

83. El Amor

El amor es la fragancia de la Conciencia

ego

Compilado por:
Enrique González Ospina.
Cel: 315-3357297

“Si uno carece de amor, aunque siga todos los dioses de la Tierra, realice todas las actividades sociales, trate de reformar las condiciones en que viven los pobres, ingrese en la política, escriba libros, poemas, etc., es un ser humano muerto.

Sin amor, sus problemas se incrementarán y multiplicarán interminablemente. Y con amor, haga uno lo que hiciere, no hay riesgo alguno, no hay conflicto.

El amor es la esencia de la virtud”

Krishnamurti



El Amor

*“El amor es la fragancia
de la conciencia”*

Osho

Amor sin motivo

¿Existe el amor sin motivo? ¿Qué es el amor sin motivo? ¿Puede haber amor sin ningún motivo, sin que uno desee nada para sí mismo del amor? ¿Puede haber amor sin que uno se sienta lastimado cuando el amor no es retribuido?

En tanto me sienta lastimado, en tanto haya temor al abandono, en tanto hay resentimiento por cualquier causa en la relación, en tanto le ayude esperando que pueda ayudarme -a lo cual llaman *servir*-, no hay amor.

Si comprende esto, la naturaleza del amor, la respuesta, está ahí.

El amor no se cultiva

El amor no puede cultivarse según la voluntad. El amor no puede dividirse en divino y humano, pero hay calidades del amor, según el *ser* del que ama.

No se trata de que usted ame a una sola persona o a muchas, sino que se trata de amar, independientemente del objeto del amor. A una flor que tiene perfume no le preocupa quién viene a aspirarlo o quién la desdeña. Así es el amor.

El amor no es un recuerdo. No es una cosa de la mente o del intelecto. Adviene naturalmente, como la compasión, cuando todo este problema de la

existencia egocéntrica -miedo, codicia, ira, vanidad, envidia, ansiedad, desesperación, esperanza, compulsión- ha sido comprendido y resuelto.

Entonces, el amor implica una previa comprensión de la condición humana, de sí-mismo, del ego, del “Yo”, del pensamiento reactivo.

Un hombre ambicioso no puede amar. Un hombre apegado a su familia, idolatrando los vínculos de la sangre, no ama. Tampoco los celos, que son miedo, tienen algo que ver con el amor.

Ningún apego a alguien, ninguna identificación con algo, es amor. El amor aparece en el ámbito de la libertad interior de todo.

El pensamiento no ama

El pensamiento no puede, por ningún medio, amar. El pensamiento, que es una reacción de la memoria, puede pensar, pero no puede amar. Pensar es un proceso del cerebro; amar es un estado del *Ser*. El pensamiento egocéntrico y el amor son excluyentes.

A menos que cada uno de nosotros tenga un sentido profundo de compasión y amor, nos volvemos más y más brutales, más crueles, inhumanos el uno para el otro.

Tendremos mentes mecánicas, mentes como computadoras, adiestradas para cumplir eficientemente determinadas funciones. Continuaremos buscando seguridad, comodidad, tanto física como psicológica, y desperdiciando la extraordinaria profundidad y belleza de la existencia, el significado integro de la vida.

La compasión, que es el amor en acción, no es una vaga simpatía o empatía. No es algo que se pueda cultivar por medio del pensamiento, de la disciplina, del control, de la represión, ni siendo uno amable, cortés, gentil. El amor adviene sólo cuando el pensamiento ha llegado a su fin, hasta la raíz misma.

El pensamiento es una reacción de la memoria frente a un estímulo, y el amor es un estado del *Ser*. El pensamiento y el amor son dos dimensiones completamente diferentes.

El estado de enamoramiento no es amor

Por lo general utilizamos las palabras “sexo” y “amor” como si existiera una asociación interna entre ellas, como si fueran equivalentes, y no es así. El amor llega sólo cuando el sexo se ha ido. Antes de eso lo que sucede es el enamoramiento.

El enamoramiento es sólo un cebo, un truco de la naturaleza, un juego introductorio que utiliza a la libido para facilitar el apareamiento, y nada más. El papel de ese alboroto hormonal, denominado enamoramiento, consiste en preparar el terreno para el acto sexual.

¿Cuál es la necesidad de ese truco instintivo? El sexo es tan abrupto, tan animal, tan corpóreo, tan arrollador, tan compulsivo, que requiere de un preámbulo suavizador, de un prólogo romántico que facilite la penetración de los cuerpos.

Ese preámbulo es el estado de enamoramiento romántico, creado por la naturaleza para facilitar la conservación de la especie. Ese estado podríamos denominarlo el “*amor a*”, que es el apego, la pasión desbordada, los instintos de vida en acción, los deseos del cuerpo, pero eso no es “*Amor*”.

Esta compulsión del instinto explica por qué entre más sexo haya entre dos personas, menos amor habrá, porque el preámbulo ya no es necesario.

