



# Boletín mensual

(14) Junio 2015

## **Espacio de reflexión**

### Investigar la raíz del conflicto

Krishnamurti en su filosofía incidió que para descubrir la raíz de los conflictos que tenemos con nosotros mismos y con los demás ha de haber un **conocimiento de uno mismo** a través de comprender el proceso del pensamiento, causa de todo el sufrimiento humano, y el movimiento de ese pensamiento a través del tiempo.

Decía que la comprensión de uno mismo es el principio de la sabiduría, la cual no se encuentra ni en los libros, ni en las experiencias, ni en el seguir las enseñanzas de nadie. La sabiduría viene de la comprensión de una mente que se comprende a sí misma, comprende la forma en que se origina el pensamiento y como este pensamiento genera temor, el cual ofusca la mente, la insensibiliza y genera todo tipo de violencia y desorden.

Para conseguir eso hemos de estar perceptivos a todo lo que ocurre tanto en lo interno como en lo externo. Externamente, en el sentido de estar alerta al desorden que a uno lo rodea e internamente en nuestra relación con los demás; darse cuenta de todo eso durante el día, sin corregirlo, simplemente darse cuenta de ello. En el momento en que uno trata de corregir, de cambiar “lo que es” surge el conflicto.

Eso quiere decir poner el acento en “lo que realmente es” en lugar de lo que “debería ser” Señalaba que a través del conocimiento de uno mismo y de la libertad interior se llegaba a la realidad de “lo que es”. Krishnamurti afirmaba que la verdad de “lo que es” está más allá del conocimiento formulado o imaginado, por lo cual “lo que es” ha de ser percibido de manera inmediata en el presente, en el ahora, sin que el pensamiento intervenga ya que este se mueve en el factor tiempo: pasado y futuro.

*... Únicamente cuando tratan de cambiar “lo que es” hay confusión y desorden, porque quieren cambiarlo de acuerdo al conocimiento adquirido. Ese conocimiento es el pasado y ustedes tratan de cambiar “lo que es” - que no está en el pasado – de acuerdo a lo que han aprendido. Entonces hay una contradicción y surge el desorden y la confusión.*

*... Debemos empezar por nosotros mismos. Parece tan sencillo pero es extremadamente difícil. Para entenderse uno mismo, para ver cómo opera el propio pensamiento, hay que estar extraordinariamente alerta. Así que a medida que uno empieza a estar cada vez más alerta ante los enredos del propio pensar, ante las propias respuestas y los propios sentimientos, empieza uno a ser más consciente, no sólo de sí mismo sino de las personas con las que se relaciona. Conocerse a sí mismo es examinarse en la acción, en la convivencia. Mas la dificultad está en que somos muy impacientes; queremos progresar, queremos alcanzar metas y a causa de ello no tenemos ni tiempo ni ocasión de brindarnos a nosotros mismos una oportunidad de examinar, de observar.*

*... Hasta que en mi relación con los demás, no me comprenda a mí mismo, seguiré siendo la causa del caos, del sufrimiento, de la destrucción, del miedo y de la brutalidad. Lo que vosotros sois en relación con los demás,- con vuestra esposa, vuestro hijo, vuestro patrón, vuestro vecino...- eso es la sociedad. La sociedad no existe por sí misma. La sociedad es lo que nosotros hemos creado con nuestras relaciones; es la proyección hacia fuera de todos nuestros estados psicológicos internos. De modo que si no nos comprendemos a nosotros mismos, la mera transformación de lo externo no tiene importancia alguna.*

Así pues Krishnamurti nos dice que el cambio del ser humano no puede venir por medios externos, ya sean revoluciones políticas o movimientos sociales, ni el seguimiento de ninguna filosofía, ritual o dogma, sino a través de una transformación total de la conciencia humana. Krishnamurti señala que el conocimiento propio se produce a través de la observación de uno mismo en el presente sin juicios ni análisis los cuales generan conflictos, ya que todo esto es fruto del pensamiento y por tanto del tiempo.

