

# Jean Klein: Diálogo en Gaunts House (1993)

[Jean Klein]: ¿Tienen alguna pregunta?

[Interlocutor]: Hemos estado practicando trabajo corporal aquí. Estamos aprendiendo a integrar la enseñanza completamente. Necesitamos seguir las leyes. Usamos técnicas para calentar el cuerpo.

[Jean Klein]: Cuando sentís el cuerpo y te das cuenta de que tu forma física está libre de contracción—no solo físicamente, sino psicológicamente—aparece la sensación del cuerpo (\*body sensing\*). Hemos hablado mucho sobre la intuición. A este nivel, aparece un \*insight\* instantáneamente. Es una percepción pura. Cuando hay un pensamiento, este conceptualiza; es una proyección. Si estás abierto a la intuición, esa es la única forma de pensar "positiva". Solo cuestionándote a vos mismo te volvéis libre de la memoria y permanecés abierto. Hay un \*insight\* que no involucra a la mente; proviene de todo tu ser. De repente, "visitás el palacio": entrás en el estado de presencia. Continuás en esa luz. En realidad, es una cuestión de entendimiento. Cuando decís "entendí" intelectualmente, no entendiste nada. El verdadero entendimiento es lo que te pone en un estado de percepción pura.

[Interlocutor]: La percepción pura toma lugar. ¿El cerebro debe primero abandonar este proceso de llegar a ser (\*becoming\*), de intentar lograr algo?

[Jean Klein]: Estar en el entendimiento significa que ya no estás en el "devenir". Es una modalidad diferente. El deseo del ego de llegar es sacrificado. Cuando realmente tenés el espíritu de lo interior, llega un momento en el que sos libre del devenir. Ya no hay más anticipación. Vivir en el amor a tu cuerpo como una sensación es renunciamiento; ya no te preocupás por él como un objeto. Esto es el entendimiento. "¿Quién soy yo?" es la primera y la última pregunta. No hay otras preguntas sobre tu naturaleza real. Este fin de semana es una reconciliación con esa naturaleza. Ya no hay más "evento", solo presencia.

[Interlocutor]: ¿Es posible para el artista expresar la unidad a través de su obra, o no es necesaria la expresión?

[Jean Klein]: Estás ahí, impregnado por una visión. No como un agente con una misión, sino como un visionario. En el verdadero acto creativo, todo está

impregnado por este silencio. A menudo bromeo: un pintor no pinta; uno es "pintado". Es un movimiento de la vida misma.

[Interlocutor]: Mientras menos presente esté el artista, mejor.

[Jean Klein]: Sí.

[Interlocutor]: Es igual para todos.

[Jean Klein]: A través de la temporada de representación. Finalmente, desde tu percepción. La forma es ese pretexto, en cierta manera. Es una sola pintura. No hay otra pintura.

[Interlocutor]: (Pregunta sobre el proceso humano y la recuperación/dolor).

[Jean Klein]: Otra forma... un poco de dolor... un destello de dolor, por supuesto. El cuerpo está hecho de estrellas. Cuando realmente sentís el cuerpo, lo liberás del dolor. Toma tiempo llegar ahí. ¿Qué pensás de tu cuerpo? Cuando el cuerpo está completamente sano, yo diría que es un cuerpo saludable. "Hacé algo". Recordás, sí, todo está ahí. Relajate por momentos. Todo se relaja... y entonces volvés a la energía de paz, al sentido de la belleza.

[Interlocutor]: Hay tantos residuos del pasado...

[Jean Klein]: Sí, por supuesto. Nada en qué creer. Defendete. Es solo mediante la sensación del cuerpo que llegás a... la sensación corporal. Llegás a una nueva relación. El órgano que... padre de tu propio cuerpo. Estás en casa. En tu casa, tenés que estar... Es la era del médico y la persona. Para seguir. Trabajó todo el tiempo. Creo que es una de las cosas... un equilibrio proporcional real. Todas las mañanas. Debés permanecer ahí. Para mí, es neutral. Ser invitado. Fue una verdadera meditación. Hay un orden que cuenta. El darse a uno mismo. Riéndose como Dios. Depende de vos permanecer en tu meditación. Me salto lo "abusivo"... disculpen, me voy a dormir. Pero finalmente, está velado por el despertar. Nuestra mente... ellos siguen un camino. En actividad. Como un flujo. Amén. No es un problema de duración. Es la calidad del momento.