Si dos personas están enamoradas y no tienen relaciones sexuales, habrá mucho “*amor romántico*” entre ellas, que es el enamoramiento. Sin embargo, cuando el sexo intervenga, ese “*amor romántico*” se irá, el enamoramiento termina, porque la naturaleza ya logró su propósito, que es la conservación de la especie.

El sexo es tan abrupto, tan violento, tan carnal, tan animal, que necesita de un juego previo, que es el enamoramiento. Ese “*amor romántico*” es sólo el ropaje para la realidad desnuda del sexo, un truco energético, un artificio emocional, un juego introductorio creado por la naturaleza.

Si observa en profundidad eso que usted llama “*amor*”, “*estar enamorado*”, encontrará al sexo ahí presente, palpitando, excitado, listo para poseer el cuerpo de su pareja. Si el enamoramiento está manifestándose, el sexo está listo para actuar, pero eso no es amor.

Este pseudo-amor se relaciona con el sexo, pero sólo como un preámbulo. Si el sexo aparece, el enamoramiento desaparece. Es por eso que la rutina sexual en el matrimonio mata al “*amor romántico*” en forma total. Las personas llegan a conocerse tanto, y tan frecuentemente, que el juego previo al sexo llega a ser innecesario.

El anhelo inconsciente del “*amor romántico*” es el deseo de sexo, y cuando el sexo llega ese tipo de amor desaparece. Porque ese “*amor romántico*” no es amor, sino sexo encubierto, enmascarado, palpitando, anhelante.

Y cuando ese sexo inconsciente, instintivo, hormonal, está satisfecho, por exceso, llega el aburrimiento de la pareja, cuya ignorancia no sabe qué hacer con ese estado emocional tan desolador.

Entonces, el enamoramiento es sexo palpitando; no es Amor.

El sexo tampoco es Amor

La energía sexual no existe como algo absoluto. La energía vital es una y se manifiesta en “*formas*” diversas. El sexo es una de las formas en que se expresa, es una de sus direcciones, una de sus manifestaciones.

Pero la energía vital es una sola, y puede manifestarse en varias direcciones. El sexo es una de ellas, la emoción es otra, el enamoramiento es otra, el pensamiento, los conflictos y los sufrimientos, son otras “*formas*”... pero ninguna de esas formas es amor.

Ninguna “*forma*” de la energía vital es amor. La naturaleza esencial del amor es otra. La ira, por ejemplo, es una forma emocional de la energía vital, pero eso no es amor. El sexo, otro ejemplo, es una forma biológica de la energía vital, pero eso no es amor... es sexo.

Cuando la energía vital se hace biológica se transforma en energía sexual. El sexo es sólo una forma de utilizar la energía vital. Así que no es necesario sublimar el sexo, ni la energía biológica, ni la energía vital.

No es necesario sublimar el sexo, que es enaltecerlo, engrandecerlo, divinizarlo, porque es sólo una “*forma*” de manifestación de la energía vital.

Lo que habría que enaltecer y cultivar es la conciencia de la energía... en el sexo, pero la energía sexual carece de toda significación espiritual. Es energía vital en forma de energía sexual.

El sexo es sólo una oportunidad

El sexo es el flujo natural y biológico de la energía vital, y es natural porque la vida no puede existir sin él. La naturaleza creó la energía vital y el sexo y los genitales y el coito y la gestación, como sus medios para conservar las especies y la vida sobre la tierra.

Son un conjunto de procesos extraordinariamente inteligentes, que tienen un propósito evidente, la vida; y un propósito oculto, la conciencia.

El sexo es sólo una de las oportunidades para una transformación más elevada de la energía vital, si usted está Presente, Atento, Despierto, consciente de ella, como un Testigo observando eso, sin intervenir, sin pensamiento alguno.

Es su percepción consciente la que transforma todo el proceso sexual en conciencia. Si no hay percepción consciente de todas las energías que se mueven en el proceso sexual, el sexo es un acto biológico animal, mecánico, instintivo, al servicio de la naturaleza.

Entonces, el sexo es un medio trascendente, como son todos los procesos humanos que suceden en el cuerpo, la emoción y la mente. Todo lo que sucede en la condición humana, incluyendo el sexo, puede ser objeto de la conciencia observadora, de la percepción pura, sin pensar.

De manera que el sexo es un medio, no es un fin en sí mismo. Y los medios son significativos cuando se alcanzan los fines. Pero cuando una persona abusa de los medios, el objetivo se pierde.

Si el sexo llega a ser lo más importante en la vida, como suele suceder en la humanidad ignorante de cierto conocimiento esotérico, los medios se transforman en fines y la oportunidad trascendente se pierde.

Si el sexo se transforma en fin, se pierde la dimensión espiritual a la cual pertenece el amor, tal como sucede con todas las formas que toma la energía vital.

Comprenda claramente que no se trata de hacer el sexo mientras medita, sino de meditar mientras hace el sexo... o meditar mientras camina, trabaja, come, juega, habla, mira, siente...

