LA RIVOLUZIONE COMINCIA DA NOI

Prefazione - Cambiare se stessi, cambiare il mondo

Il tema del cambiamento corre come un filo rosso lungo i discorsi tenuti da Krishnamurti negli anni cinquanta. Molti di noi sarebbero d'accordo con il postulato della scienza che afferma che il cambiamento è l'unico fattore permanente dell'universo. La biologia evoluzionista sostiene che la sopravvivenza di una specie, inclusa quella umana, dipende dai cambiamenti genetici che meglio si adattano alle richieste di un ambiente in costante mutamento. Diamo per scontati anche i cambiamenti del nostro corpo. Non abbiamo dunque difficoltà nel riconoscere il mutamento in ciò che chiamiamo materia. Ma che dire dei cambiamenti nella natura della mente e nel comportamento umano? Come sappiamo, sono in molti a volere che i politici cambino, ma di solito si finisce col rimetterli al loro posto. Tuttavia il potere della parola 'cambiamento' è tale che, in casi in cui il processo democratico perda stabilità o venga discreditato, l'intera società può essere rovesciata dai rivoluzionari semplicemente ripetendo questa parola come un mantra. Ne abbiamo visto i disastrosi risultati nel ventesimo secolo: ora riconosciamo come un grande errore cercare di cambiare la società lasciando immutati gli individui che la costituiscono. Se portiamo la nozione di cambiamento in un ambito a noi più vicino, come le relazioni personali, la maggior parte di noi avrà detto o sentito dire: "Non si può cambiare la natura umana", oppure: "Devi prendermi per quello che sono", o: "Lui (o lei) non cambierà mai". E quando occasionalmente, in effetti, cambiamo, sembra per lo più accadere sotto la pressione di eventi o sollecitazioni da parte degli altri. Viene dunque alla luce una sorta di discordanza. L'universo fisico cambia continuamente e le specie, compresa quella umana, hanno maggiore possibilità di sopravvivenza se cambiano geneticamente in modo da adattarsi all'ambiente. Ma noi sembriamo presumere che un cambiamento della mente umana, soprattutto se radicale, sia irrealizzabile e troppo impegnativo, sebbene possa essere reputato auspicabile in noi e intorno a noi. Potremmo trovarlo in un certo senso persino inquietante. Inoltre, non sappiamo quanto un simile cambiamento possa arrivare lontano. Come tratta la questione Krishnamurti? In un modo che può risultare sconcertante per chi lo legge per la prima volta. Afferma che, se siamo seri esseri umani, è 'evidente' che dobbiamo occuparci in profondità di portare una radicale trasformazione nelle nostre relazioni, nel nostro modo di pensare e di comprendere la religione. Ora, innanzi tutto, domanda Krishnamurti, vediamo che questa trasformazione è essenziale? Se non lo vediamo, argomenta, basta che osserviamo lo stato del mondo: i conflitti, la violenza, la confusione e la schiacciante ed evitabile sofferenza umana. Qual è la responsabilità di un essere umano che vede tutto questo? Bene, si potrebbe obiettare, sono una persona ordinaria e tutta questa cattiveria là fuori non ha niente a che fare con me. Krishnamurti sfida apertamente questa obiezione: primo, non possiamo più permetterci di essere 'ordinari'; la sfida del mondo è troppo grande. Secondo, in termini psicologici nessuno di noi è ai margini del mondo, vi siamo tutti immersi, 'siamo il mondo'. I problemi umani non sono personali, ma universali. Allora

cosa può portare a un cambiamento radicale della mente? Krishnamurti affronta la questione invitandoci a osservare innanzi tutto il nostro stato mentale così com'è ora, senza condannarlo né giudicarlo, come un bambino amato che vaga nelle profondità della mente senza calcoli o intenzioni. Può sorgere un nuovo stato della mente soltanto se siamo coscienti delle limitazioni del pensiero, del conosciuto e delle sue qualità temporalmente limitate e di quanto siamo rigidamente formati dal passato e dai condizionamenti culturali e religiosi. Questo è soltanto uno dei molteplici aspetti della trasformazione psicologica esaminata in questi discorsi e, ovviamente, questa prefazione può indicarne soltanto alcuni. Ma Krishnamurti insiste continuamente sul fatto che il cambiamento non può essere provocato da alcun atto di volontà, dall'ambizione di essere o diventare qualcuno o qualcosa. Si tratta di un ragionamento inconfutabile: se la mia mente funziona male, non lavora bene in certe modalità, allora ciò che progetto come obbiettivo non potrà che riflettere tutto questo. Allora osservare chiaramente la propria mente, vedere 'ciò che è', è il primo passo essenziale. Questa capacità di vedere 'ciò che è' in se stessi, negli altri o nella vita intera, dice Krishnamurti, sprigiona 'un fuoco creativo'. "Bisogna comprendere 'ciò che è' prima di percepire quello che è altro da 'ciò che è'". Intraprendere questo viaggio psicologico è un 'lavoro duro'. Richiede "molta ricerca, penetrazione e conoscenza di sé". È anche una meditazione, "qualcosa che dovete fare quando respirate, pensate, vivete". Ma è un pellegrinaggio aperto a tutti noi. "Se però riusciamo a fare un viaggio insieme senza alcuno scopo, e osservare semplicemente, mentre procediamo, la straordinaria vastità, profondità e bellezza della vita, può sorgere allora, grazie a questa osservazione, un amore che non sia semplicemente sociale e ambientale, in cui non ci sia chi dà e chi riceve, ma che sia uno stato dell'essere libero da ogni richiesta. Così, facendo questo viaggio insieme, forse ci risveglieremo a qualcosa di più significativo rispetto a quanto contraddistingue le nostre vite quotidiane: noia, frustrazione, vuoto e disperazione". Chi legge per la prima volta Krishnamurti può essere sorpreso nello scoprire che pone più domande di quanto non dia risposte. Ci invita a 'sperimentare' nella vita quotidiana ciò che dice e a scoprire da soli cosa è vero e cosa no. Quindi non ci indica cosa fare, non fa elenchi di affermazioni del tipo 'prendere o lasciare', non usurpa la nostra personale abilità di sbrigliare il groviglio che la vita può essere. In un momento in cui la vita umana è banalizzata e brutalizzata in così tanti modi è come se Krishnamurti dichiarasse il suo vero valore e il suo straordinario potenziale. E forse quel che è necessario per farla sopravvivere.

Primo discorso a Ojai 3 agosto 1952

Potremmo riprendere le considerazioni di ieri riguardo al problema del cambiamento, di una trasformazione fondamentale e radicale e di come può essere generata. Non so se l'abbiate mai fatto, ma penso sia molto importante, non soltanto questa mattina, ma anche nei prossimi discorsi, andare a fondo nella questione, e più la prendiamo in considerazione, più si rivela vasta e complicata. Avvertiamo l'importanza e l'assoluta necessità del cambiamento, del cambiamento in noi stessi, nelle nostre relazioni, nelle nostre attività, nel processo del pensiero, compreso il mero accumulo di conoscenze. Tuttavia quando consideriamo le sue implicazioni notiamo che, nonostante tentiamo di

cambiare noi stessi, non avviene nessuna radicale trasformazione. Intendo la parola 'trasformazione' nel suo semplice significato, non in qualche senso grandioso, metafisico o altro. Sentiamo la necessità di cambiare non soltanto nel mondo politico, ma nel nostro atteggiamento religioso, nelle nostre relazioni sociali o nei nostri contatti personali quotidiani con i familiari, gli uni con gli altri. Ma più cerchiamo di cambiare su piccola scala, più il nostro pensiero diventa superficiale e la nostra azione maldestra. Più ci avviciniamo al problema, più ne diventiamo consapevoli. Poiché sentiamo la necessità del cambiamento, ci costruiamo degli ideali e speriamo di trasformarci di conseguenza. Mi sento limitato, gretto, superstizioso, superficiale e mi costruisco l'ideale di qualcosa di vasto, significativo, profondo. E continuamente lotto, mi adatto, mi plasmo secondo quel modello. Ora, questo è cambiare? Osserviamolo un poco da vicino. Quando mi pongo come meta un ideale e cerco di vivere di conseguenza, adeguo costantemente me stesso a un particolare schema mentale, ma questo processo produce il radicale cambiamento che ritengo essenziale? E, innanzi tutto, riconosciamo concretamente che è essenziale provocare un cambiamento fondamentale nel nostro orientamento, nel nostro modo di vedere, nei nostri valori, nei nostri contatti, nel modo in cui ci comportiamo, nel nostro modo di pensare? Ne avvertiamo l'importanza? O lo accettiamo semplicemente come un ideale e cerchiamo di agire di conseguenza? Sicuramente è evidente per chiunque rifletta sino in fondo che deve avvenire una rivoluzione nel pensiero e nell'azione, perché ovunque ci sono caos e miseria. C'è confusione in noi e fuori di noi, lottiamo incessantemente senza requie né speranza e forse, una volta che ne siamo coscienti, pensiamo di poter provocare un cambiamento fondamentale creandoci un ideale, una proiezione fuori di noi di qualcosa che non siamo o seguendo un esempio, una guida, un salvatore o un particolare insegnamento religioso. Certo, se seguiamo un modello possiamo ottenere determinati cambiamenti superficiali, che ovviamente non comportano una radicale trasformazione. E tuttavia la maggior parte della nostra esistenza viene spesa in questo modo, nel tentativo di essere all'altezza di qualcosa, nel tentativo di provocare un cambiamento nel nostro atteggiamento, di cambiare in accordo a quel modello che abbiamo proiettato come un ideale e un credo. Ora chiediamoci se seguire un ideale può davvero portare a un cambiamento in noi o soltanto a una continuazione modificata della condizione precedente. Non so se la questione sia di vostro interesse. Se vi basta semplicemente cercare di essere all'altezza di un ideale, allora non c'è alcun problema, se non che insorge il continuo conflitto tra ciò che siete e ciò che dovreste essere. Questa lotta, questo sforzo incessante di adattarsi a un modello è ancora nell'ambito della mente, non è vero? Sicuramente c'è una radicale trasformazione soltanto quando riusciamo a saltare, per così dire, dal processo del tempo a una condizione che non è temporale. Ne parleremo in modo più approfondito. Per la maggior parte di noi il cambiamento implica la continuazione di noi stessi in una forma modificata. Se siamo insoddisfatti di un particolare sistema di idee, di rituali, di certi condizionamenti, li mettiamo da parte e ritiriamo fuori gli stessi modelli in un diverso ambiente, con una coloritura diversa, con differenti rituali e parole. Invece che latino è sanscrito o qualche altra lingua, ma è sempre il vecchio modello che ripetiamo incessantemente e all'interno di questo modello crediamo di muoverci, di cambiare. Poiché siamo insoddisfatti di ciò

che siamo, passiamo da un maestro all'altro. Percependo la confusione in noi e intorno a noi, continue guerre, distruzione, dolore e devastazione sempre crescenti, cerchiamo un porto, una qualche forma di pace e se riusciamo a trovare un rifugio che ci dia un senso di sicurezza, un senso di permanenza, allora siamo soddisfatti. Così, quando la mente proietta un ideale e vi si attacca nello sforzo di raggiungerlo, di certo non avviene un cambiamento, non avviene alcuna trasformazione, non c'è nessuna rivoluzione, perché ci si trova ancora nell'ambito della mente e del tempo. Per cancellare tutto questo, dobbiamo essere consci di ciò che stiamo facendo, dobbiamo esserne consapevoli. E deve essere cancellato, non è vero? Perché con tutti questi pesi, con questi stimoli della mente, ovviamente non possiamo trovare ciò che è altro, e senza sperimentare ciò che è altro, per quanto ci industriamo, non avverrà alcun cambiamento. Ma cosa accade generalmente? Diciamo che individualmente non possiamo fare nulla, siamo privi di mezzi, allora ci dedichiamo alla politica per portare la pace nel mondo, abbiamo fede nella visione di un solo mondo, di una società senza classi e così via. L'intelletto venera questa visione e per realizzarla sacrifichiamo noi stessi e gli altri. Dal punto di vista politico, è questo che sta accadendo. Diciamo che, per porre fine alla guerra, dobbiamo avere una sola società e per crearla stiamo volontariamente distruggendo ogni cosa, il che significa usare mezzi sbagliati per un fine giusto. Tutto questo è ancora nell'ambito della mente. Inoltre, tutte le religioni non sono forse di fattura umana e quindi mentale? I rituali, i simboli, le discipline non sono forse tutti nell'ambito del tempo, sebbene possano temporaneamente alleviare, portare sollievo e un senso di benessere? Quando consideriamo la politica e gli ideali religiosi per mezzo dei quali speriamo di apportare un cambiamento, di educare e disciplinare noi stessi a essere meno egoisti, meno ambiziosi, più premurosi, più virtuosi, a rinunciare e a non accumulare troppo e così via, quando guardiamo a questo intero modello, non vediamo che è un processo della mente? La mente, che è anche la volontà, la sorgente dello sforzo, delle intenzioni, delle motivazioni consce e inconsce, è il centro dell'io e del 'mio', e qualsiasi cosa possa fare, per quanto lontano si sforzi di andare, può questo centro portare a un cambiamento fondamentale in se stesso? Voglio cambiare, ma non superficialmente, perché mi rendo conto che se il processo di cambiamento è superficiale agiremo ancora pericolosamente. Allora, cosa farò? Non è anche un problema vostro, se lo prendete sul serio? Si può essere comunisti, socialisti, riformisti o persone religiose, ma proprio questo è il nocciolo del problema, non è vero? Per quanto possiamo avere centinaia di spiegazioni sull'uomo, sulle sue reazioni e azioni o sull'universo, finché non cambiamo radicalmente nessuna spiegazione avrà valore. Lo vedo, non soltanto occasionalmente, vedo l'importanza di un radicale cambiamento in me stesso. E come posso generarlo? Avviene una rivoluzione soltanto quando la mente cessa di funzionare nell'ambito del tempo, soltanto allora c'è un elemento nuovo che non fa parte del tempo. È questo elemento che porta a una profonda e duratura rivoluzione. Potete chiamare questo elemento Dio, Verità o come preferite, il nome che gli date non è importante. Ma sino a quando non tocco, non ho il senso di qualcosa che mi purifica completamente, sino a quando non ho fede in qualcosa che non è autoindotto, né è mentale, è evidente che ogni cambiamento non sarà che una mera modifica, ogni riforma dovrà essere nuovamente riformata e così via, un danno infinito.

Allora cosa si deve fare? Vi siete mai fatti questa domanda? Non ve lo sto domandando né dovete domandarlo voi a me, ma se siamo del tutto capaci di comprendere, se siamo completamente consapevoli dei nostri problemi e di quelli del mondo, non è forse questa la prima domanda da porci? Non quale tipo di credo, di religione, di setta o di nuovi maestri dovremmo avere: sono tutte cose totalmente vuote e futili. Ma sicuramente questa è la domanda fondamentale che ci dovremmo porre: come provocare un cambiamento che non sia nel tempo, che non sia una questione di evoluzione, che non sia una questione di lenta crescita? Posso rendermi conto che se esercito volontà, controllo, se mi disciplino, avvengono alcuni cambiamenti. Sono migliore o peggiore, sono cambiato un pò. Invece di essere di cattivo umore o arrabbiato o vizioso o geloso, sono tranquillo. Ho represso tutto questo, lo contengo. Ogni giorno pratico alcune virtù, ripeto certe parole, mi reco in un luogo sacro e ripeto certi canti, e così via. Tutto questo ha un effetto pacificante e provoca alcuni cambiamenti, ma questi cambiamenti sono ancora della mente, sono ancora nell'ambito del tempo, non è vero? La mia memoria afferma: "Sono questo e devo diventare quello". Sicuramente si tratta ancora di attività centrate sul sé; sebbene neghi l'avidità, nel cercare la non avidità sono ancora nell'ambito del processo dell'io che include il sé. E posso vedere che non conduce da nessuna parte, per quanto mi dia da fare. Sebbene possa verificarsi un cambiamento, sino a quando il mio pensiero è contenuto nel processo dell'io non c'è libertà dalla sofferenza e dal dolore. Non so se vi siete interrogati al riguardo. Il problema del cambiamento è molto importante, non è vero? E può questo cambiamento essere provocato attraverso un processo del pensiero, attraverso discipline, rituali, attraverso varie forme di sacrifici, immolazioni, negazioni e repressioni? Se osservate, si tratta di tutte tattiche e disegni della mente. In ogni modo, per quanto il sé, l''io' si sforzi di essere libero, potrà mai esserlo? Qualsiasi sforzo faccia, potrà assolvere se stesso dalle sue proprie attività? Se non può, allora cosa bisogna fare? Spero vediate il problema come lo vedo io. Potrete esprimervi con altre parole, ma è questo il nocciolo del problema. Ora, poiché non vediamo una via di uscita, un modo per liberarci dal processo dell'io, veneriamo la ragione e l'intelletto. Rifiutiamo tutto il resto e affermiamo che la mente è l'unica cosa importante, la più intellettuale, la più astuta, la più erudita, la migliore. Per questo la conoscenza è diventata così importante per noi. Sebbene forse siamo adoratori di Dio, essenzialmente lo abbiamo negato, perché gli déi sono immagini della nostra mente. I rituali, le chiese, sono ancora faccende della mente. Affermiamo: "Poiché c'è soltanto la mente, lasciamo che l'uomo agisca secondo la mente, secondo la ragione". La nostra società, le nostre relazioni, qualsiasi cosa facciamo si conforma ai modelli della mente; e chiunque non si conformi viene liquidato o smentito. Se comprendiamo tutto questo, non ci interessa allora scoprire come saltare oltre l'intangibile barriera tra il processo del tempo e l'atemporalità, tra le proiezioni della mente e ciò che non è della mente? Se si tratta veramente di una domanda seria che abbiamo posto a noi stessi, se è diventato un problema urgente, allora sicuramente lasceremo da parte le evidenti attività della mente, gli ideali, i rituali, le chiese, l'accumulo di conoscenze; purificheremo da tutto ciò il nostro sistema. È attraverso la negazione che troveremo l'altra cosa, non con un approccio diretto, e posso negare soltanto quando comincio a capire le modalità della mente e ad accorgermi che

cerco rifugio, che sono avido di beni materiali, che non c'è un solo momento in cui la mente sia realmente quieta. Le chiacchiere incessanti, le immagini, le cose che ho acquisito e a cui mi aggrappo, le parole, i nomi, i ricordi, le fughe, di tutto questo devo essere cosciente, giusto? Perché con questo carico che appartiene al tempo, come posso sperimentare qualcosa che sia atemporale? Allora devo purificarmi completamente da tutto questo, vale a dire, devo essere solo, non solo in una torre eburnea, ma ci deve essere quella solitudine in cui vedo tutti i processi, i vortici della mente. Allora osservando, divento sempre più consapevole e comincio a mettere da parte senza sforzo i contenuti della mente e scopro che la mente si acquieta, non è più curiosa, non cerca, non annaspa, non lotta, non crea o insegue immagini. Tutte queste cose sono decadute e la mente diventa veramente calma, come un niente, ciò che non può essere pensato. Pur ascoltando centinaia di volte questa frase, non la afferrerete; se lo farete, sarete solo ipnotizzati dalle parole. È qualcosa di cui occorre fare esperienza, che occorre toccare, ma non è bene rimanere sospesi sulla soglia. Allora, quando la mente è silenziosa, non per mezzo dell'autodisciplina, del controllo, della brama di fare esperienza di qualcosa di non mentale, quando la mente è veramente silenziosa, allora scoprirete che si manifesta uno stato capace di provocare una rivoluzione nel nostro modo di vedere, nel nostro atteggiamento. Questa rivoluzione non è provocata dalla mente, ma da qualcos'altro. Perché questa rivoluzione possa avere luogo, la mente deve essere calma, deve essere letteralmente come niente, nuda, vuota e vi assicuro: non è cosa facile. Quella vacuità non è uno stato in cui sogniamo a occhi aperti, non si ottiene semplicemente sedendo immobili per dieci o ventiquattro ore, cerando di aggrapparsi a qualcosa. Può manifestarsi soltanto quando la mente ha compreso il suo stesso processo, quello conscio quanto quello inconscio, il che vuol dire che si deve essere eternamente consapevoli. La difficoltà per molti di noi è l'inerzia, un altro problema che non voglio affrontare ora. Ma nel momento in cui cominciamo a investigare e vedere l'importanza del cambiamento, non potremo non affrontarlo. Questo significa che dobbiamo spogliarci di tutto per trovare ciò che è altro; e una volta che abbiamo anche soltanto un barlume dell"altro', che non è della mente, allora esso opererà in noi. Questa è l'unica rivoluzione, l'unica cosa che ci può dare speranza, che può porre fine alle guerre, alle relazioni distruttive.