Marina Audí,  
FKL

## **Noticias**

### **Próximo encuentro en Santiago de Chile**

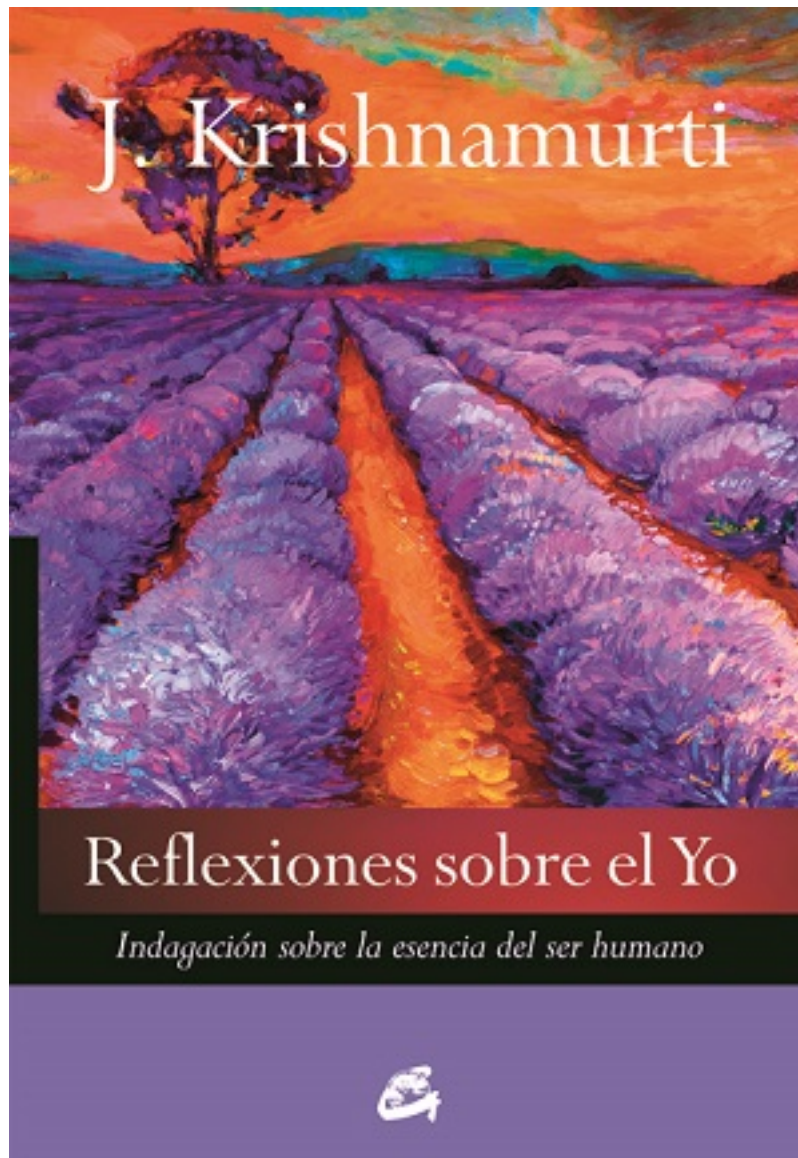
Estamos trabajando en la preparación de una serie de encuentros públicos en Chile para el próximo mes de Julio. Les recomendamos que sigan visitando la Web y la página Facebook de la FKL donde publicaremos el programa completo una vez establecido.

### **Reflexiones sobre el yo**

Les informamos que ya está disponible en ediciones Alfa Omega Gaia el libro Reflexiones sobre el yo.

*Reflexiones sobre el yo* es una indagación sobre el ser humano y una invitación a un cambio radical urgente en la conciencia como única posibilidad para trascender el conflicto interno y externo que vivimos como individuos y como humanidad.

Krishnamurti reflexiona aquí sobre las características fundamentales del ego, como son el miedo, la soledad, la autoridad, el descontento, la culpa y la naturaleza del 'yo', entre otras. Su propósito es ayudarnos a comprender la peculiar estructura psicológica humana que, por su propia naturaleza, distorsiona la realidad y crea la escisión entre el 'observador' y 'lo observado'. Esta visión escindida de la realidad da origen al



## Texto

Vamos a hablar de lo siguiente, ¿cómo descubriremos las diferentes actividades del 'yo' y las sutiles formas detrás de las cuales se oculta la mente? Vemos que el 'yo', sus actividades y acciones se basan en ideas. La acción basada en una idea es una expresión del 'yo', porque eso le da continuidad y propósito a esa acción. De modo que actuar según una idea, significa dar continuidad al 'yo'. Si no hay una idea, la acción tiene un significado por completo diferente, que no nace del 'yo'. La búsqueda de poder, posición, autoridad, ambición, etc., son manifestaciones del 'yo' en sus diferentes modalidades. Por eso es

importante comprender el 'yo'; estoy seguro de que usted y yo estamos de acuerdo en esto. Si me permite añadir algo más, seamos serios con este tema porque, siento que si usted y yo, — no como grupo de personas que pertenecen a cierta clase, a cierta sociedad, a cierta división climática, sino como individuos—, si comprendemos esto y actuamos en consecuencia, entonces se dará una verdadera revolución. En el momento en que el 'yo' se vuelve universal y está mejor organizado, se refugia en eso; mientras que si usted y yo, como individuos, podemos amar, podemos hacerlo en la vida cotidiana, se producirá esa revolución tan necesaria; no debido a que uno lo organice unificando varios grupos, sino porque esa revolución individual sucede todo el tiempo [1].

*Madrás (Chennai) 5ª charla pública, 19 de enero de 1962.,  
Reflexiones sobre el yo.*