Meditar es ser consciente del proceso, interno o externo, cuando sucede, sin procesos racionales de ningún tipo.

El sexo y el verdadero Amor

El Verdadero Amor no es un preámbulo. Es una fragancia que emana del Ser consciente. No lo encuentra antes del sexo, sino después. No es un prólogo, sino el epílogo del proceso consciente.

El sexo ha sido un medio para ser consciente de todo su proceso. Pero debe quedar claro que el sexo no es el único medio para ser consciente. Es un medio, pero no el único medio. Usted también puede ser consciente de todos los procesos de su cuerpo, de todos los procesos de sus emociones, de todos los procesos de su mente, y de todos los eventos que suceden fuera de sí.

Es decir, usted puede ser consciente de sí-mismo, y de todo lo que sucede fuera de sí-mismo. Estamos explorando en tema del sexo, que suele ser tan confuso en cuanto se le vincula con el Amor, pero el sexo no es el único medio para llegar al Amor.

El sexo no es Amor, pero la conciencia del sexo puede conducirlo al Amor; lo mismo que la conciencia de sus sensaciones corporales, la conciencia de cada emoción, la conciencia de los pensamientos. Todo lo que sucede en su ser es un medio para activar la conciencia de sí-mismo. Entonces, el Amor está asociado a la conciencia.

Si ha experimentado el sexo conscientemente puede sentir compasión por su pareja, y esa compasión es la fuente del Amor. Si medita, se sentirá compasivo. Si medita durante el acto sexual, su pareja no será solamente un instrumento para el placer físico. Se sentirá agradecido, porque usted, o los

dos, han llegado a una profunda meditación, a un estado superior de conciencia.

Cuando medita en el sexo surge una nueva relación entre ambos, porque a través del otro, cada uno ha tenido una comunión con la naturaleza, con el Universo, con la existencia; ha vislumbrado profundidades desconocidas de la realidad, que es la vivencia de la profundidad en el proceso meditativo.

Entonces, sentirán agradecimiento y compasión por su pareja, compasión por su búsqueda, por su necesidad interior, compasión por un ser humano que también busca a tientas, como usted, con usted.

Si el sexo llega a ser meditativo, sólo entonces llega a percibirse la fragancia del Amor que subsiste detrás de él: un *sentimiento* que no es un preámbulo, no es un juego emocional previo al sexo, sino un estado superior de conciencia, un Despertar, un crecimiento del propio Ser interior:

“El amor es la fragancia de la conciencia”
Osho

Si el acto sexual es meditativo, sentirá Amor. El Amor humano es una combinación de gratitud, amistad y compasión por el otro. Si estos tres elementos se fusionan, estará Enamorado. Hay Amor. Tal vez usted no ama a alguien, no ama a... pero hay Amor en su Ser, hay Amor en su vida, usted es Amor, y desde ahí irradia compasión por todos los seres existentes.

En este estado quizá usted no ama a ... pero Ama.

En su Ser hay Amor.

Usted es Amor.

Si este Amor se desarrolla, en la medida en que su conciencia crece, trascenderá al sexo.

El Amor puede surgir a través del sexo, cuando es consciente, pero va más allá, lo trasciende. Si el Amor crece, el sexo desaparece.

Si la meditación no está ahí, el sexo se repite una y otra vez de la misma forma, hasta que pronto llega el aburrimiento, el hastío, el conflicto.

El sexo, mecánico, animal, termina en conflicto.

El sexo consciente culmina en el Amor.

Así que no es necesario luchar contra el sexo, ni huir de él. Acéptelo, tal como es, como una creación inteligente del Universo que permite conservar la especie; pero también es un proceso que oculta un secreto místico, como todo lo que sucede en la vida de una persona: el secreto de la autotrascendencia hacia dimensiones desconocidas.

La Verdad permanece oculta en todo.

De manera que, cuando se trata del sexo como foco de la conciencia, entre en él profundamente, obsérvelo en acción, vivéncielo, percíballo sin pensar, medite en él ... y lo trascenderá. Sea Testigo de él.

En el instante en que usted percibe todo el proceso sexual, Atento, Despierto, como un Testigo, sin pensamiento alguno, se abre una nueva puerta hacia lo desconocido.

Se encuentra con una nueva dimensión, una dimensión desconocida hasta ahora, un estado superior de conciencia del que no sabe nada, del que no comprende nada, pero siente un mayor éxtasis existencial en su Ser. Este éxtasis, esta dicha, es Amor.

La energía del sexo es un campo vibratorio, el sexo es biológico, y el Amor es espiritual, es la fragancia de una dimensión superior de la Conciencia.

Eso es el Amor consciente, pero ahí no termina la posibilidad del Ser humano. El proceso evolutivo puede continuar ascendiendo hacia la Totalidad, o profundizando en sí-mismo.