Domanda: Come fa a diventare serio chi è superficiale?

Krishnamurti: Scopriamolo insieme. Innanzi tutto, dobbiamo essere coscienti di essere superficiali, non è vero? E lo siamo? Cosa significa essere superficiali? Essenzialmente, essere dipendenti, non è vero? Dipendere da stimoli, dalla sfida, da un altro, dipendere psicologicamente da certi valori, da certe esperienze, da certi ricordi, tutto questo non ci rende forse superficiali? Se dipendo dall'andare in chiesa ogni mattina o ogni settimana per sentirmi sollevato, per sentirmi aiutato, ciò non mi rende forse superficiale? Se devo compiere certi rituali per mantenere il mio senso di integrità o per ritrovare un sentimento che posso avere provato una volta, ciò non mi rende forse superficiale? E non mi rende forse superficiale spendere del tutto me stesso per un paese, per un progetto, per un particolare gruppo politico? Sicuramente tutto questo processo di dipendenza è un'evasione da me stesso; questa identificazione con ciò che mi sembra più grande è la negazione di ciò che sono. Ma non posso negare ciò che sono. Devo comprendere ciò che

sono e non cercare di identificarmi con l'universo, con Dio, con un particolare partito politico o quel che sia. Tutto questo conduce a un pensiero superficiale e da un pensiero superficiale nasce un'attività sempre dannosa, che sia su scala mondiale o individuale. Allora, innanzi tutto, ci rendiamo conto di fare tutto ciò? No, noi ci giustifichiamo, diciamo: "Cosa dovrei fare se non faccio così? Starei peggio; la mia mente andrebbe in pezzi. Ora, almeno, lotto per qualcosa di migliore". E più lottiamo, più superficiali diventiamo. Quindi innanzi tutto devo vederlo, non è vero? E questa è una delle cose più difficili, vedere ciò che sono: che sono stupido, che sono superficiale, ristretto, che sono geloso. Se vedo ciò che sono, se lo percepisco, posso cominciare da qui. Sicuramente una mente superficiale è una mente che fugge da ciò che è; e non scappare richiede dura ricerca, la negazione dell'inerzia. Sin dal momento in cui percepite di essere superficiali, se non cercate subito di rimediare ha inizio un processo di approfondimento. Se la mente dice: "Sono gretto, e investigherò in proposito, comprenderò questa meschinità nella sua interezza, questa influenza limitante", allora c'è una possibilità di trasformazione. Ma una mente gretta che, quando se ne rende conto, cerca di non esserlo più attraverso letture, incontri, viaggi, continuamente in attività come una scimmia, è ancora una mente gretta. Vedete, c'è una vera rivoluzione soltanto se abbiamo l'approccio giusto a questo problema. Il giusto approccio al problema offre una straordinaria fiducia, con la quale, vi assicuro, smuoverete montagne, le montagne dei pregiudizi e dei condizionamenti. Quindi, se siete consapevoli di avere una mente superficiale, non cercate di diventare profondi. Una mente superficiale non può mai conoscere grandi profondità. Potrà essere piena di conoscenza, informazioni, potrà ripetere parole: sapete, tutto l'armamentario di una mente superficiale in attività. Ma se sapete di essere superficiali, inconsistenti e siete consapevoli della vostra vacuità, osservandone l'attività senza giudicarla, senza condannarla, allora vedrete subito che ciò che è superficiale svanisce interamente senza che facciate nulla. Ma ciò richiede pazienza, accortezza, non un desiderio ansioso di risultati, di ricompensa, di realizzazione. Soltanto una mente superficiale vuole realizzazione, risultati. Più siete consapevoli di tutto questo processo, più scoprirete le attività della mente, ma dovete osservarle senza cercare di porvi fine, perché nel momento in cui cercate una fine siete di nuovo catturati dal dualismo dell"io' e del 'non-io', che è un nuovo problema.

Domanda: Leggo i discorsi del Buddha perché mi aiutano a pensare in modo chiaro ai miei problemi e leggo le tue parole e anche quelle di qualcun altro per lo stesso motivo. Sembri suggerire che un tale aiuto è superficiale e non provoca una trasformazione radicale. Si tratta di un suggerimento casuale da parte tua o intendi indicare che c'è qualcosa di molto più profondo che non può essere scoperto attraverso la lettura?

Krishnamurti: Leggi per trovare aiuto? Leggi allo scopo di trovare conferma alle tue esperienze? Leggi per divertirti, per rilassarti, per dare alla tua mente, questa mente sempre in attività, un poco di riposo? Chi ha posto la domanda afferma di leggere perché ciò lo aiuta a risolvere i suoi problemi. Siete davvero aiutati dalla lettura? Non importa di quale lettura si tratti. Quando vado in cerca di aiuto, vengo aiutato? Posso trovare un temporaneo sollievo, un momentaneo squarcio attraverso il quale intravedere la via, ma sicuramente per trovare aiuto devo entrare in me stesso, non è vero? I libri possono darvi

informazioni su come trovare la chiave dei vostri problemi, ma dovete camminare da soli, non è vero? Vedete, questa è una delle nostre difficoltà: vogliamo essere aiutati. Siamo prigionieri di innumerevoli problemi devastanti, distruttivi e cerchiamo l'aiuto di qualcuno: lo psicologo, il dottore, il Buddha, chiunque egli sia. Il semplice desiderio di essere aiutati crea l'immagine di cui diventiamo schiavi. Allora il Buddha o Krishnamurti o qualcun altro diventa l'autorità. Diciamo: "Mi ha aiutato una volta e, per Dio, tornerò da lui di nuovo", il che indica una mente superficiale, una mente che cerca aiuto. Una mente simile si crea problemi e poi vuole qualcun altro che glieli risolva o va da qualcuno che le riveli il processo del suo stesso pensiero. Allora, inconsciamente, chi cerca aiuto crea l'autorità: l'autorità del libro, dello stato, del dittatore, dell'insegnante, del prete, ne sapete qualcosa. Ma posso essere aiutato, potete essere aiutati? So che lo vorreste. Fondamentalmente possiamo io e voi essere aiutati? Sicuramente è solo attraverso una comprensione di noi stessi paziente, calma e delicata che cominciamo a scoprire e ad avere esperienza di qualcosa che non è una nostra personale creazione, ed è questo qualcosa che ci aiuta, che comincia a chiarire il campo della nostra visione. Ma non potete chiedere questo aiuto; deve giungervi misteriosamente, senza essere invitato. Eppure quando soffriamo, quando proviamo un vero dolore psicologico, vogliamo qualcuno che ci dia una mano e allora tutto, la chiesa, l'amico speciale, il maestro o lo stato, tutto diventa importante. Per questo aiuto, siamo disposti a diventare schiavi. Dobbiamo perciò addentrarci nel problema di come rimaniamo intrappolati nei dispiaceri, dobbiamo comprenderlo e chiarirlo da soli. La Realtà, Dio, o quello che volete, non sono cose di cui si può avere esperienza attraverso altri. Bisogna farne esperienza direttamente, vi devono giungere senza intermediari; ma una mente che cerca aiuto, che esige, che chiede, prega, non potrà mai trovare ciò che è altro, perché non ha mai compreso i suoi stessi problemi, non ha studiato il processo delle sue stesse attività. Soltanto quando la mente è quieta, c'è luce. Questa luce non è qualcosa che la mente deve venerare. La mente deve essere completamente silenziosa. Solo allora è possibile che la luce dissolva l'oscurità.

Secondo discorso a Ojai 9 agosto 1952

Le ultime due volte che ci siamo incontrati abbiamo trattato il problema del cambiamento. Questo pomeriggio mi piacerebbe approfondire la questione del potere: se il potere, per come lo conosciamo, sia in grado di provocare in noi una radicale trasformazione psicologica. Nell'affrontare l'argomento, la difficoltà sta nel comprendere l'uso di queste parole. È una delle maggiori difficoltà, non credete? Parole come Dio, amore, disciplina, potere, comunista, americano, russo, hanno un significato psicologico molto specifico nelle nostre vite, e quando vengono adoperate reagiamo a livello psicologico: in modo nervoso oppure emotivo. Allora, se vogliamo approfondire ulteriormente il problema del cambiamento, penso che dobbiamo anche tenere in considerazione che certe parole hanno un'influenza psicologica su ciascuno di noi. Ci siamo costruiti intorno così tante barriere verbali ed è molto difficile trascenderle e vedere il senso che si nasconde dietro le parole. Dopo tutto, le parole sono un mezzo di comunicazione; ma se determinate parole provocano una reazione nervosa o psicologica,

allora diventa davvero difficile comunicare. Sicuramente questa è un'altra delle nostre difficoltà. Nel cercare di comprendere il problema del cambiamento dobbiamo spogliarci di tutti gli ideali; perché conformarsi a un particolare modello, per quanto responsabile, logico e ben pensato, non è affatto un cambiamento, non è così? Il cambiamento implica una completa trasformazione, non la continuazione di un pensiero, per quanto modificato. Quindi ci sono molti fattori da considerare circa il problema di un cambiamento fondamentale, non soltanto psicologico, in noi stessi, ma anche intorno a noi. Riconosco la necessità di certi cambiamenti in me stesso e posso occuparmene superficialmente o addentrarmi molto in profondità e scoprirne le implicazioni. Quando vedo che devo cambiare, che è una necessità, di solito esercito la volontà, giusto? Ogni processo di cambiamento implica resistenza, l'esercizio di uno sforzo, ovvero della volontà. Tutto questo ci è familiare. Vale a dire, percepisco in me stesso uno stato considerato socialmente sconveniente o che provoca conflitti interiori, e vorrei superarlo. Voglio abbattere quella particolare qualità o condizione, allora la reprimo o mi disciplino per resisterle, e ciò necessita un certo potere della volontà. Siamo avvezzi a questo processo, non è vero? Pensiamo dunque al potere in differenti forme: sociale, politico, economico, interiore, spirituale e così via; è una necessità. Ora, il processo della volontà non è forse un'attività centrata sul sé? E questo genere di attività permette forse la liberazione dalla condizione di cui sono prigioniero e in cui la mente è incastrata? O, piuttosto, non si tratta soltanto di una copertura e della stessa condizione in forme modificate? La nostra educazione, le nostre riforme, il nostro pensiero religioso, i nostri sforzi psicologici, sono tutti basati su questo processo, non è così? Sono questo e voglio diventare quello, e nel diventare quello devo impiegare una certa forza di volontà, deve esserci resistenza, controllo. E questo processo del controllo, della disciplina, non è forse un' attività centrata sul sé che genera un senso di potere? Più controlli, disciplini te stesso, più c'è una certa attività concentrata, ma non è forse ancora nel campo del sé, dell'io e del 'mio'? E allora la Realtà, Dio o come volete chiamarlo non è forse il risultato di un'attività centrata su di sé? E tutti i vostri libri religiosi, i vostri maestri, le varie sette a cui appartenete non implicano, fondamentalmente, che il cambiamento può scaturire dalla coercizione, dal conformismo, dal desiderio di successo, ovvero di raggiungere un certo risultato? Ma non è forse tutto questo processo un'azione dell'io nel suo desiderio di essere qualcosa di più? E se lo comprendiamo possiamo porvi fine? Non so se avete la mia stessa percezione del problema. Tutte queste attività, per quanto ragionevoli, nobili o ben calcolate, sono ancora nell'ambito della mente. Si tratta di attività del sé, dei risultati del desiderio, dell"io' e del 'mio', non è così? E può il sé (questa coscienza che è sempre entro i limiti della mente e perciò sempre in conflitto), andare oltre se stesso? Questo sé non creerà sempre conflitti tra gli individui e perciò tra i gruppi e le nazioni? Ora, mi sembra molto importante comprenderlo, ma è un problema per tutti noi? Capiamo che è necessario un cambiamento radicale nella nostra società, in noi stessi, nelle nostre relazioni personali e di gruppo? E come può essere provocato? Se cambiare significa conformarsi a un modello ideato dalla mente, a un piano ragionevole, studiato bene a fondo, allora sarà sempre entro il campo della mente; perciò, qualsiasi cosa la mente calcoli diviene il fine, la visione, per cui siamo disposti a sacrificare noi stessi e gli altri. Ne consegue dunque che,

in quanto esseri umani, siamo soltanto la creazione della mente, ed essa implica conformismo, coercizione, brutalità, dittatura, campi di concentramento e altre cose del genere. Quando veneriamo la mente, sono queste le conseguenze? Se lo comprendo, se vedo la futilità della disciplina, del controllo, se vedo che le varie forme di repressione rafforzano soltanto l'io e il 'mio', che devo fare? Vi siete mai fatti questa domanda? Mi accorgo che esercitare su me stesso qualsiasi potere è dannoso, è solo la continuazione dell'io in un'altra forma, e vedo anche che l'io deve cessare del tutto perché ci sia pace nel mondo e in me stesso. L'io come persona, come entità, come processo psicologico di accumulazione, l'io che lotta sempre per diventare qualcosa, l'io assertivo, dogmatico, aggressivo, l'io che è gentile, amabile, è questo il centro da cui nascono tutti i conflitti, tutte le costrizioni, i conformismi, i desideri di successo, e soltanto se lasciamo che cessi ci sarà pace in me e intorno a me. Quando comprendo tutto questo, che faccio? Come porre fine all'io? Ora, se questo è un problema serio per ciascuno di noi, come reagiamo? Naturalmente, adesso non possiamo ascoltare la risposta di ciascuno, ma possiamo vedere che ogni movimento del sé per diventare migliori, più nobili, ogni movimento di repressione, qualsiasi desiderio di successo, deve cessare. Ovverosia, la mente, che è il centro dell'io, deve diventare molto quieta, non è così? La mente è il centro delle sensazioni, è il risultato della memoria, l'accumulazione del tempo, e ogni movimento da parte della mente per diventare qualcosa è ancora nei confini dell'io, nei confini della sensazione. Può la mente, che è sensazione, che è memoria, che è tradizione, che è la macchina calcolatrice dell'io, che cerca continuamente sicurezza nascondendosi dietro le parole, può la mente, al di là di questo suo desiderio, grazie all'esercizio della sua stessa volontà, giungere a un termine? Può cessare per suo stesso volere? Allora devo studiare la mia mente, devo essere consapevole di tutte le sue reazioni, esserne semplicemente consapevole, senza alcun desiderio di trasformarla. Non è forse il primo passo necessario? Ma vorrei usare la parola 'passo' senza introdurre alcuna idea di tempo. È possibile essere consapevoli del processo della mente senza condannarlo, osservarlo come un fatto, senza giudicarlo, essere semplicemente consapevoli di 'ciò che è'? Alcuni potrebbero rispondere di sì, altri di no. Ma ciò che dicono gli altri al riguardo ha poca importanza. Dovete farne esperienza, fatene esperienza. È possibile farne esperienza senza costruirvi immagini, simboli? Vale a dire, generalmente facciamo esperienza soltanto delle cose che riconosciamo. Siamo coscienti di ciò che sperimentiamo soltanto quando riconosciamo l'esperienza e, se non siamo in grado di riconoscerla, non c'è alcuna esperienza. Quindi il fattore del riconoscimento è essenziale per ciò che chiamiamo esperienza. Ora, Dio, la Verità, sono una questione di riconoscimento? Se riconosco qualcosa, significa che ne ho già fatto esperienza, non è così? Allora ciò di cui ho avuto esperienza diventa un ricordo e quando desidero protrarre quell'esperienza, proietto quel ricordo e lo riconosco, ne faccio di nuovo esperienza. Vale a dire, grazie al ricordo, al riconoscimento e all'esperienza, costruisco il centro dell'io. Allora, per la maggior parte di noi è particolarmente arduo addentrarsi in questo problema del cambiamento e provocare veramente una trasformazione interiore. Posso cambiare se le mie esperienze si basano sempre sul meccanismo del riconoscimento, che sia verbale o psicologico? Vale a dire, quando vi incontro la prima volta, non vi conosco, ma la seconda volta, avrò un certo ricordo di voi.

Ci sarà piacere o dispiacere, dolore o contentezza. Perciò dico di avervi incontrato in base ai dettami del piacere o del dispiacere: si attiva il meccanismo del riconoscimento. Questo riconoscimento viene stabilito verbalmente o psicologicamente. Allora, se voglio andare oltre e scoprire uno stato che non sia mero riconoscimento, ricordo, memoria, non deve forse giungere a una fine il centro dell'io, che è costituito appunto dal meccanismo del riconoscimento? Esiste questa entità dell'io perennemente in cerca di esperienze, che perennemente tenta di allargare i confini del conosciuto, sia esternamente sia psicologicamente. Sino a quando l'io continua a esistere, qualsiasi cosa io sperimenti non farà che rafforzarlo, non è così? Perciò creo problemi sempre nuovi, conflitti infiniti. Allora può la mente essere così silenziosa da mettere a tacere il processo del riconoscimento? Dopo tutto è questa la creazione, giusto? Per favore, mi sembra che mentre mi ascoltate ciò che conta non sia accettare tutto, ma lasciare che il significato delle parole penetri in voi per vedere se abbia un valore, una verità. È questa qualità della verità che libera, non l'assenso o il rifiuto verbale e per questo è così importante sentire in modo giusto, ovvero senza lasciarsi catturare dalle parole, nella logica di certe affermazioni o nelle vostre personali esperienze. Siete qui per scoprire cosa dice un'altra persona, e per scoprirlo dovete ascoltare. Ascoltare in modo giusto è una delle cose più difficili da fare, vero? Infatti, quando uso parole come 'esperienza', 'verità' e così via, vi vengono in mente subito determinate risposte, immagini, simboli e, se la mente vi rimane incagliata, non potete andare oltre. Allora il nostro problema è come liberare la mente dall'attività centrata sul sé, non soltanto sul piano delle relazioni sociali, ma anche a livello psicologico. È questa attività del sé che provoca danni, dolore, sia nella vita individuale sia in quanto gruppo, nazione. Possiamo porre fine a tutto questo soltanto se comprendiamo l'intero processo del pensiero. Può il pensiero condurre a un cambiamento vitale? Finora abbiamo fatto affidamento sul pensiero. La rivoluzione politica, che sia di estrema destra o di estrema sinistra, è il risultato del pensiero. E può il pensiero cambiare fondamentalmente l'uomo, me e voi? Se dite di sì, allora dovreste riconoscerne tutte le implicazioni: che l'uomo è il prodotto del tempo, che non c'è nient'altro oltre il tempo, e così via. Quindi, se voglio provocare un cambiamento fondamentale in me stesso, posso basarmi sul pensiero come strumento di trasformazione? O può esserci una trasformazione radicale soltanto quando il pensiero cessa? Il mio problema allora è sperimentare, scoprire, e posso scoprire soltanto attraverso la conoscenza del sé, la conoscenza di me stesso, osservando, consapevole di ogni momento di distrazione. Soltanto quando comincio a comprendere il processo del mio pensiero, posso scoprire se è possibile o no un cambiamento fondamentale. Sino ad allora la mera asserzione che posso farlo o meno ha poco senso. Sebbene riconosciamo l'importanza di un radicale cambiamento nel mondo e in noi stessi, tale cambiamento ha scarse possibilità di avvenire sino a quando non comprendiamo chi pensa e i suoi pensieri. L'economista e il politico non sono mai rivoluzionari. Soltanto la persona veramente religiosa è rivoluzionaria, il ricercatore di Dio, della Realtà o di quello che volete. Coloro che credono ciecamente, che seguono un modello, che appartengono a una determinata società, setta o gruppo, non sono ricercatori e perciò non sono veri rivoluzionari. Possiamo provocare una trasformazione in noi stessi soltanto quando comprendiamo il processo del pensiero.

