

SWAMI TILAK
LA SICOLOGÍA ESPIRITUALISTA
SOCIEDAD SICOANALÍTICA, CIUDAD DE MÉXICO
8 DE JUNIO DE 1981

Somos hombres y como tales queremos vivir apropiadamente en el mundo. Hay muchas ramas de la ciencia que tratan de comprender al ser humano en varios niveles. La historia dice que el hombre es un ser histórico, la sociología que es un ser social; cada rama de la ciencia trata de definir al hombre a su manera. Según mi opinión, el hombre es uno y no puede dividirse en partes; no podemos decir que es totalmente social y no tiene nada que ver con la historia, ni tampoco que es completamente histórico y no tiene nada que ver con la sociología. En suma, el ser humano toca todos los puntos de la vida y necesitamos estudiarlo íntegramente. La espiritualidad trata de estudiarlo en todos los aspectos. Las ciencias tratan de entrar al ser humano desde afuera, mientras que la espiritualidad trata de salir de adentro. Por eso a veces existen diferencias de opinión, pero en realidad, los espiritualistas y los científicos buscan la misma verdad. Por ejemplo, hay una montaña y tenemos muchos caminos que pueden llevarnos a la cima, pero el problema es que el que está subiendo por un camino no puede ver a los que están ascendiendo por los otros, por eso todos piensan que son los únicos que están andando hacia la cumbre. Sólo cuando uno ha llegado al pico y desciende puede comprender que todos los caminos se juntan en la cumbre. Los que están ascendiendo son los materialistas y los que están descendiendo son los espiritualistas; la montaña es la misma, los caminos son los mismos, pero unos saben que todos están interrelacionados, mientras que otros piensan que son independientes. Por eso tenemos tantas diferencias de opinión: los médicos dicen una cosa, los sicólogos, los parasicólogos y los físicos dicen otra. Por ejemplo, existe una diferencia de opinión entre los físicos y los biólogos: los físicos dicen que todo es materia y los biólogos que la materia viviente es diferente de la materia inerte; los espiritualistas, por su parte, dicen que todo es uno, que todo es el Ser. El resultado es muy diferente cuando se afirma que todo es materia o que

todo es espíritu.

Una vez una persona me preguntó: "Swami, los espiritualistas dicen que todo es espíritu y los materialistas que todo es materia. Ambos están admitiendo que todo es uno ¿no es así?"

Yo le respondí: "Amigo mío, si todo es la materia como dicen los materialistas, todos deberían ser tratados como se trata a las piedras, pero si todo es el espíritu como dicen los espiritualistas, hasta las piedras tendrían que ser tratadas como al Ser mismo."

Les voy a relatar un incidente. Un niño fue a traer leña del bosque por indicación de su madre, y al cabo de una hora regresó sin la leña y con la pierna herida. Su madre, muy triste, le preguntó: "¿Hijo mío, qué te ha pasado?"

Él respondió: "Madre, cuando estaba frente al árbol mi conciencia, mi alma, mi corazón, me preguntó: '¿Cómo siente un árbol cuando lo cortas? Los árboles son santos silenciosos que no se quejan. Si quieres saber lo que sienten, corta tu propia pierna'. Entonces me corté y tuve un dolor tan terrible que comprendí que todos sufren dolor cuando los hieren, por eso no pude cortar el árbol".

Esta es la diferencia de actitud de un espiritualista. Tal vez uno puede pensar que ese niño estaba loco, porque el mundo no puede continuar sin cortar árboles, pero su *locura* no va a hacer ningún daño al mundo, mientras que la *inteligencia* que lleva a tratar al hombre como a las piedras sí. En realidad, nosotros necesitamos de esos *locos* que consideran iguales a los árboles y los hombres, no de los *inteligentes* que tratan de asemejar al hombre con las piedras. Por eso tenemos dos actitudes en el mundo. El hombre puede elevarse hasta el punto en donde no existe ninguna diferencia entre el Ser y cualquier cosa. Como yo soy, todo el mundo es. Es la actitud de un espiritualista, por eso no puede hacer ningún daño a nadie. Amigos míos, para llegar a este punto uno tiene que llevar una forma de

vida, entrar más y más en la profundidad de su existencia.

