Introducción



La vida es relación. Vivimos en relación uno con otro, con nuestras familias, con el mundo, con la Tierra y el universo.

Como la vida se vive siempre en relación, es fundamental que comprendamos lo que es, y lo que cada movimiento de la relación con nuestros amantes, padres, amigos, profesores y con la sociedad puede significar para nosotros y para los demás seres humanos.

Juntas, nuestras relaciones individuales crean la sociedad. La sociedad somos nosotros. Es decir, que lo que somos en cada relación, cada uno de nosotros, crea la sociedad. Si somos coléricos, celosos, si actuamos con una ambición agresiva, o con prejuicios, o nos autocompadecemos porque nos sentimos solos, y nos deprimimos, y somos excluyentes en las relaciones, creamos una sociedad enloquecida. Multipliquemos por seis mil millones al ser egocéntrico o afectuoso, generoso o avaro que cada uno somos en la relación con

los demás, y el resultado es nuestro mundo. Todo lo que somos afecta a todo lo demás, a las personas, los animales, la tierra, la biosfera. Esto es así para lo bueno y para lo malo: cada mal nos afecta a todos, pero también tiene un efecto en todos cada bien.

La mayoría, si nos atrevemos a observarnos de verdad, nos damos cuenta de que estamos muy solos. No sabemos por qué o cómo sucede, pero incluso con la familia, incluso entre amigos, e incluso con un novio o una novia, muchas veces nos sentimos aislados y solos. Incluso en la relación más íntima con alguien, pensamos en nosotros mismos, en el miedo a que el otro nos abandone, en nuestras inseguridades. La consecuencia es una soledad aún mayor, una dependencia aún mayor de las personas y de las cosas, de la que se deriva un enorme sufrimiento. Nos hemos habituado tanto al miedo y al sufrimiento que olvidamos, o nunca se nos ha enseñado, que esos hábitos biológicos, culturales y personales se pueden cambiar. Es cierto que hemos heredado de nuestros antepasados, los animales que fuimos, un agresivo instinto de supervivencia y territorial. Pero nuestro cerebro tiene también la inteligencia para decidir cuándo es apropiado obedecer a los instintos y cuándo es necesario cambiar de comportamiento.

Es desconcertante que en la escuela no se nos enseñara nada sobre la relación, con uno mismo, con los demás, con el trabajo, el dinero, la sociedad, con la Tierra y el universo. Teniendo en cuenta que nuestra propia supervivencia, personal y colectiva, depende de las relaciones, parecería lógico que los educadores y los padres se aseguraran de que aprendemos a relacionarnos, además de aprender a leer y a escribir, y matemáticas e informática. Nos enseñan a ganarnos la vida, pero no a vivir. Así que el arte de la relación, el arte en sí de vivir, debemos aprenderlo cada uno por nuestra cuenta.

Debemos aprender qué es la relación, qué no lo es, qué la obstaculiza. Aunque externamente seamos inteligentes y cultos, por dentro los seres humanos seguimos siendo violentos. La verdadera educación consiste en cambiar al ser humano interior. La clave de una relación auténtica es comprender nuestro pensamiento, es decir, conocernos a nosotros mismos. Para eso, debemos darnos cuenta de que nuestra forma de pensar y de comportarnos está condicionada por nuestras experiencias personales, nuestra familia, nuestra cultura y país, las religiones, nuestro género y biología.

Si no soy consciente de mis procesos de pensamiento, lo que sea que piense significará muy poco. Sin conocer mis tendencias adquiridas o heredadas y el impedimento que suponen mis prejuicios personales o biológicos, sin comprender mis miedos, mis heridas, mi ira, sin la capacidad de ver a través y más allá de ellos, todo mi pensamiento y todas mis relaciones estarán marcados por la confusión o la distorsión. Por fuerza ha de ser así, ya que conocerse a uno mismo es la base para relacionarse.

Puedo descubrir la verdad de quien soy en el espejo que tengo más a mi alcance: el espejo de la relación. Puedo ver cómo me siento, qué pienso y cómo me comporto con solo observarme atentamente en cada encuentro con las personas que hay a diario en mi vida. En las reacciones que tengo ante los demás, puedo ver lo que me enfada, lo que me hace daño, cuándo soy generoso, cuándo estoy alegre, plenamente vivo. Es importante no grabar a fuego lo que uno descubre: la vida cambia a cada minuto, y yo también. Se trata de observar lo que siento, nada más. No de obedecer ciegamente al sentimiento o al impulso, ni de guardarlo para actuar después. No dejarse arrastrar por la ira o la codicia es muy difícil. No porque uno sea un inepto, sino sencillamente porque cuesta mucho reconfigurar

el condicionamiento de millones de años de haber sido agresivos cazadores tribales. Pero si consigo aprender de un momento de ira, su repercusión será enorme. Cada vez que soy capaz de hacerlo, hay una gota menos de veneno en el aire que respiramos todos.

Estar alerta a mi comportamiento y conocerme a mí mismo observándolo da libertad a mi vida y a mis relaciones. Los caballos salvajes que hay en mí ya no me arrastran a lugares a los que no quiero ir. Conocerme a mí mismo es además la clave de la supervivencia: todos los cerebros humanos son más iguales que desiguales, luego comprenderme es comprender también a los demás.

Este mundo lo han producido miles de generaciones con sus ideas egocéntricas, «primero yo, mi familia y mi país», el veneno de las organizaciones separativas. Nosotros tenemos que cambiarlo, o seguir sufriendo de la misma manera. La vida es inmensa. Si nos limitamos a cavar un agujero, por cómodo que sea, y a meternos en él, vamos a perdernos por completo la extraordinaria experiencia de vivir. Si nos resignamos a relacionarnos de la misma forma dolorosa que hasta ahora porque tenemos miedo a perder la seguridad, estamos todos muertos. Debemos elegir: o seguir reproduciendo el mismo modelo de siempre y sufrir por sentirnos separados y solos, u oponernos activamente a los hábitos egocéntricos y vivir en el amor, no solo con una persona en particular, sino con la totalidad de la vida.

Estas charlas y escritos provienen de un hombre que vivió como todos los grandes marginados de la sociedad: el rebelde, el poeta errante, el filósofo religioso, el científico y el psicólogo revolucionarios, los grandes maestros viajeros de todos los milenios. Durante sesenta y cinco años, Krishnamurti habló de la libertad psicológica a quien quisiera escucharle. Fundó escuelas en las que los jóvenes pueden estudiar todas las asignaturas habituales, y estudiarse además

a sí mismos. En ellas, como en cada charla y escrito, insistió en que no son las guerras, internas y externas, las que nos harán libres, sino la verdad de quienes somos.

No hay ningún camino marcado, ninguna autoridad ni gurú a los que seguir: tengo en mí la capacidad para descubrir lo que soy, lo que estoy haciendo con mi vida, con mis relaciones y con mi trabajo. Soy yo quien decide si experimentar con lo que se dice en este libro. La opinión que otros tengan de mí y de cómo vivo mi vida les concierne a ellos, no a mí.

Todas las selecciones de este volumen están tomadas de los libros de Krishnamurti, de las grabaciones de sus diálogos y las transcripciones de sus charlas públicas. Creo que vale la pena hacer el experimento de leer este libro, y otros títulos incluidos al final, y ver por uno mismo qué cambios interiores se empiezan a producir.

Dale Carlson
Editor