Domanda: Cosa intendi per ambizione? Consideri qualsiasi miglioramento di se stessi ambizione? Dove comincia l'ambizione?

Krishnamurti: Forse non sappiamo bene quando siamo ambiziosi? Quando vogliamo qualcosa di più, quando vogliamo affermare noi stessi, quando vogliamo diventare qualcuno, non si tratta forse di ambizione? Possiamo determinare quando comincia e quando finisce? Ogni miglioramento di sé non è forse una forma di ambizione? Potrei non essere privo di ambizioni in questo mondo, potrei non voler diventare un grande e potente politico o un uomo d'affari con un grande patrimonio e una grande posizione, ma potrei avere molte ambizioni spirituali. Per esempio potrei ambire a diventare un santo, a essere privo del minimo orgoglio. Il desiderio di non essere privi di ambizione non è anch'esso un desiderio di miglioramento di sé e quindi di nuovo un'attività centrata sul sé? Se sono orgoglioso e vedo le implicazioni dell'orgoglio, coltivo l'umiltà. Ma l'umiltà coltivata non è di nuovo un'attività centrata sul sé? E non si tratta forse d'ambizione? E se pure non coltiveremo l'umiltà, che faremo dell'orgoglio? Come ce ne occuperemo? Il desiderio di sbarazzarci di un aspetto per acquisirne un altro non è di nuovo un'attività centrata sul sé, quindi un'ambizione? Per favore, osservate quanto è difficile non lottare per cambiare quando sappiamo ciò che siamo. E questo processo continuo di lotte e tentativi di diventare nobili oppure umili o generosi viene definito evoluzione, non è così? Io sono in questo modo e lottando diventerò in quest'altro. Dalla tesi procedo verso l'antitesi, e quindi produco una sintesi. Questo processo viene definito crescita, evoluzione, giusto? Ora ciò comporta un'attività centrata sul sé, il miglioramento del sé, l'io. Ma può l'io essere migliorato? Può essere migliorato nel suo ambito, ma vorrei andare oltre e scoprire se non c'è qualcosa che non è l'io. Potrà il miglioramento di sé aiutarci a fare questa scoperta? Quindi quando sono ambizioso, cosa devo fare? Reprimere l'ambizione? Ma proprio la repressione dell'ambizione non è forse una forma di ambizione che rinforza negativamente l'io e in cui c'è un certo senso di potere e di dominio? Mi accorgo che sono ambizioso, che fare? È possibile liberarsi? Ciò non significa che devo diventare non-ambizioso. È possibile essere liberi dall'ambizione? Posso rifletterci in modo logico, riconoscere i conflitti, la crudeltà, la brutalità dell'ambizione nelle mie relazioni, e così via. Ciò mi aiuterà? Le descrizioni della malvagità dell'ambizione possono aiutarmi a liberarmene? O c'è forse un solo modo di farlo: vedere tutte le implicazioni dell'ambizione senza condannarle, essere semplicemente consapevole del fatto che sono ambizioso, non soltanto a un livello conscio, ma sin nel profondo del mio pensiero? Sicuramente devo esserne completamente cosciente, senza alcuna resistenza, perché più lotto contro l'ambizione, più le do vitalità. L'ambizione è diventata un'abitudine e, come tale, più le resisto più si rinforza. Invece, se ne sono consapevole, il semplice vederla non porta forse a un cambiamento radicale? Non mi preoccupo più di reprimere l'ambizione o di metterla da parte, né mi accontento di descrizioni, mi occupo direttamente dell'ambizione nel suo concreto manifestarsi. Allora quando la osservo, cosa vedo? L'ambizione è solo un'abitudine? Forse sono imprigionato nella routine di una società basata sull'ambizione, sul successo, sul fatto di essere qualcuno; sono stimolato dalla sfida e dalla sensazione di avere successo; senza questo stimolo mi sento perso, e quindi ne sono dipendente, è così? Non è possibile essere

coscienti di tutto questo, vederne le implicazioni e non rifiutarlo, ma osservare semplicemente il fatto? E questa percezione potrà portare a un cambiamento radicale? Se vedo che sono ambizioso e ne percepisco le implicazioni, non solo a livello verbale ma anche interiormente, significa che sono consapevole dell'influenza dell'abitudine, delle mie sensazioni, della tradizione e così via; allora che cosa è successo? La mente è tranquilla nell'osservare questo fatto o no? E la calma accettazione di 'ciò che è' ce ne libera, non è così? Per favore, non prendete quanto vi dico per buono, sperimentatelo e lo vedrete. Innanzi tutto siate consapevoli che siete ambiziosi, o altro, e poi osservate le vostre reazioni, se sono abituali, conformi alla tradizione, verbali. Opporsi a una risposta verbale semplicemente con un'altra serie di parole non vi libererà, né troverete la liberazione nella mera coltivazione di una nuova tradizione o abitudine. Il desiderio stesso di reprimere l'ambizione è un trucco della mente per diventare qualcos'altro: ancora ambizione. Allora quando la mente vede che qualsiasi movimento faccia è parte del processo che la nutre e la rassicura, cosa può fare? Non può fare nulla, perciò diventa completamente calma in proposito. Non vi si relaziona più. Ma è un compito arduo, non è così? È essenziale un cambiamento interiore rivoluzionario e, se comprenderemo il problema del cambiamento, dovremo approfondirlo e studiare il problema dell'io da diverse angolature.

Terzo discorso a Ojai 23 agosto 1952

Credo sia possibile esprimere con le parole se stessi e i propri pensieri, e forse possiamo farlo questa sera. Perciò questa non sarà una conferenza, un discorso da ascoltare, ma un'esposizione di problemi e difficoltà su cui confrontarsi per approfondire la questione della trasformazione, di quella rivoluzione interiore così essenziale. Vediamo intorno a noi la disintegrazione del mondo e siamo consapevoli del nostro sorprendente processo di deterioramento con l'avanzare dell'età: la perdita di energie, l'irrigidimento nelle vecchie abitudini, l'inseguimento di varie illusioni e così via. Tutto questo ostacola la comprensione di un cambiamento personale fondamentale e radicale. Nel considerare questo problema del cambiamento, come abbiamo fatto nelle ultime tre settimane, mi sembra che la questione dell'incentivo sia molto importante. Molti di noi per cambiare necessitano di un incentivo, un'urgenza, un motivo, uno scopo, una visione o l'identificazione con un particolare credo, con un'utopia o un'ideologia, non è così? E un incentivo provoca un radicale cambiamento? Non è forse una mera proiezione dei nostri desideri, idealizzata o personalizzata, o un rimandare al futuro nella speranza che inseguendo questa proiezione del nostro sé potremo in qualche modo cambiare? Il problema del cambiamento è molto profondo. Può essere risolto dagli stimoli superficiali che la società ci offre, con cui le organizzazioni religiose ci attraggono? Può nascere una trasformazione fondamentale da ideologie rivoluzionarie che ci propinano motivi ragionevoli di cambiamento, l'incentivo di un mondo migliore, di un paradiso sulla terra, di una società in cui non ci siano distinzioni di classe? Ci identifichiamo con questi incentivi e diamo la vita per ciò che promettono, ma questo provoca un radicale cambiamento? È questo il punto, no? Non so quanto ci abbiate riflettuto, quanto in profondità siete andati nella questione del cambiamento di se stessi, ma a meno che non

comprendiamo da quale punto di vista, da quale centro la trasformazione deve prendere le mosse, mi sembra che meri cambiamenti superficiali, per quanto socialmente ed economicamente benefici, non risolveranno il nostro problema veramente complesso. Gli incentivi, le fedi, le promesse, le utopie, tutto questo mi sembra molto superficiale. Può esserci un cambiamento radicale solo al centro, solo quando c'è una completa abnegazione e dimenticanza di sé, un completo accantonamento dell'io, del sé. Sino a quando ciò non avverrà, non vedo proprio come una trasformazione fondamentale possa avere luogo. Può allora questo radicale cambiamento dal centro essere provocato da incentivi di qualche tipo? Ovviamente no. Ma tutto il nostro pensiero si basa su incentivi, non è così? Lottiamo continuamente per una ricompensa, per far bene, per vivere una vita nobile, per avanzare, per avere successo. Allora non è importante scoprire che cos'è questo sé che vuole crescere e migliorare? Che cos'è il sé, l'io? Se vi venisse chiesto, che cosa rispondereste? Alcuni magari direbbero che è un'espressione di Dio, il sé supremo in forme materiali, l'immenso che si manifesta nel particolare, e probabilmente altri affermerebbero che non c'è alcuna entità spirituale, che l'uomo non è nient'altro che una serie di risposte a influenze ambientali, il risultato di condizionamenti etnici, climatici e sociali. Qualsiasi cosa il sé possa essere, non dovremmo investigarlo, comprenderlo e scoprire come può essere trasformato dal centro? Che cos'è il sé? Non è il desiderio? Mi piacerebbe suggerirvi queste cose affinché le osserviate, senza contraddirle o accettarle, perché sento che più si è capaci di ascoltare, non tanto con la mente conscia, ma inconsciamente, spontaneamente, tanto più c'è la possibilità di incontrarsi e approfondire insieme il problema. Se la mente cosciente si limita a esaminare un'idea, un insegnamento, un problema, allora non va oltre il suo livello, che è molto superficiale, ma se si ascolta non con la mente conscia, ma con una mente rilassata che osserva, e perciò si è in grado di vedere cosa c'è al di là delle parole, dei simboli, delle immagini, allora è possibile attivare una diretta esperienza e comprensione, un processo diverso dall'analisi conscia. Possiamo fare questo genere di discorsi solo se non ci limitiamo ad affastellare idee. Ciò di cui parlo non è una serie di idee da apprendere, ripetere, rileggere o comunicare ad altri; solo se riusciamo a incontrarci tra di noi non a livello cosciente e razionale, cosa che possiamo fare successivamente, ma a quel livello in cui la mente cosciente non si oppone, non lotta per capire, allora credo che ci sia la possibilità, di vedere le cose in modo non meramente verbale e intellettuale. Allora cos'è questo sé che ha bisogno di una trasformazione fondamentale? Sicuramente è qui che un cambiamento deve avvenire, non a un livello superficiale, e per provocare questo cambiamento radicale, non dobbiamo forse scoprire che cos'è questo sé, l'io? E possiamo scoprirlo? Esiste un 'io' permanente? O è un desiderio persistente di qualcosa che viene identificato come 'io'? Per favore non prendete appunti, ascoltate. Quando lo fate non state veramente ascoltando. Siete più occupati a scrivere ciò che sentite in modo da poterlo leggere domani, o comunicarlo agli amici, o stamparlo da qualche parte. Quello che stiamo cercando di fare è qualcosa di molto diverso, vero? Stiamo cercando di comprendere che cosa è questo qualcosa che chiamiamo il sé, il centro dell'io, da cui sembra scaturire ogni attività; perché se non ci sono trasformazioni nel centro, il solo cambiamento periferico, esterno, in superficie, ha scarso significato. Allora voglio scoprire

cosa è questo centro e se sia possibile veramente smantellarlo, trasformarlo, strapparlo via. Che cosa è il sé nella maggior parte di noi? È il centro del desiderio che si manifesta attraverso varie forme di continuità, non è così? È il desiderio di avere di più, di perpetuare l'esperienza, di arricchirsi attraverso nuove acquisizioni, ricordi, sensazioni, simboli, nomi, parole. Se guardate molto da vicino non c'è qualcosa di simile a un 'io' permanente, se non come ricordo: il ricordo di ciò che sono stato, di ciò che sono e di ciò che dovrei essere; è il desiderio di avere di più, di maggiore conoscenza, esperienza, il desiderio di un'identità stabile, di un'identità fisica: un'abitazione, un paese, idee e persone. Questo processo avviene non solo a livello cosciente ma anche nei più profondi e inconsci strati della mente e così il sé, il centro dell'io, è sostenuto e nutrito nel tempo. Ma niente di tutto questo è permanente, nel senso di avere continuità, eccetto la memoria che in sé non è uno stato permanente, anche se cerchiamo di renderla tale, attaccandoci a una particolare esperienza, relazione o credenza. Forse non lo facciamo consciamente, ma inconsciamente vi siamo indotti da vari desideri, stimoli, compulsioni ed esperienze. Allora tutto questo è 'me', non è vero? È il sé, l'io, che vuole sempre 'di più', che non è mai soddisfatto, che si sforza di trovare sempre più esperienze, sensazioni, che coltiva la virtù per rinforzare se stesso al proprio centro. Perciò non si tratta mai di virtù, ma soltanto dell'espansione dell'io sotto le sembianze della virtù. Allora, questo è l'io. È il nome, la forma e la sensazione al di là del simbolo, della parola, che, nello sforzo di acquisire, afferrare, espandersi o diminuire crea una società possessiva in cui c'è contesa, competizione, crudeltà, guerra e via dicendo. Finché non avviene una trasformazione al centro, non una sostituzione ma uno sradicamento completo dell'io, non è possibile nessun cambiamento fondamentale. Una volta che lo abbiamo compreso, come provocare un profondo cambiamento interiore? Questo è il problema, non è vero? Intendo per una persona seria, non per una persona superficiale che cerca qualche illusione confortante, guru, maestri, e simili insensatezze. Allora, come può il centro trasformare se stesso? Signori, le persone che si accorgono che deve avvenire un cambiamento e che non sanno come dovrebbe accadere, sono facili prede di incentivi, non è così? Sono distratti dalle utopie ideologiche, dai maestri, dal culto, dalle chiese, dalle organizzazioni, dai guaritori, e così di seguito, ancora e ancora. Ma tutte queste riforme superficiali hanno davvero scarso significato quando metto da parte tutte le distrazioni (che so bene non trasformeranno il centro) e mi occupo soltanto della sua trasformazione, perché ne riconosco veramente l'urgenza e la necessità. Ora, quando tutti gli incentivi, le ricerche e i desideri sono stati messi da parte, siamo capaci di trasformare il centro? Tu e io stiamo considerando il problema come due individui, non mi rivolgo a un gruppo. Vedi il problema, o no? Ci deve essere ovviamente un cambiamento, non a un livello astratto o superficiale, ma al centro vero e proprio. Deve esserci una nuova corrente, un nuovo stato dell'essere che non appartiene al tempo, alla memoria. Ci deve essere un cambiamento che non sia il risultato di alcuna teoria o fede, che sia di destra o di sinistra, un cambiamento che non sia frutto di alcun condizionamento che sia di un credente o di un ateo. Vedo questo problema complesso: come è possibile che un cambiamento spontaneo abbia luogo al centro, un cambiamento che non sia il risultato di compulsione, disciplina, ovvero di mere sostituzioni? Non so se vi siate posti la domanda

in questo modo. E se lo avete fatto, cosa avete scoperto, come creerete un cambiamento, una trasformazione? La comprensione di queste distrazioni, incentivi, ricerche, desideri, è solo verbale, intellettuale, superficiale, o è reale, reale nel senso che gli incentivi non hanno più alcun valore e perciò vengono lasciati cadere? Oppure, pur riconoscendo i loro immaturi suggerimenti ci state ancora giocando? Allora, innanzi tutto devo scoprire qual è lo stato della mia mente che vede il problema e prova a cercare una risposta. Mi sono espresso chiaramente? Si tratta del problema che tutti conosciamo e di cui siamo pienamente coscienti in momenti diversi della nostra esistenza; ci sono occasioni in cui ne percepiamo il significato, la profondità. E se ne parliamo insieme, qual è lo stato della mente che sta osservando il problema? Non è importante? Lo stato in cui è la mente quando affronta il problema è molto importante, perché sarà quello stato a trovare la risposta. Quindi, innanzi tutto vedo il problema e poi devo capire qual'è lo stato in cui la mente guarda il problema. Badate, non si tratta di un primo e di un secondo passo, il problema è un tutt'uno, un processo integrale: è perché lo traduciamo in parole che non possiamo fare a meno di frammentarlo in questo modo. Se affrontiamo il problema a vari livelli, ovvero: prima lo vediamo, poi investighiamo lo stato della mente e così via, ci perderemo, ci allontaneremo sempre di più dalla questione centrale. È dunque molto importante per me essere pienamente consapevole dello stato generale della mia mente mentre affronta il problema. Innanzi tutto non so se vogliamo un cambiamento fondamentale, se vogliamo rompere con tutte le tradizioni, i valori, le speranze, le fedi che sono state costruite. Molti di noi ovviamente non intendono farlo. Sono davvero pochi coloro che desiderano andare davvero a fondo in questo problema. Ci accontentiamo di sostituzioni, cambiamenti di fede, migliori sollecitazioni. Ma al di là di tutto ciò, qual è lo stato della mente? E lo stato della mente è forse diverso dal problema? Non è forse il problema stesso? Il problema non è separato dalla mente. È la mente che crea il problema, giacché è il risultato del tempo, della memoria, la sede dell'io, che cerca sempre 'di più', l'immortalità, la continuità, la permanenza qui e nell'aldilà. Allora, può la mente staccarsi dal problema ed esaminarlo? Lo può fare in astratto, da un punto di vista logico, con la ragione, ma può concretamente separarsi dall'oggetto che ha creato e di cui è parte? Non si tratta di un indovinello, di un trucco. È un fatto, no? La mente, vedendo la propria insufficienza, la propria povertà, continua ad acquisire proprietà, lauree, titoli, l'eterno Dio, così rinforza se stessa in quanto 'io'. La mente, essendo il centro dell'io, dice: "Voglio cambiare" e continua a crearsi sollecitazioni, andando in cerca del bene e rifiutando il male. Ora, può una mente simile vedere il problema e agire a riguardo? E quando agisce, non è ancora nell'ambito degli incentivi, dei desideri, del tempo e della memoria? Non è importante allora scoprire come la mente osserva il problema? La mente è separata dal problema, come l'osservatore dall'oggetto della sua osservazione, oppure la mente stessa è la totalità del problema? Per la maggior parte di noi è questa la questione. Osservo il problema di come dissolvere radicalmente e profondamente il centro che è l'io, e la mente dice: "Lo dissolverò". Vale a dire, la mente, l'io, separa se stessa, in quanto osservatore, dall'oggetto dell'osservazione: il problema. Ma l'osservatore è il creatore del problema, l'osservatore non è separato dal problema. Egli stesso è il problema. Allora, cosa fare? Se possiamo renderci veramente conto di tutto

