

Jean Klein: Diálogo en Hammamet (9 de mayo de 1989)

[Jean Klein]: Hay que familiarizarse con otra cualidad de sentir el propio cuerpo. Eso es lo realmente importante. Hay que referirse varias veces al día a esa cualidad vibratoria, hasta que en un momento dado esa sensibilidad se vuelva nuestra naturaleza misma.

[Interlocutor]: (Se refiere a la intención de la percepción).

[Jean Klein]: En este intento, no pongamos el acento en el objeto de la percepción, en el cuerpo como "forma" o como "problema". Pongamos el acento en la escucha, en esa atención totalmente no dirigida, sin un fin egoísta, sin un resultado que buscar. Una atención sin selección. Y cuando esa atención se despliega de verdad, ya no estás ligado a tal o cual objeto de percepción. El sujeto —ese "yo" que siempre quiere algo— se vacía totalmente de sus conclusiones. Es realmente algo que se siente, no es una mera idea mental. No saquen conclusiones prematuras.

[Interlocutor]: ¿Qué pasa con el miedo y la ansiedad? ¿Y el dolor?

[Jean Klein]: El dolor físico es una percepción. Ese dolor es percibido, por lo tanto, es un objeto. Vos sos el Perceptor (*Percipient*). Cuando aceptás ese dolor con el fin de comprenderlo realmente, de sentirlo en su pureza, de ver cuáles son sus extensiones y dónde se localiza exactamente sin juzgarlo, a partir de ese momento podés hablar de lo que es el dolor real. Es únicamente en esa aceptación —una aceptación funcional, biológica, no una «resignación» psicológica— que le devolvés al dolor su justa medida. Si aceptás la entrada del dolor perfectamente en tu sensibilidad, este pasa a formar parte del flujo biológico natural. De lo contrario, si lo rechazás, le agregás un enorme porcentaje de sufrimiento mental y tensión a la simple sensación física. El dolor físico es un objeto, y el Perceptor está totalmente fuera del proceso doloroso. Es únicamente esa aceptación funcional de ser consciente de la presencia del dolor lo que te libera de la identificación. El dolor funciona entonces como un indicador (*index*) que apunta directamente hacia el Perceptor, hacia la Conciencia que lo nota. El Perceptor no es un objeto y nunca puede ser percibido por los sentidos. Lo que es localizado siempre es un objeto.

Generalmente, las personas ponen todo el énfasis en el objeto visto, pero tienen que traerlo de vuelta a su visión, a la conciencia misma. La mirada tiene toda su

potencialidad en sí misma. Nunca podés "mirar" al que mira; solo podés SER el mirar.

[Interlocutor]: ¿Qué pasa con los problemas?

[Jean Klein]: No hay problemas. "Problema" no es una orden. No hay nada problemático en sí mismo. El elemento problemático surge únicamente del punto de vista que uno toma. Desde un punto de vista personal, hay elección, selección y división. Desde el punto de vista de tu totalidad, de tu globalidad, no hay problema.

Cuando te identificás con estos patrones mentales, quedás sumergido en ellos. La posición del perceptor es totalmente impersonal. Esta posición impersonal permite que la energía funcione independientemente. No hay un "actor" o "hacedor" personal; nunca lo hubo. Solo hubo reacciones a las circunstancias.

Esto permite la liberación de contracciones profundas. Cuando un músculo es sentido de esta manera, funciona armónicamente con su naturaleza antagónica. Estamos tocando directamente el cuerpo energético. Lo percibido existe solo porque hay un perceptor. Lo que aparece no tiene realidad en sí mismo; siempre se refiere de vuelta al perceptor. Todo lo manifestado es una expresión de la conciencia, de su pura potencialidad.

Todo lo manifestado es energía, nada más. Incluso en los animales, hay recepción sin una entidad personal. El perceptor no es energía y no se ve afectado.

Volviendo a la cuestión del «indicador»: la aceptación del hecho es la clave. Si yo, como persona o individuo, no acepto una sensación, produzco más dolor. La aceptación funcional significa tolerarlo, o mejor dicho, ni siquiera necesitar «tolerarlo» porque no hay elección de por medio. La inaceptación funcional sucede cuando hay elección.

[Interlocutor]: ¿Puede hablar de la angustia?

[Jean Klein]: La angustia es en gran medida un producto de la memoria. Cuando aceptás la percepción, la «angustia» no es actual. La memoria es lo que la mantiene viva. Pero en la percepción actual, no hay angustia. Lo actual es real; la palabra «angustia» pertenece a la memoria. ¡Viví con la percepción! Hacerse amigo de ella, estar con el dolor... esa es la transformación.

A través de la aceptación funcional, participás en tu propia sanación. Te volvés cada vez más familiar con las sensaciones corporales y verás que el cuerpo «despierta». Los residuos psicológicos pueden ser totalmente abandonados bajo esta luz. Esto aporta una cualidad completamente distinta a tu vida. Te volvés

consciente de las funciones naturales del cuerpo y, en esa conciencia, surge la acción correcta espontáneamente. Nadie elige; es el cuerpo-mente el que responde correctamente.

La sensibilidad es una cualidad que existe y con la que uno debe familiarizarse. La inteligencia es sensibilidad. Cuando vivimos con otros o en sociedad, esta conciencia es crucial. Muchas gracias por este diálogo.