Cuando el Amor aparezca, entonces, sea consciente del Amor. Comience a meditar con el Amor. Cuando el momento de la comunión llegue, medite. Entre profundamente en el Amor, sea consciente de él, Atento, Despierto, Testigo de él, sin pensar.

Sea consciente del Amor, tal como lo ha sido de la energía sexual, y del proceso sexual. Entonces trascenderá incluso al Amor, en un estado superior

de Conciencia, en el cual usted ya no puede ser Testigo del Amor, ni percibirlo, sino que usted es Amor.

Entonces, el Amor ya no es una experiencia, sino una vivencia. Usted es eso.

Otra puerta hacia el misterio se abre.

El Amor sigue siendo un encuentro, pero no ya con su pareja, sino una fusión de los dos como una sola existencia, y un encuentro con el Todo. El otro, como persona, se extingue, y aparece la comunión con el Todo.

Ahora, comience a meditar con esta comunión, hacia las profundidades de su Ser...

De la energía al sexo, del sexo al Amor, del Amor al Todo, del Todo al Ser... a la Conciencia luminosa.

Es necesario repetirlo. Este proceso tan extraño y sublime con el sexo, es un proceso consciente, que también es posible con todo lo que sucede en su cuerpo, en su emoción, en su mente, en su vida externa.

El sexo es sólo una puerta de entrada al Ser más profundo, pero no es la única puerta. Todo lo que sucede es un medio trascendente. Absolutamente Todo, porque:

*“La Verdad está oculta en la realidad.
Lo Real permanece invisible”*

Olivier Laignel S.

El Amor, según Krishnamurti

En la enseñanza de Krishnamurti, vida, Amor y muerte psicológica no se pueden separar.

“Vivir es vivir sin palabras ni ideas. En consecuencia, el vivir es el morir. Porque si no hay apego, entonces hay Amor.”

Si no hay apego al pasado, entonces mi vivir es una renovación constante, un movimiento constante en el campo de lo desconocido, un constante comprender.

Por lo tanto, la muerte (psicológica) es la última y fundamental soledad del ser. En consecuencia, hay una clase de vida por completo diferente”

krishnamurti

La relación entre vida y muerte psicológica constante es clara en Krishnamurti: la vida necesita de la muerte psicológica constante para reforzarse.

La muerte aporta el amor porque si hay muerte psicológica no existe el apego, es decir, egoísmo. El Amor es:

“Pureza completa del sentir”

y no tiene noción de continuidad; no es apego, porque el apego va seguido del temor a la pérdida. No se sustenta en el recuerdo, ni requiere el placer o el sufrimiento; está más allá de los vulgares sentidos.

El amor es siempre nuevo y fresco, un estado del ser que se renueva con la muerte psicológica constante, porque la muerte del sufrimiento, la muerte de todos los conflictos, siembra el amor.

El amor es una más de esas entidades con vida propia que no se pueden encerrar en conceptos o prácticas fáciles. El amor de Krishnamurti revela una especie de misticismo, rompe con todos los conceptos en los que se había aprisionado y surge como una nueva energía, como un estado nuevo del ser interior.

El amor no tiene relación con los recuerdos porque estos son cosa muerta, no son hechos palpitantes. El amor nace de la muerte psicológica constante de los placeres y de los conflictos, y así siempre es puro e inocente: nuevo.

Pensar en una persona no es amarla, como tampoco lo es imaginarla, retenerla, sentir celos, temer el abandono ... El Amor no pertenece a la mente, porque no nace en ella.

El amor es un estado del ser como la paz o la sabiduría. Sólo se “tiene” cuando la mente está quieta, vacía y silenciosa, y entonces se experimenta el amor que no conoce lo que son las distancias, ni el tiempo: es intemporal y eterno, es el amor que no necesita autocontrol ni explicaciones, y en él no cabe el miedo. Pero el amado “yo” debe morir.

A menudo se confunde el amor con la ambición, el deseo, el sexo, el placer, la posesión, con todo lo que es pertenencia.

El amor no tiene razones: no se ama por ser amado o por el deseo de amar, no hay una voluntad intermedia. El amor no pide nada al otro, porque posee su propia inteligencia y compasión:

“El pensamiento construye mil imágenes, mil abstracciones de lo que es el amor y en esas construcciones no hace más que alejarse de lo que es la realidad.

Cuando muere el yo, cuando se acaban las propiedades personales, las soledades, las disputas, las ambiciones y todo el mundo interior, tras ese vacío es donde surge el verdadero amor.

Un amor que no es privado, que no es mental, se abre al espacio de lo desconocido con una tremenda energía y belleza. Cuando se es capaz de suprimir despreocupadamente todo lo que forma parte de uno, es cuando uno muere y se abre al amor.

El amor es negación, es renuncia, a la pequeñez personal de cada uno...