questo, stare con il problema senza cercare di trovare una risposta, una rapida soluzione o la citazione di un maestro o di un libro, senza fare riferimento alle esperienze passate, se possiamo semplicemente essere consapevoli di questo problema nella sua totalità senza dare giudizi, allora penso che troveremo una risposta, non meramente verbale, e che non sarà soltanto un'invenzione della mente. Allora è questo il mio problema e spero sia anche il vostro. Mi rendo conto che una vera rivoluzione non può che avvenire al centro, non in superficie. Il cambiamento in superficie non ha significato. Diventare migliori, più nobili, acquisire più virtù, grandi o piccole proprietà, sono tutte attività superficiali di una mente altrettanto superficiale. Non mi riferisco a questo genere di cambiamenti. Mi occupo soltanto di un cambiamento dal centro. Vedo che l'io deve essere completamente dissolto, allora osservo la sua natura. Divento consapevole dell'io non come astrazione filosofica, ma giorno per giorno. Di momento in momento vedo che cosa è l'io, quell'io che incessantemente guarda, osserva, accumula, acquisisce, rifiuta, giudica, odia, distrugge o si aggrega con altri per sentirsi più sicuro. Il cambiamento deve avvenire qui: il centro deve essere completamente sradicato. Come accadrà? Può la mente, che crea il problema, astrarsi da se stessa, dal problema e agire in nome di Dio, in nome di un sé più elevato, per un'utopia o per qualsiasi altra ragione? E quando lo fa, ha dissolto il centro? Ovviamente no. Allora il mio problema è: può la mente provocare una rivoluzione fondamentale attraverso la dialettica o la conoscenza di processi storici? È una questione importante, perché se un cambiamento radicale può avere luogo al centro allora tutta la mia vita ha un significato diverso; allora c'è bellezza, felicità, uno stato dell'essere alquanto diverso: c'è amore, c'è eterno perdono. E questo stato può essere generato dalla mente? Se dite di no, non siete consapevoli del problema. Sarebbe una risposta molto sbrigativa, molto superficiale. Se dite: "Devo rivolgermi a Dio, a qualche elevato stato spirituale che trasformi tutto questo", di nuovo vi state basando su parole, simboli, proiezioni della mente. Allora, cosa fare? Non è un problema anche per voi? Se osservo la questione complessa dell'io in tutta la sua oscurità, le sue luci e ombre, le sue tentazioni e i suoi sforzi, posso io, l'osservatore, avere un effetto sulla cosa osservata? Per favore, seguite il problema, non cercate una risposta, non tentate di risolverlo. Semplicemente ascoltatelo, assorbitelo, come la terra assorbe e si nutre della pioggia leggera. Se state realmente con il problema, se la vostra occupazione quotidiana consiste di momento in momento nel guardare come questo cambiamento possa essere generato e se vi state liberando di quelle cose negative che credevate positive, allora ritengo che troverete l'elemento che sorge così misteriosamente, senza che lo conosciate. Non è una promessa. Non sorridete come se aveste capito. Allora quello che dobbiamo fare, sicuramente, è essere consapevoli della totalità del problema, non soltanto a livello conscio, ma specialmente a livello inconscio. Dobbiamo esserne coscienti interiormente, profondamente. La mente superficiale può addurre ragioni, spiegazioni, può trattare in modo logico certi problemi, ma quando ci occupiamo di un problema profondo, l'approccio superficiale ha poco valore. E ci stiamo occupando di un problema molto profondo: come generare un cambiamento, una rivoluzione dal centro. Senza questa trasformazione fondamentale, cambiamenti solo superficiali non hanno senso: le riforme hanno sempre bisogno di ulteriori riforme. Se noi possiamo guardare a questo problema nella sua

interezza, toccarlo, odorarlo, assorbirlo inconsciamente, allora ci diventeranno familiari tutti i trucchi e le attività dell'io; vedremo come l'osservatore separi se stesso dall'osservato, rifiutando e accettando questo e quello. Più conosciamo questo processo nella sua totalità, meno attiva sarà la mente superficiale. Il pensiero non risolve il problema: al contrario, deve giungere a una fine. È l'osservatore che giudica, giustifica, accetta e rifiuta; il processo del pensiero consiste in questo. È il pensiero ad avere creato il problema. Il pensiero che cerca 'di più': più proprietà, più cose, più relazioni, più idee, più conoscenza, ed è con questo pensiero che stiamo cercando di risolvere il problema. Il pensiero è memoria. Calmare la memoria è il tacere della mente, e più la mente è silenziosa più profondamente comprenderà il problema e dissolverà il centro.

Domanda: Questo processo di costante consapevolezza di sé non conduce alla centralità del sé?

Krishnamurti: Certo. Più ti occupi di te medesimo, guardando, migliorandoti, pensando a te stesso, più sei centrato su di te, non è così? È un modo di agire evidente. Se mi impegno a cambiare me stesso, allora mi devo osservare, devo escogitare una tecnica che mi aiuti a dissolvere quel centro. Siamo centrati sul sé sino a quando ci interessiamo a livello conscio o inconscio a un risultato, al successo, sino a quando continuiamo a prendere e lasciare, ed è ciò che la maggior parte di noi fa. L'incentivo è l'obbiettivo di cui sono in cerca. È perché voglio raggiungere un fine che osservo me stesso. Mi sento infelice, miserabile, frustrato, e credo che ci sia uno stato in cui posso essere felice, appagato, completo, allora perseguo la consapevolezza per ottenere quello stato. Uso la consapevolezza per ottenere quello che voglio; in tal modo sono centrato sul sé. Attraverso la consapevolezza, attraverso l'analisi di sé, attraverso le letture, lo studio, spero di dissolvere l"io' e allora sarò felice, illuminato, liberato, farò parte dell'élite, e questo è ciò che voglio. Allora più mi occupo di raggiungere un fine, più grande è la centratura sul sé del mio pensiero. Ma il pensiero include sempre il sé in ogni caso, non è così? Che fare allora? Per dissolvere il centro del sé devo capire perché la mente cerca un fine, un obbiettivo, un particolare risultato. Perché la mente corre dietro una ricompensa? Può funzionare in altro modo? Il movimento della mente va di ricordo in ricordo, da un risultato all'altro: questo l'ho imparato, non mi piace e allora cerco di raggiungere qualcos'altro. Non mi piace questo pensiero, ma quell'altro sarà migliore, più nobile, più confortevole, più soddisfacente. Finché penso, non posso pensare in altri termini, giacché la mente si muove da una conoscenza all'altra, da un ricordo all'altro. Il pensiero non è forse centrato sul sé per sua stessa natura? So che ci sono eccezioni, ma non stiamo parlando delle eccezioni. Nella vita di tutti i giorni, non cerchiamo forse consciamente e inconsciamente uno scopo, afferrando ed evitando questo e quello, non cerchiamo di accantonare ciò che ci disturba, che è insicuro, incerto? Nel cercare la propria certezza, la mente è centrata su se stessa, e questa centratura non è forse l'io, l'io che osserva e analizza se stesso? Quindi siamo centrati sul sé sino a quando cerchiamo un risultato, che ciò riguardi un individuo, un gruppo, una nazione o un popolo. Tuttavia, se riusciamo a comprendere che la mente cerca un risultato, uno scopo soddisfacente perché vuole sentirsi sicura, se lo comprendiamo, allora c'è la possibilità di sgretolare i muri che circondano il pensiero in quanto 'io'. Ma questo richiede una sorprendente coscienza di

tutto il processo, non soltanto a livello conscio ma anche inconscio, una consapevolezza di momento in momento, nella quale non ci sia nessuna acquisizione, accumulazione, nessun "sì, l'ho capito e lo farò domani", una consapevolezza in cui c'è una spontaneità che non è della mente. Solo allora sarà possibile andare oltre le attività del pensiero centrate sul sé.

Primo discorso a Bombay 4 marzo 1953

Penso si possa dire che le nostre vite sono per lo più molto confuse e, nella confusione e nella lotta continue, cerchiamo di trovare una via di uscita. Allora ci rivolgiamo a chiunque sia in grado di aiutarci. Se abbiamo difficoltà economiche, ci rivolgiamo all'economista o al politico. Se ci troviamo in uno stato interiore di confusione psicologica, ci rivolgiamo alla religione. Ci rivolgiamo a qualcun altro per trovare una via, un metodo per uscire dalla confusione, dall'infelicità. Questa sera, se è possibile, mi piacerebbe scoprire se ci sia un metodo, una via di uscita dalla sofferenza attraverso una qualsiasi forma di accumulazione di conoscenza o esperienza, o se non sia invece necessario un processo alquanto diverso, un atteggiamento diverso, una modalità diversa, molto più importante della ricerca di un sistema, di una tecnica o della coltivazione di una particolare abitudine. Allora, se permettete, mi piacerebbe esplorare la questione con calma e gradualità. A questa esplorazione prendete parte anche voi, perché è anche un vostro problema. Il problema è trovare una via di uscita, un sistema per dissolvere sin dalle fondamenta la causa, che è la sostanza o la stessa natura della mente, ed è possibile farlo attraverso qualche forma di accumulazione, che sia di conoscenze o di esperienze? La conoscenza è costituita dall'accumulo esteriore, ovvero da un insieme di conoscenze tecniche, e dall'accumulazione interiore di esperienze psicologiche, ovvero dall'attività del 'conoscere', dalla capacità di conoscere. Tutto ciò mi libererà davvero dalla costante battaglia con me stesso, mi permetterà di raggiungere una libertà che non sia un sollievo momentaneo ma una libertà totale? Infatti è questa battaglia, questo conflitto, questa incessante incertezza che produce attività esterne, che sono fonte di guai, caos, ambizione personale: il desiderio di essere qualcuno, l'atteggiamento aggressivo nei confronti della vita. Penso che sia molto importante comprendere se la sofferenza possa avere fine coltivando un particolare atteggiamento o attraverso lo sviluppo di una particolare conoscenza o tecnica. O forse la sofferenza può avere fine soltanto grazie a una mente che non cerca, che non sa, che non accumula? La maggior parte di noi ha determinati atteggiamenti nei confronti della vita, determinati valori, in base ai quali affronta le attività, e crea i modelli culturali, esteriori e interiori. E ci diciamo: "Lo so. So cosa va fatto". Sappiamo davvero cosa sappiamo? Non dovremmo sforzarci di indagare in modo molto onesto a proposito di ciò che chiamiamo 'conoscenza', se davvero possiamo conoscere in generale qualcosa o se non ci inganniamo nel dire: "io so"? Non è importante scoprire, quando una mente dice "io so", cosa sa? E la conoscenza dissolverà mai il processo conflittuale della mente all'origine di così tanti conflitti, frustrazioni e paure in ciascuno di noi? Il problema è: la conoscenza può dissolvere la sofferenza? Sappiamo che, quando siamo malati fisicamente o psicologicamente, la conoscenza tecnologica è in grado in una certa misura di eliminare la sofferenza. A un

certo livello la conoscenza è essenziale, necessaria, anche per quanto riguarda il male della povertà. La conoscenza tecnologica può porre fine alla povertà, offrirci abbondanza, fornirci abiti e riparo sufficienti. La conoscenza scientifica può rendere la vita più facile, al livello meramente materiale. Ma la conoscenza che abbiamo accumulato, la conoscenza che la mente mette insieme, per essere libera, per non soffrire: le pratiche, le tecniche, le meditazioni, i vari adattamenti che la mente mette in atto per non subire conflitti, faranno cessare il conflitto? Leggete vari libri e cercate un metodo, un modo di vivere, uno scopo di vita, o andate di qua e di là per trovarlo da qualcun altro e con questo proposito agite, cercate di vivere, ma la sofferenza continua, i conflitti continuano. Il costante tentativo di conformare 'ciò che è' a 'ciò che dovrebbe essere' è il fattore deteriorante della lotta. Quindi la nostra vita è interiormente piena di lacrime, tumulti e sofferenze e ci deve essere un modo di incontrare la vita non attraverso la conoscenza accumulata con l'esperienza, ma diversamente, senza questa lotta. Sappiamo bene come andiamo incontro alla vita, alla costante sfida insita nella conoscenza, nell'esperienza, nel passato. Ovvero, dicendo "io so", "ho molta esperienza", "la vita mi ha insegnato...", quindi cominciando sempre con la conoscenza, con un certo residuo di esperienza, e così incontrando la sofferenza. La sofferenza è il conflitto tra 'ciò che è' e 'ciò che dovrebbe essere'. Conosciamo l'intima natura della sofferenza, la morte di qualcuno, la povertà, la frustrazione, l'insufficienza, la ricerca di soddisfazione e l'eterna sofferenza della paura. Incontriamo la sofferenza sempre attraverso la conoscenza, non è così? Allora dico: "So cosa fare"; "Credo nella reincarnazione, nel karma, in qualche esperienza, in qualche dogma", e con questo bagaglio vado incontro agli eventi della vita. Ora voglio interrogare quella conoscenza, questa cosa con cui diciamo di incontrare la vita. Non esiste mai un senso di completa umiltà in una mente che dice "io so". Ma esiste una totale umiltà che dice: "Non so". E non si tratta forse di uno stato essenziale, di un'assoluta necessità, quando incontrate la vita, quando incontrate un problema, quando incontrate la sofferenza, quando incontrate la morte? Il senso di umiltà non è indotto, non è coltivato, non è provocato, non è posticcio. È la sensazione di non sapere. Cosa sappiamo? Cosa sappiamo della morte? Vedete corpi cremati, vedete relazioni morire, ma che cosa conoscete se non ciò che avete imparato, credenze? Non sapete che cos'è il non-conosciuto. Può la mente, che è il risultato del tempo, dell'accumulazione, dell'intero passato, può una mente simile conoscere il non-conosciuto, ovvero quel che c'è dopo la morte? Sono stati scritti centinaia di libri su cosa c'è dopo la morte, ma la mente non lo sa. Non è allora essenziale per scoprire qualcosa di vero avere quel senso di umiltà totale del non sapere? Soltanto allora è possibile conoscere. Soltanto quando non so cosa sia Dio, c'è Dio. Eppure credo di sapere. Ho già avuto un assaggio dell'idea di cos'è Dio, non di Dio, ma della sua idea. L'ho bramato, ho sofferto, perciò mi rivolgo a un guru, a un libro, a un tempio. La mente ha già dato un'occhiata a ciò che è la Realtà, la conosco, ne ho avuto una piccola esperienza, ne ho letto, ne ho avuto un assaggio. Dunque si tratta essenzialmente di vanità, di uno strano senso di vanità basato sulla conoscenza. Ma ciò che so è soltanto un ricordo, un'esperienza, nient'altro che una reazione condizionata a ogni evento della vita quotidiana. Allora comincio con la vanità: "So che Dio mi parla", "ho la conoscenza", "ho delle visioni", e chiamo tutto questo saggezza, il che è assurdo.

Organizzo scuole di pensiero, accumulo nozioni e non c'è mai un momento in cui possa onestamente dire con totale umiltà, con completa integrità che io non so. Infatti penso di sapere. Ma ciò che so è l'accumulo di esperienze passate, di ricordi, e tutto ciò non risolve il problema della sofferenza né il problema di come agire nella vita con tutta la sua confusione, le sue contraddizioni, le sue pressioni, le sue influenze e urgenze. Può la mente già contaminata dalla vanità, dalla conoscenza, dall'esperienza, essere completamente libera? Può avere quel sentimento di totale umiltà? Non sapere è umiltà, non è così? Per favore seguitemi, ascoltate. Quando comprendete che non sapete, allora cominciate a fare scoperte. Ma lo stato di non-conoscenza non può essere coltivato. Lo stato di non-conoscenza si manifesta soltanto nella completa umiltà. Allora quando una mente simile ha un problema, non-conosce ed è il problema a mostrare la risposta, ma la mente che dà la risposta deve essere completamente, totalmente, interiormente, profondamente, intimamente priva di vanità, in uno stato di completa non-conoscenza. Tuttavia la mente rifiuta strenuamente questo stato. Osservate la vostra mente, signori. Vedrete come è straordinariamente difficile per essa guardarsi e dire: "Non so". La mente rifiuta di dirlo, perché vuole qualcosa a cui appoggiarsi. Vuole dire: "Conosco il sentiero della vita", "so cos'è l'amore", "ho sofferto", "so che cosa significa"; in realtà è una mente che si ammanta di conoscenza, quindi non è mai innocente. Solo la mente innocente, la mente che dice: "non so", che non ha vanità, senza ornamenti, solo una mente simile può scoprire il Reale, la vera risposta. Soltanto una mente che dice "non so" può ricevere ciò che è la Verità. Quando la mente si interroga sul sentiero della libertà, sul sentiero della Verità o su alcune tecniche psicologiche, tutto ciò di cui si occupa è solo un accumulo di conoscenze che spera dissolvano la lotta continua con se stessa. Ma ciò non accade. Lo sapete, no? Dai vostri libri, dalle vostre esperienze di tutti i giorni, sapete quanto basta, ma questo vi protegge dalla sofferenza? È possibile per la mente essere del tutto in uno stato di non-conoscenza, in modo da poter essere sensibile, ricettiva? Lo stato completamente negativo, in cui non c'è accumulo, ma piuttosto una completa povertà della mente, povertà nel senso più degno e profondo, non è forse la più alta forma di pensiero? Si tratta di un nuovo terreno, di una mente in cui non c'è conoscenza e perciò del non-conosciuto. Solo allora il non-conosciuto può giungere al non-conosciuto. Il conosciuto non può mai conoscere il non-conosciuto. Signori, non sono solo parole: se ne ascoltate il vero significato, ne scoprirete la verità. Tuttavia l'uomo della vanità, l'uomo della conoscenza, lo studioso, l'uomo che è in cerca di un risultato, non può mai conoscere il non-conosciuto. Perciò non può essere creativo. Ai nostri tempi è invece essenziale alla nostra vita quotidiana la persona creativa, l'essere umano creativo, non l'uomo che possiede una nuova tecnica, una nuova panacea: non può esserci creatività se c'è un residuo di conoscenza. La mente deve essere vuota per essere creativa. Vale a dire che la mente deve essere totalmente umile. Solo allora si dà la possibilità che si manifesti la creatività.

Domanda: In un mondo che necessità un'azione collettiva, perché dai tanta importanza alla libertà dell'individuo?