La psicología moderna nos dice que hay tres tipos de mente, tres tipos de conciencia: la mente consciente, la mente subconsciente y la mente inconsciente. Por otro lado, la parapsicología dice que la inconsciencia es el estado más elevado. Pero según mi opinión, la conciencia nunca puede convertirse en la inconsciencia. La conciencia puede hacerse inconsciente de algunas cosas, pero no puede convertirse en la inconsciencia. Para clarificar esto, voy a dar un ejemplo. Nosotros percibimos la luz gracias a los objetos iluminados; la luz pura nunca puede verse. Nosotros nunca podemos ver la luz del sol por la noche, a no ser a través de la luna iluminada. Así, los objetos iluminados por la conciencia nos dan la impresión de la conciencia, mas la conciencia pura no puede ser consciente de sí misma. Pero existe. Así como la luz no puede convertirse en oscuridad, la conciencia no puede convertirse en inconsciencia. Por eso tenemos muchos estados de la conciencia pura, que puede llamarse superconciencia. De la superconciencia hasta la conciencia relativa tenemos muchos niveles. Nuestro ego es un nivel de la conciencia relativa, el intelecto, la mente y los sentidos son otros. La conciencia siempre está presente en todos los niveles, pero está siempre libre de ellos. Por eso decimos que la conciencia es el Ser.

Ahora voy a tratar de exponer algo más profundo, más sutil. Tenemos dos cosas distintas: una es el *campo* y otra el *dueño del campo*.¹ Los niveles de la conciencia son el campo y el Ser es el dueño del campo. Por ejemplo, por un lado tenemos un cable que conduce la electricidad y por otro la electricidad misma; la electricidad es el dueño del campo y el cable es el campo; tenemos muchos caminos y solamente un dueño. Doy otro ejemplo: en nuestro país, México, existe una persona llamada José López Portillo. Él es simultáneamente padre de su hijo, esposo de su esposa y presidente del país. Entonces, en el campo de la familia su presencia lo hace padre y esposo, y en el campo del gobierno su presencia lo hace presidente; sus deberes son diferentes según el campo y a pesar de eso, él

¹ Respectivamente *kshetra* y *kshetrajna*. Cfr. *Bhagavad Gita*, 13:35.

es la misma persona. Así, solamente existe un Ser, y cuando pasa por el nivel del intelecto, la mente o los sentidos, nos parece el intelecto, la mente o los sentidos; pero es el Ser y no está permanentemente ligado con ninguno. Él no tiene que identificarse con un nivel en particular porque está presente en todos, pero a la vez está libre de ellos; simplemente tiene que activar todos los niveles por su presencia, pero no tiene que identificarse con ninguno de ellos. Cuando la electricidad está en la lámpara, produce luz, cuando está en el ventilador, produce aire, y cuando está en el calefactor, produce calor; la misma electricidad está activando a muchos aparatos según la naturaleza de cada uno de ellos; sin tener ningún interés particular, permite a la naturaleza de los aparatos activarse. Así, el Ser no tiene ningún interés en la mente, el intelecto, el ego o los sentidos; los activa según su naturaleza y nada más. Y cuando uno puede darse cuenta de esta verdad, no va a perturbarse en ninguna condición, no va a sentir apego con ninguna cosa. Por eso, cuando los ojos están viendo, tengo que darme cuenta de que no soy yo el que ve, sino los ojos, debido a su naturaleza. Mi mente funciona según su naturaleza, y aunque yo no tengo ningún interés en las actividades mentales, mi presencia la ayuda a realizar esas actividades. El ego, el intelecto, la mente, los sentidos no pueden funcionar sin mi presencia, a pesar de eso yo no tengo que identificar mi existencia con la naturaleza de los aparatos internos. Cuando tengo el poder de diferenciar entre el campo de la acción y el dueño del campo, estoy tranquilo, nada ni nadie puede afectarme: puedo observar a mi mente y no estar afectado por ella. Desgraciadamente, hemos perdido ese poder y por eso sufrimos; cualquier cosa nos afecta; cuando alguien nos critica, reaccionamos, sin darnos cuenta de que nada puede afectarnos directamente, solamente puede afectar a nuestra mente. Podemos romper esta lámpara, pero no podemos romper la electricidad; el plano de la actividad se va a afectar, pero no la electricidad. Así, cuando veo cualquier cosa, buena o mala, bella o fea, empiezo a reaccionar y a identificarme con ella, sin darme cuenta de que en realidad son los ojos los que está viendo. Es natural que los ojos se afecten, ¿pero por qué tengo que afectarme yo? La belleza tiene su límite en los ojos, y después deja de existir. Toda la belleza a la que le damos tanta importancia, es creada por los ojos, nada