El amor adviene sólo cuando no somos nada, cuando hemos negado el mundo en su totalidad; no una cosa enorme llamada “el mundo”, sino simplemente nuestro mundo, el pequeño mundo en que vivimos, la familia, el apego, las disputas, la dominación, nuestro éxito, nuestras esperanzas, nuestras culpas, nuestras obediencias, nuestros dioses y mitos”.

Krishnamurti

El Amor, según Osho

El amor no es un acto; no es algo que se hace. Si lo hace, no es amor. El amor implica no hacer, es un *estado de ser*, no un acto.

Es necesario comprender que el amor no es un acto; no puede serlo. Puede amar, pero usted no puede “*hacer*” amor. Usted puede “hacer el amor”, que es una forma de expresión que significa hacer el sexo, pero usted no puede “*hacer*” amor.

“*Hacer*” amor es absurdo, tal como “*hacer*” respiración, Amar no es un esfuerzo, un hacer, un propósito de la mente, sino una disposición de ánimo, una actitud del ser, un estado de ser.

No piense en términos de relación; piense en términos de actitud de su ser, piense en un estado superior de conciencia, piense en un estado de su ser. Si ama, eso es un estado de su ser, una calidad de su ser.

Puede que esta actitud esté enfocada en una persona o puede que esté enfocada en la totalidad; cuando está enfocada en una persona, se conoce como *amor*. Cuando está enfocada en la totalidad, se convierte en una oración.

Entonces, simplemente ama: no a alguien, sino que simplemente ama, igual que respira.

El amor es igual que respirar, es un plano más elevado de respirar. Si no respira, su cuerpo morirá. Si no ama, su Espíritu no puede nacer. Así que considere el amor como la respiración del alma. Cuando ama, su alma se vuelve vital, viva, como si estuviera respirando.

Esto no significa que usted tenga que amar a todo el mundo, sino que puede estar en un estado de amor. Incluso si su enemigo está presente ... respirará... amará...

Este es el significado de la máxima de Jesús:

“*Ama a tu enemigo*”

Amar al enemigo parece contradictorio. Pero si amar no es un acto, si es únicamente una actitud de su ser, un estado de su ser, entonces no hay ninguna cuestión de enemigo o amigo. Ama.

Entonces, si usted se encuentra en estado de vigilia, que es el estado dormido en que se encuentra la humanidad, necesita Despertar, ser consciente de sí-mismo, que es cambiar su ser. En su estado actual, quizás usted puede enamorarse, pero no puede amar. Si su ser cambia, usted puede amar, y tal vez puede enamorarse... porque la naturaleza manda.

Entonces, amar no es una cuestión de tiempo. Si puede ser amoroso un sólo momento, eso es suficiente, porque nunca tiene dos momentos juntos. Sólo tiene un momento siempre consigo. Si sabe cómo amar durante un sólo instante, sabe el secreto, lo ha descubierto.

Un solo momento de amor y ya comprendió cómo llenar un momento con amor. Entonces, el segundo momento le será dado, y puede llenar también ese segundo momento con amor.

Así que, no es cuestión de tiempo. Sólo es cuestión de un solo instante, y un solo momento, el Ahora, que no forma parte del tiempo psíquico. Un solo momento no es un proceso. Un solo momento es Ahora mismo.

Una vez que usted aprende cómo entrar en un solo momento con amor, ha entrado en la eternidad: ya no hay tiempo. Un buda vive en el Ahora; usted vive en el tiempo mental. Tiempo significa pensar en el pasado, pensar en el futuro. Y mientras está pensando en el pasado y en el futuro, el Ahora, el momento presente se pierde, la realidad desaparece.

Si está involucrado con el pasado y el futuro, se está perdiendo el Ahora, y el Ahora es la única realidad. El pasado ya no existe, y el futuro aún tiene que ser; ninguno de los dos existe, ambos son inexistenciales.

Este mismo momento, este único momento, es la única existencia: Aquí y Ahora. Si sabe ser amoroso, sabe el secreto, y nunca le serán dados dos momentos juntos; así que no necesita preocuparse por el tiempo.

Un solo momento, Ahora, es siempre; y ese siempre, que es eternidad, toma la forma de Ahora. El Ahora no es tiempo. El Ahora es un momento, un punto, de la eternidad.

No hay realmente dos tipos de “*Ahoras*”. Este único momento es el mismo, no es diferente, en forma alguna, del momento que ha sido antes que él, y no es diferente, en forma alguna, del momento que lo va a seguir.

Este Ahora, de este momento, es siempre el mismo. Siempre es Ahora. Entonces, es necesario descubrir el secreto de amar Ahora, y entra en la eternidad.

Entonces, si Amar es una actitud, un estado del ser, es necesario Despertar a un estado superior de conciencia, mediante ciertos procesos internos propios de las escuelas de Sabiduría: Yoga, Zen, Budismo, Tantra, Tao, Sufismo, Cuarto Camino.