Krishnamurti: La libertà non è forse essenziale alla cooperazione? Non è necessario essere liberi per cooperare? O la libertà si manifesta quando abbiamo un proposito in

comune? Stiamo veramente lavorando insieme quando tu e io abbiamo stabilito un comune proposito a livello verbale, teoretico, intellettuale e abbiamo la stessa meta? Ci lega davvero avere un fine comune? Tu pensi che io abbia il tuo stesso scopo, ma quando abbiamo uno stesso scopo, siamo davvero liberi? Ho stabilito uno scopo, un proposito, in base alla mia conoscenza, alla mia esperienza, alla mia erudizione, e affermo che questo è lo scopo dell'essere umano. Quando l'ho stabilito, forse non mi imprigiona? Non ne sono forse schiavo? Si tratta di creatività? Per essere creativi dobbiamo essere liberi dagli scopi comuni. È possibile un'azione collettiva? E cosa intendiamo per azione collettiva? Non è possibile un'azione collettiva perché siamo esseri individuali. Tu e io non possiamo dipingere un quadro insieme. Non c'è azione comune, c'è solo comune pensare, non è così? È il pensiero collettivo che ci accomuna e ci fa agire insieme. Allora ciò che conta non è l'azione collettiva, ma il pensiero collettivo. Ora, può esistere il pensiero collettivo? E cosa intendiamo per pensiero collettivo? Quando pensiamo tutti in modo simile? Quando siamo tutti comunisti, quando siamo tutti socialisti, cattolici, allora siamo tutti condizionati da certi modelli di pensiero e agiamo tutti insieme. E cosa succede quando si manifesta un pensiero collettivo? Cosa succede? Non implica forse campi di concentramento, assassini, controllo del pensiero, il divieto di pensare diversamente dal partito, di non assentire a tutto ciò che pochi hanno stabilito? Dunque il pensiero collettivo conduce a una maggiore sofferenza. Il pensiero collettivo porta alla distruzione delle persone, alla crudeltà, alla barbarie. Ciò che è necessario non è il pensiero collettivo, ma il pensiero corretto, non quello in accordo con la destra, con i comunisti, con i socialisti; ciò che è necessario non è ciò che pensiamo, ma come pensiamo. Crediamo che condizionando la mente riguardo a ciò che deve pensare ci sarà azione collettiva. Ma questo comporta soltanto la distruzione dell'essere umano, non è forse così? Quando sappiamo cosa pensare non ha termine forse ogni ricerca creativa, ogni senso di completa libertà? Allora il nostro problema non è l'azione collettiva o il pensiero collettivo, ma scoprire come pensare. E non si può apprendere da un libro. Il modo di pensare, se è veramente un pensare, può essere trovato soltanto nella relazione, nella conoscenza di sé, e non ci può essere conoscenza di sé se non sei libero, se hai paura di perdere il lavoro, se hai paura di cosa direbbero tua moglie, tuo marito, i tuoi vicini. Allora è nel processo di conoscenza di sé che arriva la libertà. È in tale libertà che nascerà l'azione collettiva, non attraverso una mente condizionata ad agire. Non c'è dunque azione collettiva in nessuna forma di compulsione, coercizione, ricompensa o punizione. Soltanto quando tu e io siamo in grado di scoprire che cos'è la Verità attraverso la conoscenza di sé, può esserci libertà. Allora è possibile una vera azione collettiva. Non c'è azione collettiva quando c'è uno scopo comune. Tutti vogliamo un'India felice, un'India istruita, un mondo istruito: tutti diciamo che è il nostro obiettivo. Lo sappiamo, lo ripetiamo; ma non ce ne dimentichiamo continuamente? Diciamo che ci deve essere fratellanza, pace, e che si deve amare Dio, questo è il nostro obbiettivo comune; ma non ci distruggiamo forse l'un l'altro, benché professiamo di avere uno scopo comune? E quando l'uomo di sinistra dice che ci deve essere un'azione collettiva attraverso un pensiero collettivo, non sta forse distruggendo, provocando sofferenza, guerra e distruzione? Dunque, uno scopo comune, un'idea comune, l'amore per Dio, l'amore per la

pace, non ci uniscono. Ciò che ci unisce è l'amore che nasce dalla conoscenza di sé e dalla libertà. 'Me stesso' non è un'unità separata; sono in relazione con il mondo, sono il processo nella sua totalità. Allora, nella comprensione del processo nella sua totalità, che è l"io' e che è il 'tu', c'è libertà. Questa conoscenza di sé non è la conoscenza dell'io come entità separata. L"io' è l'io globale di ognuno di noi, perché non siamo isolati. Non esiste niente di simile. Nessun essere può esistere isolatamente. Il 'me stesso' è il processo totale dell'umanità, il 'me stesso' è 'te', e l'uno è in relazione con l'altro. Soltanto quando comprendo quel 'me stesso' c'è conoscenza di sé e in quella conoscenza c'è libertà. Allora, il mondo diventa il nostro mondo, non il tuo mondo, non un mondo indù, cattolico o comunista. È il nostro mondo, vostro e mio, nel quale vivere in modo felice e creativo. Ciò non è possibile se siamo condizionati da un'idea, se abbiamo un fine comune. Pensiero e azione collettivi sono possibili soltanto nella libertà, che giunge se comprendiamo l'io come processo totale dell'uomo, ed è molto importante che tutti noi lo capiamo chiaramente, in questo mondo fatto a pezzi dalle religioni, dalle credenze, dai partiti politici: non c'è alcuna salvezza nell'azione collettiva. Su questa strada si incontrano solo più sofferenza, più distruzione e più guerre, sino alla tirannia. Ma la maggior parte di noi vuole qualche forma di sicurezza. Quando cerca sicurezza, la mente è persa. Soltanto l'insicuro è libero, non l'uomo rispettabile, non quello sicuro. Per favore ascoltate. In ogni arricchimento della mente, in qualsiasi credenza, in qualsiasi sistema, non c'è mai libertà. La mente si sente sicura seguendo qualche forma o modello di azione e a causa di tale schiavitù agisce in modo da provocare maggiore sofferenza. Soltanto una mente libera può creare un mondo nuovo, e una mente è libera quando comprende il processo del sé, dell'io, con tutti i suoi contenuti. Allora questo è il nostro mondo: qualcosa che possiamo costruire insieme, non sul modello di qualche tirannia o di qualche dio. Allora tu e io possiamo lavorare, allora è il nostro mondo a essere costruito, coltivato, portato alla luce.

Domanda: Quando ti vedo e ti ascolto mi sento come davanti a un incommensurabile oceano di silenzio. La mia immediata reazione è di riverenza e devozione. Ma certo non vuol dire che ti ho investito di un'autorità, non è così?

Krishnamurti: Signori, cosa intendiamo con reverenza e devozione? La devozione e la reverenza sicuramente non sono rivolte a qualcosa. Quando sono devoto nei confronti di qualcosa, quando riverisco qualcuno, allora creo un'autorità, perché reverenza e devozione inconsciamente, nel profondo, mi confortano, mi danno un certo senso di gratificazione. Sviluppo una dipendenza. Sin quando sono devoto a qualcuno, sino a quando c'è reverenza nei confronti di qualcosa, sono schiavo, non c'è libertà. La reverenza, la devozione non sono forse capaci di esistere per se stesse? Che proviate reverenza nei confronti di un albero, di un uccello, di un bambino per strada, di un mendicante o di un vostro servitore, la reverenza non è verso qualcosa, non è verso qualcuno, ma è il sentimento di rispetto dentro di voi. Il rispetto nei confronti di qualcuno non si basa forse sulla paura? Il sentimento del rispetto non è più importante ed essenziale del rispetto verso qualche divinità o verso qualcuno? Se c'è quel sentimento allora c'è uguaglianza. L'uguaglianza che i politici, i giuristi, i comunisti cercano di stabilire, non è uguaglianza, perché l'ineguaglianza esisterà sempre se esistono differenze di capacità, di potenzialità cerebrali e di doti tra gli esseri umani. Ma quando

provo rispetto, non verso qualcuno ma rispetto in se stesso, allora questo rispetto intrinseco è amore, non amore di qualcosa. Quando sono consapevole che riverisco qualcosa fuori di me, una persona, un'immagine, allora non c'è amore, c'è divisione tra la persona riverita e chi, in uno stato di inferiorità, la riverisce. Allora devozione e reverenza sicuramente sono intrinseche, quando comincio a comprendere l'intero processo della vita. La vita non è solo l'io in azione, ma la vita dell'animale, la vita della natura, il bambino che chiede l'elemosina per strada. Quanto spesso guardiamo un albero? Guardate mai un albero o un fiore? E quando lo fate, provate un senso di riverenza, non per il fiore che appassirà, ma per la sua bellezza, per quella strana cosa che è la vita? Questo significa che c'è davvero un totale senso di umiltà senza alcun senso di inferiorità. Allora la vostra mente è in se stessa silenziosa, non avete bisogno di osservare chi è silenzioso; in quel silenzio non ci siamo tu e io, ma soltanto silenzio, e lì troverete il rispetto, non il rispetto verso qualcosa, ma il rispetto in quanto tale. La vita diventa allora straordinariamente vitale, non c'è alcuna autorità, la mente è completamente silenziosa.

Domanda: Quando sono consapevole dei miei pensieri e sentimenti, essi scompaiono, ma poi mi colgono alla sprovvista e mi travolgono. Potrò mai essere libero da tutti i pensieri che mi affliggono? Dovrò sempre vivere tra momenti di depressione ed esaltazione?

Krishnamurti: Signori, in che modo pensiamo? Cosa è il pensare? Vi sto facendo una domanda. Sono sicuro che avete una risposta. La vostra mente immediatamente salta su e risponde. Non dice: "non lo so, cercherò di scoprirlo". Osservate la vostra mente e troverete una risposta. Cos'è il pensiero, non il pensiero corretto o sbagliato, ma l'intero processo del pensiero? Quando pensate? Soltanto quando siete messi alla prova. Quando vi viene posta una domanda, rispondete subito secondo il vostro retroterra culturale, la vostra memoria, la vostra esperienza. Allora pensare è il processo di risposta a una sfida. Per esempio "Sono infelice e voglio trovare una via di uscita" e allora comincio a interrogarmi: "Voglio trovare una via di uscita", questo è il mio problema, questa è la mia domanda. Se non trovo una risposta fuori di me, comincio a cercare in me stesso. Dipendo dalla mia esperienza, dalla mia conoscenza e la mia conoscenza, la mia esperienza forniscono sempre una risposta, che consiste nel trovare una via di uscita. Allora ha inizio il processo del pensiero. Il pensiero è la risposta del passato, è la risposta al passato. Non conosco la strada per arrivare a casa tua e tu conoscendola me la indichi. Io domando che cosa è Dio e tu immediatamente rispondi, perché hai letto sull'argomento, la tua mente è condizionata ed è quel condizionamento che risponde. Oppure non credi in Dio, ma rispondi comunque secondo il tuo condizionamento. Allora pensare è un processo di verbalizzazione delle reazioni del passato. Ora la domanda è: posso essere consapevole del passato e quindi mettere fine all'attività del pensiero? Nel momento in cui penso pienamente, mi concentro pienamente, non c'è pensiero. L'osservazione di un'idea, di un'azione, la concentrazione su qualcosa, implica ancora l'attività del pensiero, perché ti stai concentrando e ciò comporta un'esclusione. La mente è a fuoco, concentrata su un'idea, scrive una lettera o pensa a un problema. In questa concentrazione c'è esclusione. In questo si manifesta il processo del pensiero, quello conscio come quello inconscio. Ma quando siamo totalmente consapevoli, non si tratta

semplicemente di concentrarsi su un'idea, ma di essere consapevoli dell'intero problema del pensare, allora non c'è concentrazione: c'è consapevolezza senza esclusione. Cosa comporta cercare di sbarazzarsi di un determinato pensiero? Per favore seguitemi e capirete cosa intendo per consapevolezza. C'è un particolare pensiero che ti disturba e te ne vuoi sbarazzare e allora continui a cercare il modo di resistere a quel determinato pensiero. Vuoi tenerti i pensieri, i ricordi e le idee piacevoli. Vuoi liberarti dai pensieri dolorosi e trattenere quelli gradevoli, che ti soddisfano, che ti danno vitalità, energia e stimoli. Allora, mentre cerchi di liberarti di un pensiero, ti attacchi contemporaneamente a quelli che ti procurano piacere, a deliziosi ricordi che ti danno energia; allora cosa accade? Non ti occupi del processo del pensiero nella sua totalità, ma soltanto di come liberarti di ciò che è spiacevole e trattenere ciò che è piacevole. Ma qui ci stiamo occupando del processo del pensiero nella sua interezza, nella sua totalità, non di come liberarci di certi pensieri. Se riesco a comprendere l'intero passato, e non soltanto il modo di liberarmi di una specifica parte del mio passato, allora c'è libertà dal passato, non solo da quel particolare passato. La maggior parte di noi però vuole aggrapparsi al piacevole e respingere lo spiacevole. Questo è un fatto. Ma quando investighiamo l'intera questione del passato, dalla quale nasce l'attività del pensiero, non possiamo considerarla dal punto di vista del pensiero buono o cattivo, del passato buono o cattivo. Allora ci occupiamo del passato e basta, non di quello buono o cattivo. Ora, può la mente essere libera dal passato, libera dal pensiero, e non soltanto da quello buono o cattivo? Come scoprirlo? Può la mente essere libera da un pensiero, giacché il passato è un pensiero? Come scoprirlo? Posso scoprirlo solo osservando ciò di cui la mente si occupa. Se la mente si occupa solo di ciò che recepisce come buono o cattivo, allora si occupa soltanto del passato, non è libera dal passato. Quindi, l'importante è scoprire in che modo la mente sia occupata. Se è occupata, è sempre occupata dal passato, perché l'intera coscienza è il passato. Il passato non è soltanto sulla superficie, ma anche a livello più profondo e sovraccarica anche l'inconscio. Allora la mente può essere libera da tutto ciò che la occupa? Osservate la vostra mente, signori, e lo scoprirete. La mente può essere libera da tutto ciò che la occupa? Vale a dire, la mente può non essere occupata da nulla e lasciare scorrere memoria, pensieri buoni e cattivi, senza operare alcuna scelta? Dal momento in cui la mente è occupata da un pensiero, per quanto buono o cattivo, è occupata dal passato. È proprio come se sedesse immobile su un muretto osservando le cose passare, senza essere occupata da cose come ricordi, pensieri, buoni, cattivi, piacevoli o spiacevoli che siano: è la totale libertà dal passato, non da uno in particolare. Se ascolti veramente, non in modo meramente verbale, ma profondamente, allora vedrai che c'è stabilità, qualcosa che non è della mente, c'è libertà dal passato. Tuttavia il passato non può mai essere estromesso, lo si osserva mentre scorre, senza esserne occupati. Allora la mente è libera di osservare e di non scegliere. Dove si opera una scelta in questo flusso della memoria, là c'è occupazione, e nel momento in cui la mente è occupata è prigioniera del passato, e quando è occupata dal passato, non è in grado di vedere ciò che è reale, vero, nuovo, originale, incontaminato. Il passato è l'intera coscienza che dice: "questo è buono", "questo è giusto", "questo è cattivo", "questo è mio", "questo non è mio", e una mente occupata dal passato non può mai conoscere il

Reale. Invece una mente non occupata può ricevere ciò che non è conosciuto, cioè il non-conosciuto. Non si tratta dello stato straordinario di qualche yogin o di qualche santo. Osservate semplicemente la vostra mente, osservate come è semplice e diretta. Scoprite quanto è occupata e la risposta con la quale la mente è occupata vi darà la comprensione del passato e quindi la libertà dal passato. Non potete spazzare via il passato. È lì. Ciò che conta è l'occupazione della mente, della mente che è occupata dal passato in quanto buono o cattivo, della mente che dice: "devo avere questo" o "non devo avere questo", che ha ricordi belli a cui aggrapparsi e cattivi da scartare. La mente che osserva le cose passare, senza scegliere, è la mente libera, libera dal passato. Il passato ancora fluttua davanti a te, non puoi metterlo da parte, non puoi dimenticare la strada di casa, ma in una mente occupata dal passato non c'è libertà. L'occupazione crea il passato e la mente è costantemente ed eternamente occupata dalle buone parole, dalla virtù, dal sacrificio, dalla ricerca di Dio, dalla felicità; una mente simile non è mai libera. Il passato è lì, è un'ombra sempre minacciosa, che costantemente ci incoraggia o ci deprime. Allora, ciò che è importante è scoprire come la mente sia occupata, da quali pensieri, ricordi, intenzioni e scopi.

Domanda: Puoi parlarci della meditazione?

Krishnamurti: Non state forse meditando ora? Meditare significa che la mente non conosce, non desidera, non cerca, ma investiga, sperimenta davvero, non perché è sospinta da una particolare idea, immagine o costrizione. Meditare significa che la mente è alla pura ricerca, non di una risposta, non di un'idea, non per trovare qualcosa. Quando sei alla ricerca? Non quando conosci la risposta, non quando vuoi qualcosa, non quando sei in cerca di gratificazioni, non quando vuoi conforto: allora non sei più alla ricerca. Soltanto quando la mente, una volta compreso sino in fondo il significato del conforto e del desiderio di sicurezza, mette da parte ogni autorità, soltanto quando la mente è libera è capace di ricercare. E l'intero processo della meditazione non consiste forse in questo? Perciò la ricerca stessa non è devozione, riverenza? Allora meditare è il silenzio della mente: quando la mente non desidera più, non cerca soddisfazione. La meditazione non consiste nella mera ripetizione di parole, nel coltivare la virtù. Una mente che coltiva la virtù, ripete le parole, canta, non è capace di meditare: si tratta di autoipnosi e nell'autoipnosi puoi creare illusioni meravigliose. Invece, una mente che è capace di reale libertà, libertà dal passato, non è occupata, perciò è straordinariamente silenziosa. Una mente simile non ha progetti, una mente simile è in uno stato meditativo. In questa meditazione non c'è meditante. Io non sto meditando, non sto sperimentando il silenzio; solo, il silenzio c'è. L'esperienza del silenzio diventa memoria, perciò non è silenzio, è passato. Quando una mente si occupa di qualcosa di passato, è prigioniera del passato. Allora nella meditazione non c'è meditante, non c'è chi si concentra, si sforza, siede a gambe incrociate e chiude gli occhi per meditare. Quando il meditante fa uno sforzo per meditare, ciò su cui medita è una sua proiezione, qualcosa di personale camuffato dalle sue idee. Una mente simile non può meditare, non sa proprio cosa significhi. Tuttavia l'uomo che comprende l'occupazione della mente, l'uomo che non opera scelte, sa cosa è il silenzio, il silenzio che nasce proprio al principio, la libertà. La libertà non è alla fine, è al principio. Non puoi allenare la mente a essere libera; deve essere libera sin dall'inizio.

In tale libertà la mente è silenziosa, perché non opera scelte, non si concentra, non è assorbita da nulla e nel silenzio si concentra ciò che è non-conosciuto.