[Interlocutor]: Una experiencia de apertura puede ocurrir, pero pronto un parásito —una voz interior— empieza a comentar sobre la experiencia. Sé que es una clase de reflejo, pero no sé cómo lidiar con eso.

[Jean Klein]: Cuando aparece un objeto, sea un pensamiento o una sensación, debe ser meditado; lo que significa verlo claramente sin juicio. Entonces se aquieta. No debe ser invitado de nuevo. Decile adiós al objeto. Eso es lo que

hemos hecho aquí. Estoy de acuerdo con vos: nunca se debe temer al momento de meditación. Hacés de la meditación una función natural en la actividad. Permanecé en el estado de "no sé nada". Es el flujo de la belleza, el flujo del amor. No hay objetivo. La meditación no es más que estar en ese estado mental: todo silencio. No es un esfuerzo. Es estar libre de pensar. He escrito muchos libros sobre esto: ¿cómo estar libre del pensamiento? Te das cuenta de que ya sos libre desde el núcleo de los pensamientos.

[Interlocutor]: Sobre el trabajo corporal... mucha gente preguntó esta noche...

[Jean Klein]: Incorporado y orificial. No hablo desde el punto de vista del pintor. Es diferente. El trabajo real es crear.

[Interlocutor]: (Instrucción sobre doblar el brazo derecho, posiciones de las manos). ¿Por qué es eso?

[Jean Klein]: Sí, en este sistema. Es solo un sistema, nada más. Empezamos con el negativo de tu cuerpo. Y así... positivo. De acuerdo al método de creación. Yoga, entendimiento, Patanjali. Hay ventanas de parada en ciertos periodos. Lo ves en los sentidos. Lo importante es... mantener el cuerpo sensual. Y luego, cambiás. Las nubes cambian. Pero anticiparse...

[Interlocutor]: Cuando hago los ejercicios acá con usted, parece haber un retraso entre la llegada de las instrucciones y la reacción del cuerpo. Hay un flujo de movimiento. Parece claro observar el cuerpo como contracciones y observar el pensamiento que viene. Cuando hago los ejercicios en casa, parece que es la cabeza la que da instrucciones y el cuerpo reacciona de manera distinta. Hay mucho "querer llegar" (\*end-gaming\*), un sentido de logro.

[Jean Klein]: El logro es... y estás disipado. Decimos que anticipar es primero lograr. Es alegría pura. Un pequeño ejemplo... memoria orgánica. "Sensación saludable". Es el momento en que empieza. La gran contracción. Nos quedaremos ahí. Solo un poco. Es un sentido de principio a fin. No debería haber violencia. Todas las posturas correctas te ponen en relación con el cosmos.

[Interlocutor]: Dios está en la nada... orquestado y sistémico. Pero está condicionado... en realidad es...

[Jean Klein]: En realidad, hay muy pocas posturas esenciales. No necesitamos un "trabajo corporal" excesivo. Tradicionalmente hablamos de tres posturas clave, como se mencionan en la \*Hatha Yoga Pradipika\*. La mayoría de las otras cosas son procesos diferentes, a menudo convirtiéndose en una forma de gimnasia. Las posturas verdaderas son arquetipos del ser. Cuando el cuerpo está debidamente

alineado y relajado, incluso a los 60 u 80 años, uno no "siente" el cuerpo como un peso; uno ejecuta la postura correctamente como una expresión de energía.

[Interlocutor]: ¿Puede explicar lo que dijo sobre las tres posturas?

[Jean Klein]: Al principio uno podría decir: "¡No es nada!". Pero luego te ves a vos mismo como un buscador. Te elevás por encima de la modalidad del "hombre-máquina". A través del contacto con vos mismo, la nostalgia por tu verdadera naturaleza es reemplazada por la presencia. Sentís la energía de la tierra y la energía en las cavidades del cuerpo. La energía debe venir libremente. Por eso introducimos esta postura específica: se trata de "hacerla" para ver el "no-hacer". No hace falta hablar de eso excesivamente; es una experiencia.

[Interlocutor]: Personalidad... quiero ser responsable de mis pensamientos y acciones.

[Jean Klein]: Mientras te tomes como alguien independiente, sos responsable de lo que hacés o lo que pensás. Y luego sos liberado de la persona. Hay otra responsabilidad. ¿Ves? Y sos libre del concepto del "yo". Espontaneidad. Sos completamente apropiado. Lo que hacés es verdaderamente adecuado en la vida. Libre del círculo vicioso de hacer y no hacer.

