

Jean Klein: Diálogo en Santa Sabina (1989)

[Jean Klein]: Pienso que es necesario vivir cada vez más con una percepción directa, un pensamiento libre y una observación pura. Muchos residuos de la psique —hábitos y patrones— impiden este ver directo. Más allá de ellos reside una conciencia expandida.

[Interlocutor]: (Se refiere a acoger las percepciones y el cuerpo).

[Jean Klein]: En lugar de mirar un objeto como algo separado de vos, dejá que el objeto te mire a vos. Relajá todo tu sistema nervioso, especialmente el nervio óptico. Estate totalmente relajado y libre.

[Interlocutor]: Siento como si hubiera dos cosas: el «acogimiento» (welcoming) de las percepciones, y luego algo más que se siente muy cerca mío, casi en mi plexo solar o en el vientre. Es como estar en un jardín hermoso.

[Jean Klein]: No hagas discriminación entre las dos cosas. Estate completamente abierto y constante. La selección es solo una forma de producción mental. El enfoque original de la verdad no tiene nada que ver con la demanda o la preferencia personal.

[Interlocutor]: ¿Es una buena idea mantener este conocimiento de la conciencia expandida?

[Jean Klein]: Absolutamente. Primero tenés que «tocarlo» (sentirlo). Si te identificás con tu cuerpo, reaccionás. Eso es supervivencia biológica. Pero si no te identificás con tu cuerpo, estás establecido en tu verdadero centro. Cuando reaccionás, estás efectivamente en el «infierno».

La acción es diferente de la reacción. Lo que desde afuera parece una reacción puede ser una acción espontánea desde la presencia.

[Interlocutor]: ¿Es lo que vemos siempre una función del cerebro? ¿Qué es la cualidad del «principio del ojo»?

[Jean Klein]: El cerebro es solo una herramienta, una prolongación de la mente. En realidad, nadie ve y nada es visto; solo existe la visión misma. ¿Podés localizar a un «vidente»? No. Cualquier pensamiento como «veo una flor» es solo un concepto, un recuerdo. La observación pura es «ver directo». En ese estado, sos completamente libre y la energía se libera en muchos niveles.

[Interlocutor]: ¿Es el darse cuenta la conciencia misma?

[Jean Klein]: El darse cuenta (*awareness*) no es un objeto. Los objetos aparecen *en* el darse cuenta. El darse cuenta es el fondo, la fuente. El cerebro es el instrumento que el darse cuenta utiliza para mirar hacia afuera.

Cuando caminás por el bosque o las montañas, tu atención es natural, no intencional. La miseria viene cuando calificás e interpretás tu experiencia; eso es una reacción. En el silencio, no hay nombramiento. Como en las pinturas chinas, el «espacio vacío» señala hacia la vacuidad. Cuando mirás a un niño, hay momentos de pureza absoluta. Esa inocencia no es algo que te falte; es tu verdadera naturaleza. Es un despertar en uno mismo.

[Interlocutor]: ¿Son los sentidos los vehículos de la conciencia (*awareness*)?

[Jean Klein]: Sí. Pero cuando vivís en el silencio, sin conocimiento personal o interferencia, el objeto (como la rama en una pintura) es solo un puntero hacia el espacio vacío.

(Se refiere al concepto del tiempo). El pasado y el futuro son memoria. Incluso cuando pensás en el pasado, ese pensamiento sucede en el presente. Sos fundamentalmente atemporal (*timeless*).

[Interlocutor]: ¿Qué pasa con el deseo?

[Jean Klein]: Nuestro deseo fundamental es por nuestra propia esencia. En el instante en que se alcanza un objeto deseado, hay un momento completamente sin tiempo porque ni el objeto ni el «deseador» están presentes. Te encontrás en tu propia paz. Eso es lo que uno busca realmente en cualquier deseo.

[Interlocutor]: ¿Se vive desde esa perspectiva? ¿Es ahí donde se cumplen los deseos? ¿Qué pasa con manejar un auto?

[Jean Klein]: Manejar un auto es un gran ejemplo. «Nadie maneja, solo hay el manejar». Cuando manejas, no estás encerrado en tu auto; tu cuerpo se expande, tenés una plasticidad que te permite estar abierto a todas las posibilidades. No hay un «yo» manejando separadamente del universo. Todo ayuda si lo hacés desde la

conciencia (*awareness*), no desde el hábito.

La realidad no es una «experiencia». Cada experiencia es absorbida inmediatamente en tu presencia, atraída como un imán hacia su fuente. El cuerpo aparece dentro de la conciencia (*awareness*). Desde la perspectiva de la conciencia pura, el cuerpo no es un objeto separado, sino una extensión funcional. Más allá de todas las formas, solo hay Conciencia.

En el Centro, los conceptos de «bueno y malo» no tienen existencia. Irse a dormir conscientemente es muy importante; tenés que definirte como eso que permanece a través de la transición de los estados.

[Interlocutor]: ¿Hay algo especial que observar en el sueño o en los sueños?

[Jean Klein]: El sueño real es ausencia absoluta. Los sueños son el «residuo» o los desechos del estado de vigilia. Todo va junto. Lo más importante es cómo vamos a dormir. Encontrarse a uno mismo como esa transición hacia la ausencia. Muchas gracias.