Primo discorso a Londra 9 aprile 1953

Questa sera vorrei parlare ancora di come rinnovarsi, rinascere, non in un'altra vita, in una vita successiva, ma della possibilità di provocare una completa rigenerazione della coscienza, una rinascita, senza che vi sia continuità, bensì una completa rivoluzione. Mi sembra che sia una delle questioni più importanti da investigare e considerare se sia possibile per la mente, che è l'unico strumento che abbiamo di percezione, comprensione, indagine, scoperta, essere completamente nuova. Possiamo scoprirlo, se non prestiamo ascolto solo alle parole, ma sperimentiamo realmente lo stato di rinnovamento, di completa rigenerazione, qualcosa di nuovo; in tal caso potremo vivere la vita ordinaria, la routine quotidiana fatta di guai, paure, errori e tuttavia dare a questi errori e paure un significato molto diverso, un senso differente. Allora può valere la pena stasera chiedersi se può avvenire una completa trasformazione dell'inconscio. Se lo comprendiamo, scopriremo qual è la vera funzione della mente. Ora, mentre parlo, sarebbe forse importante che non ascoltaste semplicemente le parole che dico, ma sperimentaste realmente il loro significato, osservando la vostra mente. Non seguite soltanto quanto vi sto dicendo, ma osservate come funziona la vostra mente mentre ascoltate. Infatti ritengo che se andate a fondo alla questione potreste trovare la chiave della creatività, dello stato nel quale lo sconosciuto, l'inconoscibile, può manifestarsi. Ciò che conosciamo ora della vita è una serie di sforzi, di adattamenti, di limitazioni, di continue compulsioni; in questo consiste la nostra vita e in questo processo non c'è nessun rinnovamento, non c'è niente di nuovo. Di tanto in tanto arriva un segnale dall'inconscio, ma viene tradotto dalla mente cosciente e indotto a conformarsi ai modelli della convenienza quotidiana. Ciò che conosciamo è lotta, il costante sforzo per ottenere un risultato; ma la lotta, il contrasto, il conflitto tra tesi e antitesi nella speranza di trovare una sintesi, tale lotta porterà a una qualità nuova, originale, chiara, incorrotta? La nostra vita è routine, spreco, morte, la morte della continuità, non la morte che conduce a un nuovo stato. Lo sappiamo: questa è la nostra vita, conscia o inconscia. Ed è possibile che questa mente meccanica, che è un risultato del tempo, fatta di esperienza, memoria e coscienza (tutte forme della continuità, del meccanismo del conosciuto), rinnovi completamente se stessa e diventi innocente, incorrotta? Può la mente, la mia e la vostra, prigioniera di varie abitudini, passioni, esigenze, sollecitazioni, sempre in cerca di consuetudini piacevoli e convenienti, in lotta per distruggere le abitudini spiacevoli, può una mente simile mettere da parte le sue attività ed essere il non-conosciuto? Perché, mi sembra, che sia uno dei più grandi problemi della nostra esistenza: come morire a ogni cosa del passato? Può accadere? Può la mente morire a tutto il passato, alla memoria, ai desideri, ai vari condizionamenti, alle paure, alle responsabilità? Altrimenti non c'è speranza, non è così? Perché in tal caso, tutto ciò che conosciamo è la continuazione delle cose che c'erano già, che continuamente depositiamo nella mente, nella coscienza. La mente crea costantemente uno stato di continuità attraverso la memoria, l'esperienza, la conoscenza. È tutto ciò che so. Voglio una continuità, che sia attraverso la proprietà, la famiglia, o le

idee. Voglio che questa continuità prosegua. Può allora estinguersi la mente che cerca sicurezze, permanenza nel piacere o nella lotta, che tenta di andare al di là delle proprie paure, di trovare una stabilità, sospinta dal desiderio di continuità? Infatti ciò che continua non può mai rinnovarsi, non può mai dare vita a qualcosa di nuovo. Tuttavia, nel profondo di ognuno di noi c'è il desiderio di vivere, di continuare a essere come siamo, seppure migliori, più nobili, più capaci di dare senso alla vita con le nostre azioni o relazioni. Allora la funzione della mente, così come la conosciamo, è creare continuità, uno stato in cui il tempo gioca un ruolo straordinariamente importante come strumento del divenire. Allora tentiamo, lottiamo, litighiamo per mantenere la continuità e quella continuità è l'io, l'ego. Questa è la funzione della mente sino a ora; questo è tutto ciò che sappiamo. Ora, può una mente simile, così incasellata nel tempo, porre fine a se stessa ed essere in quello stato in cui si manifesta il non-conosciuto? La mente è meccanica, perché la memoria è meccanica, e lo è anche l'esperienza; e la conoscenza, sebbene possa essere stimolata, è anch'essa meccanica, e il retroterra della mente è il tempo. Può una mente simile cessare di pensare in termini di tempo, in termini di divenire, in termine di 'io'? L'io è l'idea, mentre l'idea è la memoria, l'esperienza, la lotta, le paure. Può questa mente avere un termine, senza desiderarlo? Quando la mente desidera giungere a un termine, può arrivarci a un livello intellettuale o attraverso l'autoipnosi. La mente è capace di qualsiasi forma di illusione, ma in quell'illusione non c'è nessun rinnovamento. Allora il problema è: conoscendo la funzione della mente per quella che è, può una mente simile rinnovarsi? O è forse incapace di vedere o ricevere il nuovo, il non-conosciuto e perciò ciò che può renderla completamente silenziosa? Mi sembra che sia tutto quello che può fare. Può la mente così inquieta, discorsiva, che vaga di qua e di là, che accumula e respinge, può una mente simile giungere immediatamente a un termine ed essere silenziosa? Per favore seguite la vostra stessa mente. Infatti in quel silenzio c'è un rinnovamento, un rinnovamento che non può essere colto dalla mente temporale. Ma quando la mente è silenziosa, libera dal tempo, è una mente del tutto diversa in cui non c'è la continuità dell'esperienza, perché non c'è nessuna entità che accumula. In quel silenzio, in quello stato, c'è creatività, la creatività di Dio o la Verità. Quella creatività non è una continuità così come la conosciamo noi. Tuttavia la nostra mente, la mente meccanica, può solo pensare in termini di continuità e perciò richiede una Verità, un Dio che dovrebbe essere continuo, costante e permanente. Ma la mente meccanica, ordinaria, quella che usiamo tutti i giorni, non può sperimentare ciò che è altro. Una mente simile non può mai rinnovarsi, non può mai conoscere l'inconoscibile. Ma se la mente che che funziona in modo continuo, nel tempo, per mezzo della memoria, della conoscenza e dell'esperienza, se una mente simile può raggiungere quel silenzio, quella straordinaria quiete, allora in lei si manifesta la creatività della Verità. Quella Verità non ha continuità nel tempo, si manifesta di momento in momento, perché in essa non c'è alcun senso di accumulazione. E quindi la creatività non è mai continua, nei termini della mente ordinaria. C'è sempre, ma anche dire: "è sempre qui" non è corretto, perché l'idea che sia sempre qui le conferisce permanenza. Tuttavia una mente che può essere silenziosa conoscerà lo stato eternamente creativo e questa è la funzione della mente, non è vero? La funzione della mente non è solo meccanica: la capacità di assemblare

cose diverse, di lottare, di separare e di nuovo riaggiustare. Tutto ciò appartiene alla mente di tutti i giorni, la mente ordinaria, alla quale pure giungono intuizioni dall'inconscio, ma in cui l'intero processo della coscienza è nella rete del tempo, la mente che reagisce costantemente, come è naturale, altrimenti saremmo entità morte e di questa mente non potremmo fare a meno. Tale mente è nata dalla tecnica, e più cerchiamo la tecnica, il 'come', il metodo, il sistema, meno c'è ciò che è altro, la creatività. Tuttavia dobbiamo possedere una tecnica, dobbiamo sapere come fare le cose, ma quando quella mente meccanica, la mente della memoria, dell'esperienza, della conoscenza, esiste per se stessa e funziona da sé, senza rispetto per ciò che è altro, evidentemente non può che condurre alla distruzione. Infatti l'intelletto senza la creatività della Realtà non ha alcun senso, conduce solo a guerra, miseria, a ulteriore sofferenza. Allora possiamo accedere a questo stato creativo mentre è ancora in azione la mente meccanica e tecnica? O l'una esclude l'altra? Certo il Reale non può che essere escluso quando l'intelletto con i suoi meccanismi diventa più importante di ogni altra cosa, quando idee, credenze, dogmi, teorie, invenzioni dell'intelletto, prevalgono su tutto il resto. Tuttavia, quando la mente è silenziosa e nasce quella Realtà creativa, allora la mente ordinaria ha un significato alquanto diverso. Allora anche la mente ordinaria sarà in continua rivolta contro la tecnica, contro il 'come'; tale mente non chiederà mai il 'come', non si occuperà della virtù, perché la Verità è oltre la virtù. La mente silenziosa, la mente che è assolutamente calma, quando il conoscere è non-conoscere, la creatività del Reale non ha bisogno di virtù. Infatti in essa non c'è lotta. Soltanto la mente che lotta per divenire ha bisogno della virtù. Perciò sino a quando diamo importanza all'intelletto, alla mente della conoscenza, dell'informazione, dell'esperienza e della memoria, ciò che è altro non può esserci. Si può occasionalmente dargli uno sguardo, ma quello sguardo viene immediatamente tradotto in termini di tempo, di esigenze, di ulteriori esperienze e di un notevole aumento della memoria. Ma se, nel guardare a tutto questo, al processo della coscienza nella sua interezza, la mente si libera spontaneamente della rete di credenze e idee, allora si manifesta quiete e silenzio, un silenzio non premeditato, non generato dalla volontà, dalla resistenza. In quel silenzio, allora, c'è quella Realtà creativa che non può essere misurata, che non può essere una meta alla quale aggrapparsi, che non può essere costruita da una mente meccanica. In questo stato c'è una felicità di una specie che la mente meccanica non potrà mai comprendere. Non si tratta di misticismo, di qualcosa che sa d'Oriente. Al contrario, si tratta di qualcosa di umano, ovunque e in qualsiasi clima. Se si può realmente osservare il processo della coscienza nella sua interezza, la funzione della mente così come la conosciamo, allora nasce quella straordinaria quiete della mente, senza alcuna lotta e in essa nasce la realtà creativa. Mi sono state rivolte molte domande e spero che mi perdonerete se non ho risposto a tutte, ce ne sono talmente tante. Ma ogni sera abbiamo cercato di rispondere a quelle più rappresentative. Se le vostre domande specifiche non hanno ricevuto risposta, forse attraverso l'ascolto delle risposte ad altre domande potrete risolvere o comprendere il vostro personale problema. Come ho detto, è molto importante sapere come ascoltare, ascoltare ogni cosa, non soltanto me, che non sono poi così importante. Ma se si sa come ascoltare, allora non c'è alcuna autorità, non c'è alcuna imitazione, perché in quell'ascolto

c'è grande libertà. Nel momento in cui sono incapace di ascoltare, creo resistenza e per demolire quella resistenza ho bisogno di ulteriori autorità, di ulteriori compulsioni. Ma se sappiamo come ascoltare senza interpretazioni, senza giudicare, senza complicare le cose, senza reagire in modo condizionato, se riusciamo a mettere da parte tutto ciò e ascoltare nostra moglie, i nostri figli, un vicino, i giornali con le loro terribili notizie e tutto ciò che accade intorno a noi, allora ogni cosa acquisterà uno straordinario significato, sarà una rivelazione. Siamo davvero prigionieri dei nostri giudizi, dei nostri personali pregiudizi, di ciò che vogliamo sapere, ma se riusciamo ad ascoltare, tutto può essere una rivelazione. Se possiamo realmente e tranquillamente ascoltare ciò che avviene nella nostra coscienza, i nostri impulsi, le varie passioni, le invidie, le paure, allora nasce quel silenzio di cui vi ho parlato in precedenza.

Domanda: Come è possibile un'azione collettiva quando ci sono così tanti interessi individuali divergenti?

Krishnamurti: Cosa intendiamo per azione collettiva? Occupiamoci innanzi tutto di questo, poi vedremo se abbiamo interessi fondamentalmente divergenti in conflitto con l'azione collettiva. Cosa intendiamo per azione collettiva? Fare qualcosa insieme, creare insieme, costruire un ponte, dipingere insieme, scrivere insieme una poesia o coltivare un terreno insieme? Un'azione comune sicuramente è possibile solo quando c'è un pensiero comune. Non si tratta tanto di azione collettiva, quanto di pensiero collettivo, il quale naturalmente produrrà un'azione comune. Ora, è possibile un pensiero comune? È ciò che tutti noi vogliamo. Tutti i governi, tutte le religioni, le filosofie organizzate, le credenze, tutti vogliono un pensiero comune. Dobbiamo essere tutti cristiani, comunisti o indù: allora il mondo sarebbe perfetto. Ora, è davvero possibile un pensiero collettivo? So che si può ottenere attraverso l'educazione, attraverso l'ordine sociale, attraverso il condizionamento economico, attraverso varie forme di disciplina, nazionalismi e così via; è possibile un pensiero collettivo in cui siamo tutti inglesi, tedeschi, russi o quel che volete. Grazie alla propaganda, all'educazione, alla religione, ci sono varie forme flessibili di pensiero comune. Poiché siamo individui e abbiamo personali idiosincrasie, particolari impulsi, stimoli e ambizioni, queste forme vengono rese sempre più rigide in modo che non ce ne allontaniamo affatto, perché se lo facciamo, veniamo eliminati, veniamo scomunicati, veniamo buttati fuori dal partito, il che significa che perderemo il lavoro. Quindi siamo tutti tenuti insieme, che ci piaccia o no, dalla struttura di un'ideologia e più diventa rigida, fissa, più siamo felici, rilassati, perché siamo sgravati da ogni responsabilità. Dunque ogni governo, ogni società, vuole indurci a pensare tutti allo stesso modo e anche noi vogliamo pensarla tutti allo stesso modo, perché allora ci sentiamo al sicuro, non è così? Ci sentiamo salvi. Abbiamo sempre paura di non dare una buona impressione, paura di ciò che la gente dice di noi, perché tutti vogliamo essere rispettabili. Così il pensiero collettivo diventa possibile e sotto la sua egida, quando c'è una crisi, ci aggreghiamo, come ad esempio in guerra, o quando ci sentiamo minacciati dal punto di vista religioso o politico. Ora, un simile condizionamento è forse creativo per l'individuo? Infatti, sebbene possiamo cedere a tale condizionamento, non siamo mai intimamente felici, in noi c'è sempre una resistenza perché nel piegarsi alla collettività non c'è libertà. La libertà dell'individuo diventa meramente verbale e l'individuo, per il

fatto di essere legato alle convenzioni, alle tradizioni, cerca sempre un modo di esprimersi e di realizzarsi attraverso l'ambizione. E dunque la società lo tiene a freno ancora di più e si crea un conflitto tra la società e l'individuo, un'eterna guerra. È possibile avere tutti una sola vocazione, non avere attitudini e interessi divergenti, ma uno solo comune: quello di comprendere cosa è vero, cosa è reale? Questa è sicuramente la vera vocazione di tutti noi, non quella di diventare ingegneri, marinai, soldati o avvocati; la vera vocazione sicuramente comune a tutti noi è trovare quella Realtà. Perché siamo essere umani che soffrono, che si interrogano e se grazie a una corretta educazione potessimo avere proprio sin dal principio quella vera vocazione, se grazie alla libertà potessimo trovare la Realtà, allora potremmo cooperare insieme in libertà, senza che pensieri collettivi ci inducano a farlo per mezzo di costanti condizionamenti. La vera azione creativa è possibile soltanto se noi esseri umani possiamo trovare la Realtà.

Domanda: Come può l'amore umano imperfetto divenire incorruttibile?

Krishnamurti: Può ciò che è corruttibile diventare incorruttibile? Può ciò che è brutto diventare bello? Può lo stupido diventare intelligente? Posso io, cosciente della mia stupidità, sforzarmi di diventare intelligente? Lo sforzo stesso di diventare intelligenti non è forse stupido? Infatti, fondamentalmente, sono stupido, sebbene possa imparare tutti i trucchi intelligenti; ancora sono essenzialmente stupido. Allo stesso modo, se il mio amore è corruttibile, lo voglio rendere puro, incorruttibile. Tuttavia non penso che sia possibile. Lo stesso divenire è una forma di corruzione. Tutto quello che posso fare è essere consapevole di tutte le implicazioni di questo amore, con le sue invidie, gelosie, ansie, paure, schiavitù e dipendenze. Lo sappiamo, sappiamo cosa intendiamo quando diciamo che amiamo, conosciamo l'enorme retroterra che giace dietro quella parola e vogliamo che diventi incorruttibile, vale a dire che di nuovo la mente, facendo qualcosa per amore, cerca di dare a ciò che è senza tempo la qualità del tempo. È mai possibile? Per favore osservatelo. Poiché la mente conosce le pene d'amore, le ansie, le incertezze, le separazioni, le paure, la morte, afferma che occorre trasformare questo amore, vuole farne qualcosa di incorruttibile. Proprio il desiderio di cambiarlo non rende forse l'amore qualcosa che appartiene alla mente, alla sensazione? La mente non può fare di qualcosa di già corrotto qualcosa di nobile ed è questo che noi cerchiamo sempre di fare, non è così? Sono invidioso e voglio essere non-invidioso. E allora lotto, perché la mente prova la sofferenza dell'invidia e vuole trasformarla. Sono violento ed è doloroso. Allora la mente vuole trasformare la violenza in non-violenza, che è sempre però nell'ambito temporale. Così non c'è mai libertà dalla violenza, dall'invidia, dal decadimento dell'amore. Sinché la mente fa dell'amore qualcosa di temporale, non può non esserci corruzione. Allora, è possibile l'amore umano? Lo scopriremo se comprendiamo il modo in cui la mente corrompe l'amore. È la mente che distrugge. L'amore non è corrotto. Ma è la mente che sente che non siamo amati, che sente l'isolamento, che è condizionata, che distrugge l'amore. Amiamo con la mente, non con il cuore. Occorre scoprire cosa significa, occorre investigare, approfondire, non soltanto ripetere le parole. Ma non si può capire senza comprendere l'intero significato della funzione della mente. Si deve arrivare a comprendere la coscienza dell'io nel suo complesso, così timorosa di non essere amata, oppure, se è amata, così ansiosa di tenersi quell'amore, e che dipende da un altro per la

sua sopravvivenza. Tutto questo fa parte della mente. L'io che afferma: "Devo amare Dio, la Verità", e così crea simboli e va in chiesa tutti i giorni o una volta a settimana o quel che sia, è ancora parte della mente. La mente corrompe qualsiasi cosa tocchi con i suoi meccanismi della memoria, dell'esperienza e della conoscenza. Dunque è molto importante, quando affrontiamo un problema del genere, scoprire come occuparcene. Possiamo farlo e generare quella qualità che è incorruttibile soltanto quando la mente, conoscendo la sua funzione, giunge a un termine. Soltanto allora, sicuramente, l'amore è incorruttibile.

Domanda: Non ci sono tante vie alla Realtà e a Dio quanti sono gli individui? E lo yoga o la disciplina non è una di queste?

Krishnamurti: Esiste un sentiero per l'inconoscibile? C'è sempre un sentiero per il conosciuto, ma non per il non-conosciuto. Se realmente lo abbiamo visto una volta, sentito nel cuore e nella mente, se abbiamo davvero visto la sua realtà, allora tutti i paradisi promessi dalle religioni e tutti i nostri personali desideri di trovare un sentiero per la Realtà crolleranno. Se si conosce la Realtà, così come si conosce la strada per tornare a casa propria, allora è molto semplice. Puoi costruire un sentiero in quella direzione. Puoi avere una disciplina, puoi obbligarti a realizzarla in varie forme di yoga, credenze, in modo da non deviare. Ma la Realtà è qualcosa di conosciuto? E se è conosciuta è reale? Sicuramente la Realtà è qualcosa che si manifesta di momento in momento, che può essere trovata nel silenzio della mente. Allora non c'è sentiero per la Verità, a dispetto di tutte le filosofie, perché la Realtà è l'inconoscibile, l'innominabile, l'impensabile. Ciò che puoi pensare della Verità è il risultato del tuo retroterra, della tua tradizione, della tua conoscenza, ma la Verità non è conoscenza, non è memoria, non è esperienza. Se la mente può creare un Dio, cosa che fa, sicuramente non si tratta di Dio, non è così? È soltanto una parola. La mente può pensare soltanto tramite parole, simboli, immagini e ciò che la mente crea non è il Reale. La parola è tutto ciò che conosciamo. Avere fede in quel Dio che la mente ha creato ovviamente ci dà una certa forza. Questo è tutto ciò che sappiamo. Abbiamo letto, siamo condizionati come cristiani, buddhisti, comunisti o come quello che volete, e quel condizionamento è tutto ciò che conosciamo. Esiste sempre un sentiero verso il conosciuto, ma non verso il non-conosciuto, e può condurci a esso una disciplina che è resistenza, repressione, sublimazione, sostituzione? Vogliamo trovare un sostituto del reale. Poiché non sappiamo come lasciare sorgere il Reale, pensiamo che giungerà attraverso il controllo, attraverso la virtù. Allora coltiviamo la virtù, che è di nuovo un'abitudine meccanica della mente. Così facciamo della virtù qualcosa che non ci libera dalla rispettabilità, dalla salvaguardia, dalla paura. Quando facciamo uso della disciplina, non c'è comprensione. Sicuramente, una mente disciplinata, controllata, strutturata, non potrà mai essere una mente libera, libera di indagare, di scoprire, di essere silenziosa. Infatti, tutto ciò che avrà imparato è rafforzare il processo del pensiero, che è una reazione della memoria a un'esigenza condizionata, nella speranza di ottenere in tal modo qualche felicità, chiamata Verità. Insomma, non riusciamo a vedere tutto questo? Come la coscienza e la mente operano; come l'io non smette mai di cercare, accumulare, trattenere, per sentirsi al sicuro; come non smette mai di progettare il paradiso o Dio, che è una sua creazione, che è frutto del suo bisogno

di salvezza, di unicità? Una mente simile ovviamente non può approdare al vero. Una mente repressa, che non ha mai guardato in se stessa, sempre spaventata da ciò che potrebbe trovare dentro di sé, sempre in fuga da 'ciò che è', una mente simile ovviamente non potrà mai trovare il non-conosciuto. Infatti il non-conosciuto nasce soltanto quando la mente non sta più cercando, non chiede più, non esige. Allora la mente, comprendendo pienamente il suo stesso processo nella sua interezza, giunge naturalmente a quel silenzio in cui si manifesta la Realtà creativa.