El Amor, según Anthony de Mello, Jesuita

El corazón enamorado permanece suave y sensible. Pero cuando usted está empeñado en conseguir esto o lo otro, se vuelve despiadado, duro, insensible

¿Cómo puede amar a las personas cuando las necesita? Solamente puede utilizarlas. Si yo lo necesito a usted para que me haga feliz, tengo que utilizarlo, tengo que manipularlo, tengo que ganármelo. No puedo dejarlo ser libre.

Solamente puedo amar a las personas cuando he liberado mi vida de las personas. Cuando muero a la necesidad de las personas, entonces estoy en el desierto. Al principio se siente muy mal, se siente solitario, pero si puede soportarlo por un tiempo, de pronto descubrirá que no está en absoluto solo.

Está con la soledad, con el aislamiento, y el desierto empieza a florecer. Entonces, por fin sabrá qué es el amor, qué es Dios, qué es la realidad.

Perdemos nuestra capacidad de amar cuando dependemos de algo o de alguien. Es la adicción del apego, de la dependencia, de la identificación con todo y con todos, lo que nos impide amar.

Si usted quiere amar, debe aprender a Ver de nuevo. Y si quiere ver, debe aprender a renunciar a su adicción.

Renuncie a su dependencia. Rompa los tentáculos de la sociedad que lo han asaltado y que han sofocado su ser. Renuncie a ellos. Externamente, todo seguirá como antes, pero aunque usted continuará en el mundo, ya no será del mundo.

En su corazón, ahora será finalmente libre, aunque estará completamente solo. Su adicción ha muerto. No tiene que irse para el desierto; está en medio de las personas, disfruta de ellas, pero ya no tienen el poder de hacerlo feliz o desdichado.

Eso es lo que significa la soledad. En esta soledad muere su dependencia. Nace la capacidad de amar todo y a todos, sin apegarse a nada.

Es como invitarse a sí mismo a morir, para vivir sumergido en el momento presente... amando.

Amar es ser consciente de la realidad del momento presente, Aquí, Ahora.

El Amor, según Eckhart Tolle

El amor es un estado del Ser, un estado de su conciencia despierta. Su amor no está afuera: está profundamente dentro de usted. Usted nunca puede perderlo y él no puede dejarlo. No depende de otro cuerpo, de otra forma externa.

En la quietud de su *Presencia* consciente usted puede sentir su propia realidad sin forma y sin tiempo, como la vida no manifestada que anima su forma física. Usted puede, entonces, sentir la misma vida en lo profundo de todos los demás seres humanos y de todas las criaturas. Eso es amor.

Cuando usted está Presente, atento, Despierto, en estado de Recuerdo-de-sí, puede mirar más allá del velo de la forma y la separación. Esa es la relación de la Unidad con Todo. Eso es el amor.

¿Qué es el amor? Sentir la presencia de esta Vida Una en lo profundo de sí mismo y de todas las criaturas. Ser eso.

El amor no es selectivo, como no lo es la luz del sol, ni la fragancia exquisita de una flor. No convierte a una persona en especial. No es exclusivo. La exclusividad es el amor del ego. Sin embargo, la intensidad con la cual el verdadero amor se siente puede variar.

Puede que usted sienta y refleje su amor más clara e intensamente que las demás personas; y si otra persona siente lo mismo hacia usted, se puede decir que usted está en una verdadera relación amorosa con la otra persona. Pero entre los dos debe haber algo en común: una Presencia consciente.

En tal caso, el lazo que lo conecta con esa persona es el mismo que lo conecta con la persona que se sienta a su lado en el bus, o con un pájaro, un árbol, una flor, un animalito callejero, una hoja de papel, un objeto roto ... Sólo que el grado de intensidad amoroso con el cual usted percibe cada uno de esos elementos puede ser diferente, sin dejar de ser amor.

La realización de la Unidad con Todo es amor.

Habitualmente esta unidad se pierde muy rápido, a menos que usted pueda permanecer suficientemente *Presente*, para mantener la mente fuera de sus patrones adictivos.

En cuanto la mente y su identificación con ella retornan, usted ya no es usted mismo, sino una imagen mental de usted mismo, que es su personalidad, su máscara, y empieza a representar papeles de nuevo, para llenar las necesidades de su ego.

En tal caso, usted es de nuevo una mente humana, que aparenta ser un ser humano, interactuando con otra mente, representando un drama llamado "*amor*" humano.

El mito del amor

Algunas de las reflexiones hechas aluden a una visión "*Sagrada*" del amor, por decirlo de alguna manera, puesto que se asocia a una emanación de la conciencia, como si el amor fuese una cualidad de la conciencia, el sentimiento que fluye de un estado superior de conciencia. Pero también hay versiones "*profanas*".

Según un viejo mito, relatado por Platón, aunque conocido también por otras tradiciones, la humanidad habría tenido en sus orígenes una forma andrógina, lo que equivale a decir que cada individuo habría sido simultáneamente macho y hembra.

