y luego hay este estado más elevado. No es tanto “yo” pero hay conciencia. Pero es un estado como más apagado. Pero yo no soy ninguno de los dos estados porque puedo ver los dos. ¿Entonces quién soy yo que está viendo lo dos?

(Interlocutor: Ese es mi yo real. Pero entonces es como entre medias).

Mooji: No es entre medias. En el Ser verdadero todavía hay una mezcla que está intentando ver cómo juntar estos dos. Y esta manera de ver no es completamente neutral. Todavía hay un deseo detrás.

El Ser puro no tiene unos estados favoritos. Está siendo consciente de estos extremos pero no necesita escoger. Está aquí. Pero simplemente la memoria del pasado y, de alguna manera, todavía hay interés en la familiaridad de lo presente. Y algo está pensando que es muy importante encontrar el medio.

(Interlocutor: Quizá estoy esperando esto. Tengo tanta expectativa).

Mooji: Es mejor que olvides esto. No intentes estar en otro estado.

(Interlocutor: Me estoy acordando tanto de esto).

Mooji: Sí, es que fue una cosa del instante. (Mooji cuenta una anécdota en donde ocurre un caso similar en el que un acontecimiento provoca un *satori*, una desaparición momentánea de la mente).

Esta experiencia es como una versión dramática del verdadero Ser porque en el puro Ser no reside ningún concepto. Eres espacio puro. Si aparece la pregunta: ¿Quién soy yo? O ¿Dónde estoy yo?, no se encuentra nada. Y en el no encontrar hay un espacio inmenso y gozoso. No soy nadie. No soy una cosa particular. Pero, no obstante, estoy sintiendo la presencia total de mi Ser. Pero no hay ninguna definición. Y, de alguna manera, el perfume que aparece desde este espacio es de paz y gozo. Espacio.

Compasión. Amor. Este es el perfume que aparece. Pero esta flor no tiene ninguna forma.

No sabe nada de *satori*, iluminación y no le da ninguna importancia a todas estas cosas. No le pone etiquetas. No puede ser poseído. No puede ser practicado. Es el estado natural del Ser. Y luego la mente que se identifica y todos sus ruidos y atributos están dentro de este espacio pero sin afectarlo. Y como no está siendo afectado por ello, no tiene nada que contar. Ni siquiera dice que la mente está haciendo un ruido continuo porque no le presta atención a esto.

Entonces, no busques repetir experiencias. Lo que ocurrió en esos días ya ha hecho lo que tenía que hacer. El entorno interior ha sido reorientado. No lo vivas de manera nostálgica. Estás aquí-ahora.

(Interlocutor: Ahora en este entorno delante de ti, con tus explicaciones está todo claro, parece que lo entiendo. ¿Pero cómo reconocerlo? A veces tengo la sensación de que tengo que dar un salto fuera de mi cuerpo).

Mooji: Esto es sólo una sensación que aparece en la conciencia. Sólo es una sensación pero le estás dando mucho jugo a esta sensación.

(Interlocutor: Claro, no debería tendría que calmarme).

Mooji: No, no intentes calmarte. Déjalo. No es esto. No estés buscando algo.

(Interlocutor: No estar esperando. No estar buscando).

Mooji: Sólo observar.

(Interlocutor: Sí, sólo ser. Es lo que quería decir. Estar completo total).

Mooji: Ya está todo junto. La mente está intentando preguntar cómo hacer algo que ya está hecho.

Cualquiera que sea el momento, cuando este reconocimiento de lo que tú eres más allá del tiempo, esto ocurre. Pero lo que tú eres no está ocurriendo. Pero el reconocimiento de que es así ocurre. Lo que ya es no va a ocurrir pero, el reconocimiento más allá de la duda, que es así, esto va a ocurrir. Ya está ocurriendo. Porque en este instante lo que parece que esté ocurriendo son las dudas. Están ocurriendo las identificaciones erróneas. Están ocurriendo las creencias en cosas que están transcurriendo. Los deseos están ocurriendo. Pero Aquel que sabe no ocurre. No es un *mantra*: “nada está ocurriendo, nada está ocurriendo”. Pero, nada está ocurriendo.

Hay mucha gente que tiene mucho que decir sobre nada. Y algunos se quedan callados. Es así.

Tú puedes comprender el funcionamiento de la fuerza vital en este cuerpo, que está vibrando con mucha fuerza. Pero tú estás incluso más allá de esto. Si esto lo contemplas todo llegará a la quietud. Y ya no te importará cómo se está moviendo el cuerpo. Entonces el cuerpo y las fuerzas vitales se moverán en armonía. Es así de simple.

Estos encuentros tienen como propósito el poder abandonar esos conceptos que no están del lado de la Verdad. Para que no tengáis miedo a la vida y, al mismo tiempo, no estar apegados a ella. No porque sea malo y terrible, sino simplemente porque estáis también más allá. Podéis experimentar y saborear todas las experiencias en este cuerpo y, al mismo tiempo, tener muy claro quién sois.