Primo discorso a Ojai 4 luglio 1953

Credo che sia particolarmente importante comprendere cos'è la conoscenza. La maggior parte di noi sembra così avida di conoscenza; acquisiamo in continuazione non solo proprietà, cose, ma anche idee. Passiamo da un maestro all'altro, da un libro all'altro, da una religione all'altra, da un dogma all'altro. Acquisiamo continuamente idee e crediamo che questa acquisizione sia importante per comprendere la vita. Quindi mi piacerebbe, se posso, approfondire il problema e vedere se il processo di accumulazione della mente generi libertà, e se la conoscenza possa risolvere qualsiasi problema umano. La conoscenza può risolvere problemi superficiali, meccanici, ma libera la mente radicalmente in modo che sia capace di percepire direttamente cos'è la verità? Sicuramente è molto importante comprendere la questione, perché nel comprenderla forse possiamo ribellarci alla mera metodologia, che costituisce un ostacolo, a meno che non si voglia ottenere qualche risultato meccanico. Sto parlando del processo psicologico della mente e del fatto se sia possibile generare la creatività individuale, che naturalmente è della più grande importanza, non è così? L'acquisizione di conoscenza, così come la concepiamo, genera creatività? Oppure, per accedere a quello stato creativo, la mente non deve forse essere libera da ogni processo di accumulazione? La maggior parte di noi legge libri, o va ad ascoltare conferenze, perché vuole comprendere. Quando abbiamo un problema, studiamo o andiamo da qualcuno per discuterne, sperando in tal modo di risolverlo o di capire qualcosa di nuovo. Cerchiamo sempre altre persone o esperienze, vale a dire essenzialmente conoscenze, nella speranza di risolvere molti problemi. Ci rivolgiamo agli interpreti, quelli che dicono di avere maggiore comprensione non soltanto di questi discorsi, ma anche di vari libri sacri. Sembriamo incapaci di affrontare i problemi da soli senza rivolgerci a qualcuno. Allora non è importante scoprire se la mente, nel suo processo di accumulazione, sia in grado di risolvere i problemi psicologici o spirituali? Non deve forse essere totalmente priva di occupazioni per essere in grado di percepire la verità di qualsiasi conflitto umano? Spero che avrete la pazienza di andare a fondo in questo problema, non soltanto come lo descrivo io, ma nella misura in cui ognuno di noi vi è coinvolto. Dopo tutto, perché siete qui? Ovviamente alcuni sono soltanto curiosi, e noi non ci confronteremo con loro, ma altri devono essere molto seri, e se siete seri, qual è l'intenzione dietro questa serietà? È comprendere ciò che sto dicendo e, se non lo comprendete, rivolgervi a un altro perché vi spieghi quanto è stato detto, in modo tale da generare un processo di strumentalizzazione? Oppure state ascoltando per scoprire se quanto dico sia vero in sé, non perché lo dico io o perché qualcun altro ve lo spiega? Sicuramente i problemi che discutiamo qui sono vostri problemi e se potrete

vederli e comprenderli da soli, li risolverete. Tutti abbiamo molti problemi e ovviamente deve avvenire un cambiamento, ma il cambiamento può essere provocato dal processo della mente? Sto parlando di un cambiamento fondamentale, non di una mera riforma sociale o economica. Sicuramente è la mente che ha creato i nostri problemi, e può allora risolvere i problemi che essa stessa ha creato? La soluzione di questi problemi risiede davvero nell'acquisizione di maggiore conoscenza, maggiori informazioni, nell'apprendimento di ulteriori tecniche, nuovi metodi, nuovi sistemi di meditazione, nel passare da un maestro all'altro? Tutto ciò è evidentemente molto superficiale. Allora non è forse importante scoprire cosa rende superficiale la mente, cosa causa superficialità? Per la maggior parte di noi è questo il problema, non è vero? Siamo molto superficiali, non sappiamo come andare a fondo nei conflitti e nelle nostre difficoltà, e più ci rivolgiamo a libri, metodi, pratiche, conoscenze acquisite, più diventiamo superficiali. Questo è evidente. Si possono anche leggere innumerevoli libri, tenere discorsi altamente intellettuali, accumulare grandi quantità di informazioni; ma se non si conosce come scavare in se stessi e scoprire la verità, come comprendere il processo della mente nella sua interezza, sicuramente tutti i propri sforzi condurranno soltanto a una maggiore superficialità. Allora, voi che ascoltate potete non rimanere soltanto a un livello superficiale, verbale, ma scoprire il processo del vostro personale pensiero e andare al di là della mente? Ciò che dico non è molto complicato. Sto soltanto descrivendo ciò che succede in ognuno di noi, ma se vivete a livello verbale e vi accontentate di descrizioni senza farne diretta esperienza, questi discorsi saranno completamente inutili. Vi rivolgerete allora a interpreti, a chi vi offrirà di spiegarvi cosa vado dicendo, ed è davvero sciocco. Meglio ascoltare direttamente qualcosa che andare da qualcun altro perché ve lo riferisca. È possibile arrivare alla fonte senza interpretazioni, senza nessuno che ci guidi nella ricerca? Se siamo guidati nella scoperta, non si tratta più di una scoperta, non è così? Per favore osservate questo punto. Per scoprire cosa sia vero, reale, non è necessaria alcuna guida. Quando venite guidati nella scoperta, non è più una scoperta: vedete semplicemente ciò che un altro vi ha indicato. Ma una scoperta fatta da soli è tutta un'altra esperienza, è originale, non è sovraccaricata dal passato, dal tempo, dalla memoria, è completamente libera da tradizioni, dogmi, credenze. Si tratta di una scoperta creativa, totalmente nuova, ma per arrivare a questa scoperta, la mente deve essere capace di penetrare al di là di tutti gli strati superficiali. Lo possiamo fare? Perché tutti i nostri problemi, politici, sociali, economici, personali, sono essenzialmente problemi religiosi. Sono riflessi dell'intimo problema morale. Se non risolviamo questo problema centrale, tutti gli altri si moltiplicheranno. Quel problema non può essere risolto seguendo qualcuno, leggendo qualche libro, praticando una tecnica. Nella scoperta della Realtà, metodi e sistemi sono completamente privi di valore, perché la scoperta deve essere fatta da noi stessi. La scoperta implica completa solitudine. La mente non può essere sola se vive di spiegazioni, di parole, se pratica un metodo o dipende dall'altrui versione del problema. Allora, se capiamo che sin dall'infanzia, l'educazione, il catechismo, l'ambiente sociale, tutto ha contribuito a renderci completamente superficiali, può la mente mettere da parte la sua superficialità, questo costante processo di acquisizione, per quanto negativo o positivo? Può la mente mettere tutto questo da parte ed essere, non spoglia,

ma nemmeno occupata: creativamente vuota, in modo da non farsi più problemi per poi cercarne la soluzione? Sicuramente è perché siamo superficiali che non sappiamo come andare veramente a fondo, come raggiungere grandi profondità in noi stessi, e pensiamo di poterle raggiungere attraverso l'apprendimento o ascoltando conferenze. Ora, cosa rende la mente superficiale? Per favore, non ascoltate soltanto me, ma osservate, siate coscienti del vostro pensiero quando vi viene posta una questione del genere. Cosa rende la mente superficiale? Perché la mente non può fare esperienza di qualcosa di vero, al di là delle sue proiezioni? Non è forse innanzi tutto la gratificazione, di cui siamo tutti in cerca, che rende la mente superficiale? Vogliamo essere gratificati a ogni costo, trovare soddisfazione, allora cerchiamo metodi per raggiungere tutto questo. Ma esiste mai qualcosa come la soddisfazione? Sebbene possiamo temporaneamente essere soddisfatti e cambiare l'oggetto della nostra soddisfazione a seconda dell'età, la soddisfazione dura in ogni momento? Il desiderio ne è continuamente in cerca, allora passiamo da una soddisfazione all'altra e poiché rimaniamo prigionieri di ogni nuova soddisfazione con tutte le complicazioni del caso, siamo di nuovo insoddisfatti e cerchiamo di divincolarci. Ci attacchiamo ad alcune persone, inseguiamo maestri, ci uniamo a gruppi, leggiamo libri, prediligiamo una filosofia dopo l'altra, ma il desiderio centrale è sempre lo stesso: essere soddisfatti, essere al sicuro, diventare qualcuno, ottenere risultati, raggiungere uno scopo. Non è forse questo processo nella sua interezza una delle principali cause della superficialità della mente? Dunque, la mente non è forse superficiale perché pensiamo in termini di acquisizione? La mente è costantemente occupata ad accumulare, o a liberarsi e spogliarsi di ciò che ha acquisito. C'è tensione tra acquisizione e spoliazione. Allora viviamo in tensione, ma questa tensione non contribuisce forse alla superficialità della mente? Che la mente sia incessantemente occupata dai suoi personali problemi, da qualche filosofia, da Dio, da idee, credenze o da ciò che dovrebbe o non dovrebbe fare, è un altro fattore che genera superficialità. Sino a quando la mente è assorbita, occupata, presa da qualcosa, non è forse superficiale? Sicuramente soltanto una mente non occupata, totalmente libera, che non è prigioniera di alcun problema, che non si occupa di se stessa, dei suoi risultati, delle sue sofferenze, delle sue gioie, dei suoi dispiaceri e della sua perfezione, soltanto una mente simile cessa di essere superficiale. Può la mente vivere di giorno in giorno, fare ciò che occorre, senza queste preoccupazioni? Nella maggior parte di noi, da che cosa è occupata la mente? Quando la osservate, quando ne siete consapevoli, da cosa è occupata la vostra mente? Si occupa di come perfezionarsi, di come essere in salute, di come ottenere un lavoro migliore, si domanda se sia o non sia amata, se faccia progressi, si occupa di come uscire da un problema senza cadere in un altro, si occupa di se stessa, non è così? Passa incessantemente da vette ad abissi. Può una mente che si occupa sempre di se stessa essere profonda? Non è proprio una delle nostre difficoltà, forse la maggiore il fatto che la nostra mente è diventata così superficiale? Quando sorge una qualunque difficoltà, corriamo da qualcuno che ci aiuti. Non abbiamo la capacità di andare a fondo, di fare scoperte. Noi non siamo ricercatori di noi stessi. Ma può la mente investigare, essere consapevole di sé, se è occupata da ogni sorta di problemi? I problemi che creiamo nella nostra superficialità non richiedono risposte superficiali, ma la comprensione di ciò che è vero. La mente, una volta conscia

delle cause della superficialità, non può forse comprenderle senza lottare contro di esse, senza cercare di rimuoverle? Perché la lotta costituisce un nuovo problema, un'altra occupazione che incrementa soltanto la superficialità della mente. Mettiamola in questo modo, se volete: se comprendo che la mia mente è superficiale, cosa farò? Comprendo la sua superficialità attraverso l'osservazione. Vedo come mi rivolgo ai libri, ai leader, all'autorità nelle sue varie forme, ai maestri, a qualche yogin, conoscete bene le molteplici forme in cui cerchiamo soddisfazione. Le comprendo. Ora, è mai possibile liberarmene senza sforzo, senza occuparmene, senza dire: "Devo eliminare tutto questo, per andare più a fondo, perché il mio pensiero sia più elevato"? Ciò significherebbe voler diventare qualcosa di più e non è questa forse la costante occupazione della mente e una delle cause primarie della sua superficialità? È ciò che tutti noi vogliamo: comprendere di più, avere più proprietà, avere cervelli migliori, giocare una partita migliore, apparire più belli, essere più virtuosi, sempre di più, di più, di più. E sino a quando la mente è occupata con il 'di più', può mai comprendere 'ciò che è'? Ascoltate per favore. Quando la mente è in cerca del 'di più', del 'meglio', è incapace di comprendere se stessa così com'è. Non può comprendere il suo stato attuale, giacché pensa continuamente ad acquisire di più, ad andare oltre, a ottenere maggiori risultati. Ma quando la mente percepisce cosa è effettivamente, senza confronti o giudizi, allora c'è la possibilità di essere profondi, di andare oltre. Sino a quando si è occupati con il 'di più' a ogni livello di coscienza, ci sarà necessariamente superficialità e una mente superficiale non può mai scoprire cos'è Reale, non può mai conoscere la Verità, Dio. Può concentrarsi su un'immagine di Dio, può immaginare, speculare e partorire speranze, ma questa non è Realtà. Ciò di cui si ha bisogno, sicuramente, non è una nuova tecnica, un nuovo gruppo sociale e religioso, ma individui che siano capaci di andare oltre la superficialità. Ma non si può andare oltre la superficialità, se la mente è occupata con il 'di più' o con il 'di meno'. Se la mente è occupata dall'avere più o meno proprietà, se la proprietà è la sua occupazione, allora ovviamente si tratta di una mente molto superficiale e sciocca e la mente che è occupata a diventare più virtuosa è ugualmente sciocca, perché si occupa di se stessa e delle sue acquisizioni. Dunque la mente è il risultato del tempo, che è il processo del 'di più'. La mente non potrebbe essere consapevole di questo processo ed essere ciò che è, senza cercare per questo di cambiare se stessa? Sicuramente la trasformazione non è generata dalla mente. La trasformazione avviene quando la Verità viene vista e la verità non è il 'di più'. La trasformazione, che è la sola vera rivoluzione, è nelle mani della Realtà, non nella sfera della mente. Non è forse importante allora, per ognuno di noi, non soltanto ascoltare questi discorsi, ma essere consapevoli di noi stessi, rimanere in quello stato di consapevolezza senza cercare interpreti o guide e senza desiderare qualcosa di più? In quello stato di consapevolezza, nel quale non ci sono scelte, condanne, giudizi, vedrete cosa accade, conoscerete il processo della mente come è effettivamente, e quando la mente in questo modo è consapevole di se stessa, diventa calma, senza occupazioni, silenziosa. Soltanto in questa quiete c'è la possibilità di vedere cosa è vero, cosa genera una radicale trasformazione.

Domanda: Perché in questo paese sembriamo avere così poco rispetto per chiunque?

Krishnamurti: Mi domando in quale paese si nutra rispetto per gli altri? In India si

saluta con grande riverenza, si offrono ghirlande e fiori, ma poi si maltrattano i vicini, i servi e gli animali. Si tratta di rispetto? Qui come in Europa, si rispetta chi possiede una macchina costosa e una grande casa. Si rispetta coloro che sono considerati superiori e si disprezzano gli altri. Ma non è forse questo il problema? Vogliamo tutti sentirci uguali alle persone di rango sociale più elevato, non è così? Vogliamo essere alla pari con le persone famose, ricche, potenti. Più una civiltà è industrializzata, più si crede che il povero possa diventare ricco, che chi vive in una baracca possa diventare presidente, allora è naturale che non ci sia rispetto per tutti. Penso che, se riusciamo a comprendere il problema dell'uguaglianza, potremo allora comprendere la natura del rispetto. Ora c'è uguaglianza? Sebbene i vari governi, che siano di destra o di sinistra, sottolineino che siamo tutti uguali, lo siamo davvero? Voi avete un intelletto più fine, capacità maggiori, più doti di me, qualcuno sa dipingere mentre io non lo so fare, altri sono inventori mentre io sono soltanto un operaio: ci potrà mai essere uguaglianza? Ci può essere uguaglianza di opportunità. Ci sarà la possibilità per entrambi di comprare una macchina. Ma questa è uguaglianza? Sicuramente il problema non è come arrivare all'uguaglianza economica, ma scoprire se la mente può essere libera da questo senso di superiorità e inferiorità, dall'adorazione per l'uomo che ha molto e dal disprezzo per l'uomo che ha poco. Penso sia questo il problema. Guardiamo dal basso vero l'alto quelli che possono aiutarci, che possono darci qualcosa, e dall'alto in basso quelli che non possono. Rispettiamo il capo, chi può offrirci una migliore posizione, un ruolo in politica, oppure il prete, che è un altro genere di capo nel cosiddetto mondo spirituale. Guardiamo dunque sempre dall'alto in basso o dal basso in alto: può allora la mente liberarsi da questo stato di disprezzo e falso rispetto? Osservate semplicemente la vostra mente, le vostre parole, e scoprirete che non c'è rispetto sino a quando provate questo senso di superiorità e inferiorità. Allora, faccia pure il governo tutto quello che può per promuoverla, ma non ci sarà mai vera uguaglianza, perché tutti abbiamo diverse capacità, diverse attitudini. Ci può essere però un sentimento molto diverso, che è forse un sentimento di amore, nel quale non c'è disprezzo, giudizio, senso di superiorità o inferiorità, non c'è chi dà né chi riceve. Per favore, non sono solo parole né sto descrivendo uno stato cui ambire. L'ambizione crea un problema: "Come posso raggiungere questo?", il che induce nuovamente a un atteggiamento superficiale. Ma quando per una volta percepisci il tuo atteggiamento e sei consapevole delle attività della mente, allora forse nasce un sentimento diverso, un sentimento di affetto, e non è forse ciò che conta? Quel che che conta non è perché alcune persone provano rispetto e altre no, ma risvegliare quel sentimento, quell'affetto, quell'amore, comunque lo si voglia chiamare, nel quale questo senso dell'alto e del basso cessi totalmente. E non è un'utopia, non è uno stato per il quale lottare, qualcosa che deve essere praticato giorno per giorno sino a quando infine si realizzerà. Penso sia importante semplicemente ascoltarlo, esserne consapevoli come si guarderebbe un bel quadro o un bell'albero o si ascolterebbe il canto di un uccello. Se si ascolta veramente, il fatto stesso di ascoltare, di percepire genera qualcosa di radicale. Ma la mente interferisce, frapponendo i suoi innumerevoli problemi, e sorge il conflitto tra 'ciò che è' e 'ciò che dovrebbe essere'; allora introduciamo gli ideali e l'imitazione di quegli ideali, non scopriremo dunque mai da soli lo stato in cui non c'è desiderio di avere di più e quindi

nemmeno disprezzo. Sino a quando cercheremo appagamento, non ci sarà rispetto né amore. Sino a quando la mente vorrà soddisfare se stessa in qualcosa, ci sarà ambizione. E proprio perché la maggior parte di noi è ambiziosa in diversi ambiti, a differenti livelli, questo sentimento, che non è di uguaglianza ma di affetto, di amore, è impossibile. Non sto parlando di qualcosa di sovrumano, ma penso che se si riesce a comprendere realmente l'ambizione, il desiderio di diventare migliori, di appagamento, di successo, di visibilità, se ci si riesce a convivere, a conoscerne tutte le implicazioni, a osservare tutto ciò come ci si guarderebbe allo specchio, per vedersi così come si è, senza condannarsi: se si riesce in questo, che è l'inizio della conoscenza di sé, della saggezza, allora si può manifestare questo affetto.