más. Toda belleza no es más que la expresión de mi lujuria, y cuando yo comprendo que la lujuria no es mi naturaleza, sino la naturaleza de la mente y de los ojos, puedo controlarla. ¿Cuál es la diferencia entre los pensadores modernos y los espiritualistas? Los primeros dicen que el hombre no puede satisfacerse mientras que no satisfaga su lujuria, porque dicen que la lujuria reprimida crea muchos conflictos. La espiritualidad dice que la lujuria tiene que controlarse desde adentro, desde donde surge. La lujuria expresada o manifiesta no puede controlarse, pero cuando uno no permite que se manifieste, puede controlarse perfectamente. La lujuria es como el electromagnetismo: el electromagnetismo es solamente un nivel de la corriente eléctrica que aparece cuando dejamos que la electricidad se exprese en ese nivel. De igual modo, hay un nivel de la lujuria que se activa cuando el Ser lo toca, mas no se manifiesta cuando no dejamos que lo toque. Esa es la diferencia entre la psicología moderna y la psicología espiritualista. Por eso estoy diciendo que no tenemos que controlar la lujuria, sino sublimarla. ¿Qué significa sublimar? Que no vamos a dejar que el Ser descienda. Y cuando el Ser alcance el nivel más alto, no tendremos más lujuria en nuestra vida. Por eso necesitamos de la meditación. La meditación es el método, el proceso de levantar el nivel de la conciencia para que el Ser no toque ciertos campos y permanezca puro, sin que necesite ninguna cosa de fuera para satisfacerse. Porque cuando sentimos la necesidad de cualquier cosa de fuera, nos hacemos esclavos de ella. Por ejemplo, si yo tengo deseo de ir al cine, si no puedo permanecer sin ir al cine, hago del cine mi dueño. Cuando no puedo estar sin ver las cosas, me convierto en su esclavo. La espiritualidad dice que debemos dominarnos a nosotros mismos. Si veo las cosas, muy bien, si no las veo, también; si hablo con ustedes, muy bien, si no hablo, también. En 1976, una persona me preguntó: "Swami, usted ha estado fuera de la India por más de ocho años... Cuando tenga que permanecer en la India sin viajar ¿se va a aburrir?"

—Viajar o no viajar tiene que ser igual para mí —le contesté—. Si yo no puedo permanecer sin viajar, significa que he perdido mi libertad. Viajar o no viajar, dar conferencias o no darlas, no debe importarme, porque es la necesidad del campo

de la actividad, no mi necesidad.

Si ustedes piensan que escucharon esta conferencia por necesidad, se han convertido en esclavos de un *swami*. Escuchar o no escuchar, no importa; después de escuchar las conferencias de un *swami*, tienen que darse cuenta de que no son indispensables para su vida. Porque la dependencia de cualquier cosa, incluso de un *swami*, es dependencia. Por eso tenemos que dejar que el Ser entre más en nuestra mente que los objetos de los sentidos, porque los sentidos no pueden funcionar sin nuestra mente. Ningún ojo puede funcionar sin la mente, por lo tanto la mente es más fuerte que nuestros sentidos; pero la mente no puede funcionar sin el intelecto, por lo tanto, el intelecto es más fuerte que la mente; pero el intelecto no puede funcionar sin el ego, entonces, el ego es más fuerte que el intelecto; y el ego no puede funcionar sin el Ser. Entonces el Ser es más fuerte que cualquier cosa del mundo, y aquel que tenga la capacidad de observar todos los campos de la actividad, puede disciplinarlos a todos. Pero desgraciadamente, en este momento no sabemos observar los campos de la actividad, simplemente tratamos de identificarnos con ellos, por eso sufrimos, por eso somos ignorantes. No estoy hablando solamente de ustedes, yo me estoy incluyendo también, porque dar una charla es muy fácil, pero la realización es muy difícil. Porque para dar una charla no se necesita mucho, bastan unos cuantos libros de gramática y diccionarios, pero disciplinar al Ser mismo es un trabajo muy difícil. Se dice que en la guerra del Mahabharata Arjuna vio a un sacerdote que estaba a punto de arrojar al fuego. Se detuvo y le preguntó: "¿Por qué quieres matarte?"

—He perdido a mi hijo y sin él no puedo vivir.

—Muchos pierden a sus hijos, eso no es razón para morir.

—Yo no puedo vivir sin él.

Arjuna trató de convencerlo en varias formas, y después de mucha insistencia, el

sacerdote aceptó desistir, a condición de que Arjuna, en caso de perder a un hijo, no intentara suicidarse. Arjuna accedió. Sin embargo, al día siguiente, el hijo de Arjuna murió y él quería arrojar al fuego; en ese momento no podía recordar los sermones que había dado la víspera. Entonces todos trataban de convencerlo: "Arjuna, aquel que nace tiene que morir. ¿Por qué quieres perder la vida?"

—"Yo adoro a mi hijo y quiero morir con él".