Los dioses, para castigarla -no se sabe de qué crimen misterioso- la habría luego dividida en dos. Desde entonces, las dos mitades de aquel ser unitario tratarían de reconstruir su primitiva unidad quebrantada, con mayor o menor resultado, pero sin lograrlo nunca por completo.

A esta búsqueda angustiada de la perdida unidad andrógina la llamamos "amor".

El relato bíblico de una Eva sacada de una costilla de Adán refiere en forma distinta la misma verdad que la contenida en el mito del andrógino, es decir: el hombre y la mujer son mutuamente indispensables, ambos se requieren y se completan como las dos mitades de un todo.

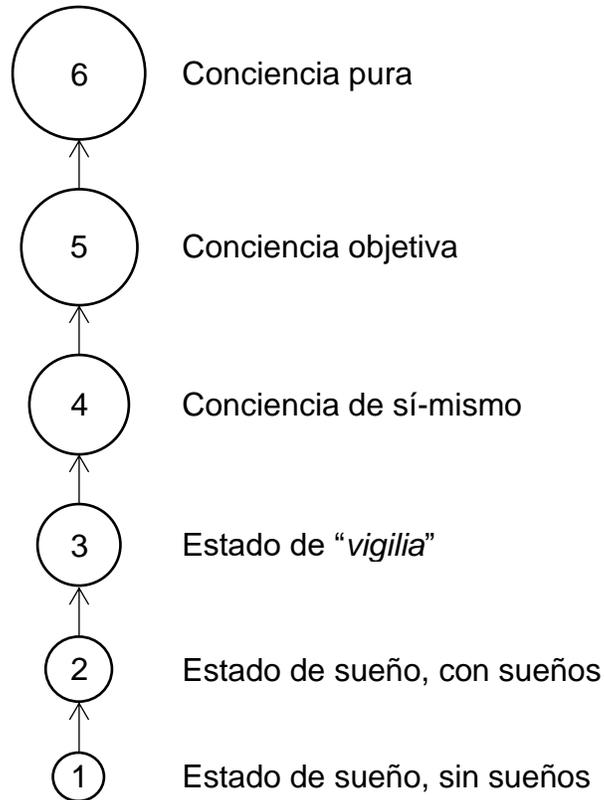
Este hecho surge con mayor evidencia en el plano biológico, puesto que la propagación de la especie exige la cooperación íntima de los dos sexos, lo cual tenemos en común con todos los animales. En este sentido, todos los animales "amamos".

Este hecho y este mito andrógino, explican el misterio profundo del sexo, puesto que, más allá de ser la condición biológica para la conservación de la especie, es también una poderosa puerta de entrada al misterio de la Conciencia absoluta.

En el artículo N° 69 de esta misma página web usted encuentra el conocimiento esencial de este misterio, pero si desea profundizar aún más en el tema debe acercarse a la sabiduría del Tantra.

Las calidades del amor

Existen 6 niveles de conciencia que le son posibles al ser humano:



Si aceptamos que el amor es la fragancia de la conciencia, habiendo niveles de conciencia, tendríamos que convenir que hay niveles de Amor, calidades del Amor, Amores diferenciados.

En los estados 1 y 2 no puede haber "amor", porque en esos estados del Ser no hay un "darse cuenta" de nada, ni la menor conciencia de "sí-mismo". El estado de "enamoramamiento" empieza a fluir desde el estado 3, en el mal llamado "estado de vigilia".

Podemos convenir que "el Amor es el sentimiento que emana del estado del Ser", de la calidad de la conciencia; la cualidad del Ser. De tal Ser, tal Amor. De tal estado de conciencia, tal Amor. Parece obvio que así sea. Entonces, el Amor es la cualidad del Ser interior.

Del nivel del Ser de una persona, que es la calidad de su vida interior, emanan sus actitudes y sus conductas. Según su Ser, vive, hace, opina, se relaciona, ama. De su nivel de Ser fluye la calidad de su vivir y la calidad de su amor. Pero su Ser es el reflejo de su estado de conciencia.

De manera que hay tantas maneras de amar como niveles de Ser hay. Están asociados al estado de conciencia para poder generarlo y darlo. Si usted no está "*Presente*", ¿Quién da amor?

En la pareja, cuando ninguno de los dos está consciente *Presente*, consciente de sí, entonces es el ego el que está presente, y ese ego es el que necesita que lo amen. Los dos egos necesitan ser amados, pero ninguno de los dos puede dar amor, porque el ego desea, pero no ama. Ese es el camino del odio, del rencor, del abandono, del rompimiento, del conflicto.

Entonces, según su estado de conciencia, según su Ser, así será su Amor:

El amor instintivo

En el estado mal llamado de "*vigilia*", que es el nivel de conciencia en que se encuentra la humanidad, que es un estado de inconciencia de sí-mismo y de todo, identificado con todo, volcado reactivamente hacia lo externo, el amor es instintivo, biológico.