[Interlocutor]: El cuerpo de energía, el cuerpo libre del pasado...

[Jean Klein]: Es el cuerpo de energía. Cuerpo y alma.

[Interlocutor]: ¿El cuerpo de energía está siempre sano o también puede tener contracciones?

[Jean Klein]: Es constante. Mientras creas en el "yo", está perturbado. Pero todo es constante. Es solo el cuerpo físico el que conoce la enfermedad y la preocupación. Todos tenemos la misma conciencia. Venís a mí, en los hechos.

[Interlocutor]: (Pregunta sobre acupuntura y meridianos).

[Jean Klein]: Es el mismo sistema de energía. Orquestado de manera distinta. El poder viene desde afuera, desde adentro. Es una complejidad.

[Interlocutor]: ¿Quién es esta persona?

[Jean Klein]: Una persona es una acumulación. Creyente. Escucha. Apropiación. Todo lo que apropiás pertenece a la personalidad. Necesitás esta personalidad en tu vida diaria. Es una herramienta, una herramienta muy importante. Identificarte

como una personalidad no tiene ningún sentido. El Ser está presente. Solo está presente cuando estás ausente. No hay lugar para "uno mismo". No sé. El comienzo es una especie de... identificación. "¿Cómo tenés ese pelo tan lindo?". Esta identificación... en un momento, estando seguro...

[Interlocutor]: Es psicológico. Gracias. ¿Hay una correspondencia entre el cuerpo de energía y la memoria psicológica?

[Jean Klein]: Funciona así. Tiempo psicológico y memorial. El futuro es el pasado. Pero en realidad... mantenemos el concepto del "yo". Esta identificación con el concepto del "yo". Solo tengo memoria. Memoria funcional. Pero luego decís... y es el momento de usarla. Pero no vivimos de acuerdo a la memoria psicológica. Todo ver. Ver global. Te ves a vos mismo.

[Interlocutor]: ¿Es posible dejar que los niños crezcan sin formar este apego, para que permanezcan libres?

[Jean Klein]: Vivo con niños. Tenés que estar... liberate vos mismo. El niño busca aprender. Escuchando. Tratando de apropiarse de la Tierra. El entorno de la madre y el padre... si el padre y la madre no se han liberado del concepto del "yo", el niño lo tomará. Viví con caridad. Verás que no es funcional. (Se refiere a un ejemplo de usar los dedos para comer).

[Interlocutor]: Dr. Klein, ¿qué hizo por su propio hijo? ¿Qué haría si solo pusiera grabaciones de sus charlas?

[Jean Klein]: Debés tener un entendimiento de la etapa de la vida. Es diferente a los 14 o 15 años. Lo importante es estar disponible para tu Propio Ser. Volvés a ese espíritu de ser: abierto, listo. En un estado de verdadera disponibilidad, vos \*sos\* la disponibilidad. No estás disponible para "algo" en particular; sos la Disponibilidad misma. No abierto "a" algo, sino por encima del concepto mismo de apertura. Es extremo entenderlo inicialmente, pero significa encontrar lo invisible, la invisibilidad sin objeto de nuestra verdadera naturaleza. Toma tiempo, pero tenemos ese tiempo. Estás abierto.

[Interlocutor]: Cuando perdés la personalidad, cuando te das cuenta de que no existe... se siente como si hubieras perdido a un amigo.

[Jean Klein]: Sí, y ya no la usás más. Y encontrás lo que realmente sos. Verás que te sentías atraído por la personalidad. No hay relación, no hay espacio. Y tu vida es solo una repetición. Te encontrás en el mismo patrón. Es importante. Impacto. Después de verlo. Es importante. En este momento del reino...

[Interlocutor]: (Pregunta sobre necesidades y la no personalidad).

[Jean Klein]: Diferente... tal vez es rico. Cuando necesitás la personalidad, la personalidad está ahí a tu disposición. Mirás de nuevo. Verás que sos... con su personalidad... Nunca he visto nada.

[Interlocutor]: (Pregunta sobre conectarse a un "Godhead" o a un Ser más grande).  
¿Qué es Dios para usted?

[Jean Klein]: Es más bien un concepto. Un gran concepto. ¿Qué es? Notás... en la frescura... deberías estar interesado en vos mismo. Dejá las cosas... ¿pero creés? La vida es para vos. Alegría. En el tiempo de vida, todo eso.

Ha sido una verdadera meditación. Muchas gracias. No olviden buscar esa calidad de presencia cada mañana al despertar.