En ese momento apareció el sacerdote y le preguntó a Arjuna en dónde estaban todos sus sermones. Esta historia nos muestra que la sabiduría en palabras es muy barata, pero en acción es muy cara. Y es por eso estoy diciendo que para realizar la verdad uno tiene que practicar mucho, la realización es muy difícil.

En este sentido la psicología moderna puede ayudarnos mucho, sin duda. Por ejemplo, una noche oscura una niño vio un gato negro que le provocó mucho miedo; este miedo se estableció en su conciencia, o podemos decir, en su subconciencia, y aunque ya es un joven y no tiene ninguna razón de seguir temiendo, el temor al gato está profundamente establecido en su subconciencia y necesita que los psicólogos le ayuden a borrar estas impresiones. Sin embargo, las prácticas espirituales pueden sacar todas las impresiones de la mente automáticamente. ¿Cómo entran las impresiones en la subconciencia? Por el nivel de la conciencia. Y así como entran, pueden salir. El pensamiento apropiado durante el estado de conciencia es el mejor método de sacar todas las impresiones pasadas; por eso, en lugar de pensar en las cosas pasadas, uno tiene que pensar en el presente. Como ustedes saben, en el campo de la espiritualidad uno tiene que repetir constantemente el nombre de Dios con fe. Por ejemplo, cuanto más se repita el nombre de Cristo, la mente se llena de él y con él entra la fe. De este modo, las impresiones pasadas se borran, forman un nuevo nivel de conciencia, y el hombre deja de sufrir. Pero esto requiere de tiempo, porque cualquier práctica espiritual necesita tiempo y la gente no quiere invertirlo. Cuando un espiritualista exhorta a la gente a meditar, inmediatamente contestan: "No

tengo tiempo, estoy muy ocupado". La ocupación con preocupación es una enfermedad. Cualquier tipo de ocupación con preocupación es una enfermedad y, desgraciadamente, en nombre del trabajo, en nombre de la ocupación, estamos todo el tiempo pescando enfermedades. Decimos que no tenemos tiempo de meditar, pero nos sobra tiempo para ir a los cines y a los clubes. Yo puedo decir francamente que aquellos que están más enfermos mentalmente son los que más asisten a los espectáculos. Cuando uno no tiene la satisfacción en sí mismo, no puede conseguirla en ningún lugar del mundo. En la India, un amigo mío que es dueño de un cine, me contó que una persona visitó su establecimiento continuamente durante seis meses para ver la misma película. Mi amigo estaba tan impresionado que le dijo: "En el futuro no tiene que pagar, puede entrar gratis al cine cuando quiera". Entonces él respondió: "Yo no vengo a ver la película, sólo vengo a dormir". Pueden reírse si quieren, pero la mayoría de la gente que va al cine lo hace para evitar los problemas que tiene en su casa. El esposo no está satisfecho con la esposa, ni la esposa con el esposo, y entonces buscan la satisfacción en el cine. Cuando el esposo o la esposa no pueden obtener esa satisfacción en la vida real ¿cómo pueden satisfacerse con las películas? Éstas simplemente hacen que la lujuria crezcan, pero no los satisfacen. Por unos momentos la gente piensa que tiene alegría, pero la lujuria insatisfecha crea más problemas. Por eso les estoy pidiendo que traten de lograr la satisfacción en su mente, recuerden que la mente es la que crea todo el cine y la literatura. El arte es simplemente un reflejo del interior del hombre. Actualmente tenemos una literatura terrible, que refleja lo que está pasando en el corazón de la gente; la literatura es la pantalla de la mente. La gente cree que es muy inteligente al leer esta terrible literatura, pero los escritores son más inteligentes que ella y la explota vomitando lo que tienen adentro. Esta clase de vida no puede darnos ninguna satisfacción, no tenemos que tener ninguna ilusión al respecto, porque estamos en un gran mercado en el cual la gente está lista para explotarnos dondequiera que vayamos. Por ejemplo, por medio de la publicidad la belleza de la mujer es explotada para producir dinero, y la mujer piensa que está consiguiendo un estatus social. Ningún publicista está interesado en la mujer, sino en la lujuria que

puede ser explotada para su beneficio material. Es la verdad y la gente tiene que escucharla. En los Estados Unidos de Norteamérica yo les pedí a las mujeres que busquen la igualdad que dijeran algo en contra de esa explotación, que se dieran cuenta de que su belleza es la belleza de la madre, la belleza de María y no debe ser objeto de comercio o explotación.

Yo les pido francamente que traten de controlar su mente, porque cuando la mente está controlada, cuando ustedes son dueños de su mente, esa explotación no puede ocurrir. Bajo el disfraz de la civilización se esconde la explotación y me parece que esa explotación está basada en la psicología. Por favor, traten de comprenderlo.