Es de tipo animal, satisface un deseo, utiliza a la otra persona como un instrumento. El otro es sólo un medio para su propia complacencia, sus propios propósitos egocéntricos. Crea ataduras, controla, impide la libertad, ignora el Ser del otro, posee.

Está intrínsecamente asociado al sexo, es un juego preliminar, es el estado de enamoramiento, en cuanto culmina el sexo, este tipo de amor termina.

El amor humano

En el estado de "*conciencia de Sí-mismo*", que es el primer nivel de conciencia *despierta* que le es posible al ser humano, cuya condición es que usted esté Despierto, Atento, Testigo, Presente, en ese estado el Amor es humano.

El Amor humano va más allá del deseo, de la sexualidad, de la sensualidad. La otra persona también existe como una *Presencia* dentro del marco de su conciencia. El otro existe dentro de usted. La otra persona, la persona amada, es un fin en sí mismo, igual que usted.

Pero es necesario que usted esté *Presente*, consciente, *Despierto*.

En ese Amor humano no hay una explotación del otro, sino un mutuo compartir del Ser de cada uno, de las propias penas y alegrías, del llanto y de la risa, de la música y del silencio, del dolor de la incertidumbre y de la pura poesía de la vida.

Y este compartir es mutuo. Por ejemplo, si usted comparte con su pareja sus miedos profundos, el Amor humano se está manifestando. Inténtelo.

El Amor humano, es la relación consciente con su pareja. Es la conciencia la que lo hace humano. Cuando ama a alguien así, le presta atención. Amor y atención están profundamente relacionados.

Cuando esté con su ser amado, ponga toda su atención en él, sin pensamiento alguno. Escuche sus palabras, observe sus ojos, sienta su presencia, ame su existencia, sin procesos racionales de ningún tipo, sin nombrar, sin juzgar, sin recordar nada...

Sienta su existencia, Aquí-Ahora, porque está Aquí, existe Ahora, en este instante, es Así, Así es... Estamos los dos... Existiendo... Sin palabras... Sin promesas... Sin juicios... Sin nada... estamos... existimos... somos...

El amor puro

Es la fragancia de la “*conciencia objetiva*”, el quinto estado de conciencia posible para todo Ser humano.

En el *Amor puro* la otra persona ya no es el único foco del Amor. La *Atención holística*, todos los sentidos abiertos a la Totalidad, la sensación del propio cuerpo... y el sentimiento cubriendo la totalidad de la vida. El Amor puro lo incorpora todo.

Las personas, los animales, las cosas, los eventos... Todo es objeto de Amor. Es un estado de amar todo. Se ama la propia vida y la vida de todo lo existente.

En la medida en que se transita de la *experiencia* de algo, a la *vivencia* existencial de todo, el amor se va transformando de *amor humano* en *Amor puro*.

El *amor instintivo* es una posesión, un deseo.

El *amor humano* es una relación, un encuentro con otro.

El *Amor puro* es un estado del Ser interior, la "*fragancia de la conciencia*" objetiva, Amar Todo, Amar la existencia, Amar.

En el *Amor puro* ya no hay amante, ni amado, ni hay relación. En términos del Zen es un "*campo informe de bienaventuranza*", es el Amor, como la fragancia de una flor, abierta a todo.

Cuando la mente está vacía de todo contenido, silenciosa de todo pensamiento, la Atención abierta a la Totalidad y un estado de *Presencia* interior, sin ningún incentivo, sin foco alguno, sin motivo, sin interés en nada particular... hay *Amor puro*.

En ese espacio vacío y silencioso, lleno de *Amor puro*, la Conciencia Absoluta, lo Inconmensurable, la Verdad... podría manifestarse.

El "*campo informe de bienaventuranza*", el Amor, adviene naturalmente cuando todo este problema de la existencia patológica -miedo, ira, vanidad, codicia, ansiedad, esperanza, sufrimientos, orgullo, creencias, ilusiones...- ha sido reconocido, comprendido y disuelto en la Nada.

Primero disolvemos todo en la Nada, que es un campo energético primario, y luego sí, quizás, la Conciencia Pura podría manifestarse nuevamente, como cuando creó el big bang hace 13.700 millones de años, por Amor.

Es un principio esotérico que Todo es Conciencia.

Si el Amor es la Fragancia de la Conciencia, entonces Todo es Amor.

El ser humano Ama cuando activa niveles superiores de su conciencia.

Si medita... usted puede evolucionar hacia la Conciencia y puede vivenciar el Amor como un estado de su Ser interior.

La meditación es el sendero hacia la Conciencia y hacia el Amor.

Bibliografía

- . El libro de los secretos. Osho.
- . Psicoanálisis del Amor. Ignace Lepp.
- . El Zen de cada día. Ch. Joko Beck.
- . Sobre el amor y la soledad. Krishnamurti.
- . El ojo interior del amor. William Johnstone.
- . El sendero del mago. Deepak Chopra.