Domanda: La paura è una qualità della mente identificabile, separata o è la mente stessa? Può essere eliminata dalla mente o giunge a un termine soltanto quando la mente stessa cessa? Se questa domanda risulta confusa posso porla in altri termini: la paura è sempre un male da superare o è a volte un bene necessario sotto mentite spoglie?

Krishnamurti: Ora che è stata posta la domanda, cerchiamo di scoprire insieme cos'è la paura e se è possibile sradicarla. Oppure, come suggerisce chi ha posto la domanda, se la paura possa essere una benedizione sotto mentite spoglie. Scopriremo la verità, ma per farlo, sebbene sia io a parlare, dovete investigare la vostra paura personale e vedere come sorge. Esistono diversi generi di paura, non è vero? La paura esiste a diversi livelli del nostro essere: c'è la paura del passato, del futuro e del presente, che è la vera e propria ansia del vivere. Ora, che cos'è la paura? Non riguarda forse proprio la mente, il pensiero? Penso al futuro, alla vecchiaia, alla povertà, alla malattia, alla morte e questo scenario mi spaventa. Il pensiero si figura un quadro che suscita ansia nella mente, quindi è il pensiero stesso a suscitare la paura, non è così? Ho fatto qualche sciocchezza e non voglio badarci, voglio evitare la questione, ne temo le conseguenze. Questo è di nuovo un processo del pensiero, giusto? Voglio riconquistare la felicità della giovinezza. Magari ho visto qualcosa ieri sulla montagna assolata che ora mi sfugge e voglio coglierne di nuovo la bellezza. Oppure voglio essere amato, voglio soddisfazione, voglio avere successo, voglio diventare qualcuno: allora nasce l'ansia, la paura. Il pensiero è desiderio, memoria, e le sue reazioni generano paura, non è così? Per timore del domani, della morte, dell'ignoto, cominciamo a inventare teorie: che rinasceremo, che diventeremo perfetti attraverso l'evoluzione, e in queste teorie la mente trova rifugio. Giacché cerchiamo continuamente sicurezza, costruiamo chiese intorno alle speranze, alle credenze e ai dogmi, per i quali siamo pronti a combattere, e tutto questo è ancora un processo del pensiero, non è così? Allora, se non riusciamo a superare la paura, i nostri blocchi psicologici, chiediamo aiuto a qualcuno. Sino a quando penserò in termini di successo, soddisfazione, e cercherò di evitare il divenire e il morire, sarò sempre prigioniero della paura, non è vero? Il processo del pensiero come lo conosciamo, con il conseguente desiderio di successo, di non essere soli, vuoti, questo stesso processo è la sede della paura. Allora la mente, che si occupa sempre di se stessa, che è il prodotto delle sue stesse paure, potrà mai risolvere il problema della paura? Supponiamo che una persona sia spaventata e conosca le varie cause della sua paura, può forse quella stessa mente

che ha prodotto la paura liberarsene con i suoi strumenti? Sino a quando la mente si occupa della paura, di come disfarsene, di cosa fare o non fare per superarla, potrà mai esserne libera? Sicuramente la mente potrà liberarsi dalla paura soltanto quando non se ne occuperà più, che non significa sfuggirle o cercare di ignorarla. Innanzi tutto è necessario essere pienamente consapevoli di essere spaventati. La maggior parte di noi non ne è pienamente consapevole. Siamo solo vagamente coscienti della paura e se ci troviamo faccia a faccia con essa, siamo terrorizzati, scappiamo e ci gettiamo in varie attività che provocano soltanto ulteriori danni. Poiché la mente stessa è il prodotto della paura, qualsiasi cosa faccia per rigettarla non fa che incrementarla ancora di più. Allora si può esserne semplicemente consapevoli senza occuparsene, senza giudicarla e cercare di cambiarla? Essere consapevoli della paura senza condannarla non significa accettarla, tenersela dentro. Essere consapevoli della paura senza operare scelte significa guardarla soltanto, sapere che c'è la paura e vederne la verità: questo la dissolve. La mente non può dissolvere la paura attraverso la propria azione: occorre che rimanga molto quieta, occorre che sappia e non agisca. Per favore, ascoltate quanto vi sto dicendo. Occorre sapere che si è spaventati, esserne pienamente coscienti, senza alcuna reazione, senza alcun desiderio di cambiare le cose. Il cambiamento, la trasformazione non possono essere generati dalla mente, ma avvengono soltanto con la percezione della verità. Senonché la mente non può percepire ciò che è vero se è occupata dalla paura, se la condanna o desidera liberarsene. Qualsiasi azione della mente riguardo alla paura la incrementa soltanto o aiuta la mente a sfuggirle. C'è libertà dalla paura soltanto quando la mente, pienamente consapevole delle sue paure, non si attiva di fronte a esse. Allora si manifesta uno stato del tutto diverso, che la mente non può concepire o inventare. Per questo è così importante comprendere il processo della mente, non come fa qualche filosofo, analista o maestro religioso, ma così come funziona in te stesso, di momento in momento, in tutte le tue relazioni: quando sei tranquillo, quando cammini, quando ascolti qualcuno, quando accendi la radio, leggi un libro o conversi a tavola. Essere pienamente consapevoli di se stessi senza operare scelte significa mantenere la mente straordinariamente all'erta e in questa consapevolezza c'è conoscenza di sé, l'inizio della saggezza. La mente che lotta contro la paura, che la analizza, non se ne libererà, ma quando c'è consapevolezza senza azione la paura non esiste.

Primo discorso ad Amsterdam 26 maggio 1955

Vorrei gentilmente proporvi di osservare un problema piuttosto difficile che di sicuro riguarda tutti noi e con cui tutti ci siamo confrontati: il cambiamento. Sento che occorre andare a fondo per comprenderlo complessivamente. Ci accorgiamo che occorre un cambiamento che implica l'esercizio della forza di volontà in varie forme. Si tratta anche di chiedersi cosa vogliamo cambiare e cosa vogliamo diventare. Mi sembra che occorra approfondire la questione senza accontentarsi di una risposta superficiale. Infatti vi è implicato qualcosa di molto significativo che richiede una certa forma di attenzione, che spero vorrete dargli. Per la maggior parte di noi è molto importante cambiare: sentiamo che è necessario. Siamo insoddisfatti così come siamo, almeno lo è la maggior parte delle persone serie e riflessive, e quindi vogliamo cambiare, ne riconosciamo la necessità. Ma

non penso che ne vediamo l'intero significato e mi piacerebbe parlarne con voi. Se posso darvi un consiglio, per favore ascoltate, senza affrettarvi a trarre conclusioni definitive, senza aspettarvi alcuna risposta esaustiva, ma in modo tale che approfondendo la questione insieme possiamo comprendere il problema nel suo complesso. Ogni forma di sforzo che facciamo per provocare un cambiamento implica l'adesione a un certo modello, a un certo ideale, l'esercizio della volontà, un desiderio da realizzare. Cambiamo a causa delle circostanze, sollecitati dall'ambiente, per necessità, oppure ci discipliniamo per cambiare secondo un ideale. Sono queste le forme di cambiamento di cui siamo consapevoli: il cambiamento a causa di circostanze che ci costringono a modificarci, ad adattarci, a conformarci a un certo modello sociale, religioso o familiare, o il cambiamento attraverso l'autodisciplina secondo un ideale. In tale disciplina c'è conformismo: sforzo di uniformarsi a un determinato sistema di pensiero, per raggiungere un determinato ideale. La maggior parte di noi ha familiarità con il cambiamento provocato dall'esercizio della volontà, dalla costrizione. Si tratta di un cambiamento che avviene attraverso la paura, reso necessario dalla sofferenza. È una modificazione, una continua lotta per conformarci a un modello che abbiamo scelto o che la società ci ha imposto. Questo è ciò che chiamiamo 'cambiamento' e ne siamo prigionieri. Ma si tratta davvero di cambiamento? Credo sia importante capirlo, in qualche modo analizzarlo, per penetrare nell'anatomia del cambiamento, per comprendere che cosa ci spinge a volere cambiare. Infatti tutto questo implica conformismo conscio o inconscio, piegarsi consciamente o inconsciamente a un certo modello, per necessità, per convenienza. Così ci accontentiamo di un cambiamento che è solo una modificazione, che è soltanto un aggiustamento esteriore. Indossiamo un nuovo indumento di colore diverso, ma rimaniamo intimamente gli stessi. Allora vorrei continuare a parlarne, per scoprire se questo sforzo porta realmente a un vero cambiamento in noi. Il nostro problema è come provocare una rivoluzione interiore che non sia mera adesione a un modello o un adattamento causato dalla paura oppure un grande sforzo di volontà per diventare qualcosa. È questo il nostro problema, non è così? Noi tutti vogliamo cambiare, ne riconosciamo la necessità, a meno che non siamo del tutto ciechi e conservatori e quindi non intendiamo affatto mettere in discussione gli schemi della nostra esistenza. Sicuramente i più seri sono interessati a come provocare in noi stessi e quindi nel mondo una radicale trasformazione. Dopo tutto non siamo in alcun modo separati dal resto del mondo. Il nostro problema è il problema del mondo. Con ciò che siamo, con questo costruiamo il mondo. Allora, se come individui possiamo comprendere la questione dello sforzo e del cambiamento, saremo forse capaci, se è possibile, di provocare un radicale cambiamento senza alcun esercizio della volontà. Spero che il problema sia chiaro. Ovvero, sappiamo che il cambiamento è necessario. Ma in cosa dobbiamo cambiare? E come si può generare questo cambiamento? Sappiamo che il cambiamento che in genere riteniamo necessario è sempre frutto di uno sforzo di volontà. Sono 'questo' e devo diventare qualcos'altro. Il 'qualcos'altro' è già nella nostra mente come progetto, è una meta cui aspiriamo, è un ideale da soddisfare. Sicuramente tendiamo a considerare il cambiamento come un costante adattamento: volontario, oppure causato dalla sofferenza o dall'esercizio della volontà. Ciò implica uno sforzo costante, la reazione a un

certo desiderio, a un certo condizionamento, non è così? In questo modo il cambiamento è solo la continuazione di ciò che era, in una forma modificata. Entriamo nel merito. Io sono qualcosa e voglio cambiare. Allora scelgo un ideale e in accordo con quest'ideale cerco di trasformare me stesso, esercito la mia volontà, la disciplina, faccio violenza a me stesso. Di conseguenza c'è una continua battaglia tra ciò che sono e ciò che dovrei essere. Ciò è familiare a tutti noi. Ma l'ideale cui penso di dovermi adeguare non è semplicemente l'opposto di ciò che sono? Non è semplicemente la reazione a ciò che sono? Sono arrabbiato e proietto un ideale di pace, di amore, al quale cerco di conformarmi e così c'è una lotta continua. Ma l'ideale non è il reale, è la proiezione di ciò che vorrei essere, è il risultato della mia sofferenza, del mio dolore, del mio retroterra. Allora l'ideale non ha alcun significato. È soltanto il risultato del desiderio di essere qualcosa che non sono. Sto soltanto lottando per raggiungere qualcosa che vorrei essere, si tratta dunque ancora di un'azione all'interno di uno schema che include il sé. È così, non è vero? Sono 'questo' e vorrei essere 'quello', ma la lotta per essere qualcosa di diverso è ancora entro gli schemi dei miei desideri. Allora, i nostri discorsi sulla necessità del cambiamento non sono forse molto superficiali, se non scopriamo prima il profondo processo della nostra mente? Sino a quando ho un motivo per cambiare, si tratta di vero cambiamento? Ho motivo di trasformare la rabbia in pace. Infatti, ritengo che lo stato di pace sia molto più piacevole, conveniente e felice, perciò lotto per realizzarlo. Ma è ancora negli schemi dei miei desideri e allora non c'è affatto cambiamento. Ho solo sostituito la parola 'pace' con la parola 'rabbia', ma essenzialmente sono sempre lo stesso. Allora il problema è come generare un cambiamento al centro e non perpetrare questo continuo adattamento a un modello, a un'idea, per paura, per compulsione, attraverso l'influenza dell'ambiente, non è così? È possibile generare un cambiamento radicale proprio al centro? Se c'è un cambiamento spontaneo a questo livello non sarà più necessaria alcuna forma di adattamento. Costrizione, sforzo, disciplinarsi in accordo a un ideale, si rivelano processi falsi e inutili, giacché implicano una lotta continua, una costante battaglia tra ciò che si è e ciò che si dovrebbe essere. Ora, è possibile provocare un cambiamento al centro? Dove per centro si intende il sé, l'io che acquisisce incessantemente, che cerca continuamente di conformarsi e adattarsi ma rimane essenzialmente lo stesso. Spero di chiarire il problema. Ogni sforzo conscio, volontario, di cambiare è la mera continuazione, in una forma modificata, di ciò che era, non è così? Sono avido e cerco deliberatamente, a livello conscio, di cambiare l'avidità in non-avidità, ma quello sforzo non è forse ancora il prodotto del sé, dell'io, e perciò non si verifica affatto un cambiamento? Quando compio uno sforzo consciamente per non essere avido, quello sforzo conscio è sicuramente il risultato di un'altra forma di avidità. Tuttavia è su questo che sono basate tutte le nostre discipline, tutti i nostri sforzi per cambiare. O cambiamo consciamente, o ci sottomettiamo a un modello sociale o siamo spinti dalla società a conformarci: sono tutte diverse forme di sforzo volontario da parte nostra per divenire qualcos'altro. Allora, quando c'è uno sforzo volontario per cambiare, è evidente che il cambiamento consisterà semplicemente nel conformarsi a un diverso modello e sarà ancora parte del processo che include il sé, perciò non sarà affatto cambiamento. Allora posso vedere la verità, posso comprendere, capire il pieno significato del fatto che

ogni sforzo conscio per essere diverso da ciò che sono produce soltanto ulteriore sofferenza, dispiacere e dolore? Provate a seguire questa argomentazione: mi è possibile smettere di essere ambizioso, avido, invidioso, collerico e tutto quello che volete, senza sforzo, senza l'esercizio della volontà? Se cambio a livello cosciente, se la mia mente si occupa della sua avidità e prova a trasformarla in non-avidità, manifesta evidentemente una nuova forma di avidità. Infatti la mente è occupata, è interessata a divenire qualcosa. Allora, è possibile cambiare al centro di tutto questo processo di ambizione, senza alcuna azione a livello cosciente da parte della mente per divenire non-ambiziosa? Allora il problema è: se sono avido, come posso trasformarmi? Sento, vedo molto chiaramente che ogni sforzo di cambiare è parte del desiderio del sé conscio di non essere avido, ambizioso: che è di nuovo ambizione. Allora cosa fare? Come provocare un cambiamento al centro? Se comprendo la verità che ogni sforzo conscio è un'altra forma di avidità, se lo comprendo veramente, se ne afferro pienamente il significato, allora cesserò di fare qualsiasi sforzo a livello conscio, non è cosi? Smetterò di esercitare la volontà a livello conscio per trasformare la mia avidità. Questa è la prima cosa. Capirò infatti che ogni sforzo a livello conscio, ogni azione della volontà, è un'altra forma di avidità, perciò una volta che l'avrò del tutto compreso cesserà ogni pratica volontaria per raggiungere lo stato privo di avidità. Se l'ho capito, cosa succede? Se la mia mente non lotterà più per trasformare la sua avidità sospinta da costrizioni, sanzioni morali, minacce religiose, regole sociali e tutto il resto, allora cosa le accadrà? Come guardo l'avidità? Spero che mi seguiate, perché è molto interessante vedere come funziona la mente. Quando crediamo che stiamo cambiando, stiamo soltanto cercando di adattarci, di conformarci, disciplinandoci secondo un ideale, e in realtà non avviene alcun cambiamento. È una scoperta incredibile, una grande rivelazione. Una mente occupata a non essere avida è una mente avida. Prima era occupata dalla sua avidità, ora è occupata dalla sua non-avidità. È sempre occupata, e proprio nel fatto di essere occupata consiste la sua avidità. Ora, è possibile che la mente sia non-occupata? Spero che mi seguiate, perché, vedete, tutte le nostre menti sono occupate, occupate con qualcosa, occupate da Dio, dalla virtù, da ciò che la gente dice o non dice, da domandarsi se siamo amati o no. La mente è sempre occupata. Prima era occupata dall'avidità e ora lo è dalla non-avidità, ma è ancora occupata. Allora il problema in realtà è: può la mente non essere occupata? Perché, se non è occupata, può evitare il problema dell'avidità, e non cercare soltanto di trasformarla nel suo contrario. La mente che è stata occupata dall'avidità può, senza cercare di ribaltarla nel suo contrario, che è un'altra occupazione della mente, cercare di porre fine a ogni occupazione? Certo che può, ma soltanto quando vede la verità che l'avidità e la non-avidità provocano lo stesso stato di occupazione della mente. Sino a quando la mente è occupata da qualcosa, ovviamente non può esserci cambiamento. Che si occupi di Dio, di virtù, di vestiti, di amore, di maltrattamento degli animali, della radio, è lo stesso. Non esistono occupazioni di alto livello e di basso livello. Ogni occupazione è essenzialmente la stessa. La mente, grazie alle sue occupazioni, fugge da se stessa. Scappa attraverso l'avidità, scappa attraverso la non-avidità. Allora può la mente, nel vedere questo processo complesso, porre fine alle sue occupazioni? Penso che il problema sia tutto qui. Infatti, quando la mente non è occupata, è fresca,

chiara, capace di incontrare qualsiasi problema in modo nuovo. Quando non è occupata allora è fresca ed è in grado di evitare l'avidità grazie a un'azione completamente diversa. Allora la nostra domanda, la nostra ricerca, la nostra esplorazione consiste nel chiederci se la mente può essere non occupata? Per favore non saltate subito alle conclusioni. Non dite che allora deve essere una mente assente, vuota, persa. Stiamo investigando, perciò non ci può ancora essere alcuna conclusione, alcuna affermazione definitiva, alcuna supposizione, teoria o speculazione. La mente può non essere occupata? Se dite: "Come può la mente raggiungere uno stato in cui non ha alcuna occupazione?", quel 'come raggiungerlo' diventa un'altra occupazione. Per favore, vedete la semplicità e perciò la verità di questo fatto. È molto importante che comprendiate come ascoltate tutto questo, come ascoltate queste affermazioni. Si tratta soltanto di affermazioni, che non dovreste né accettare né rifiutare. Sono solo fatti. Come ascoltate questo fatto? Lo condannate? Dite che è impossibile? Dite: "Non comprendo ciò di cui stai parlando, è troppo difficile, troppo astratto"? Oppure ascoltate per scoprire la verità? Per vedere la verità senza alcuna distorsione, senza tradurre il fatto in una vostra personale e particolare terminologia o in una vostra fantasia? È sufficiente semplicemente guardare con chiarezza, essere pienamente coscienti di ciò che viene detto. Allora scoprirete che la mente non è più occupata, perciò è fresca e quindi capace di incontrare il problema del cambiamento nella sua interezza, in modo completamente diverso. Non importa se il cambiamento viene provocato a livello cosciente o inconscio. Il cambiamento cosciente implica uno sforzo, ma anche il tentativo inconscio di generare un cambiamento implica uno sforzo, un conflitto. Sino a quando ci saranno lotta e conflitto, il cambiamento sarà semplicemente qualcosa di forzato e non ci sarà alcuna comprensione, perciò non si verificherà affatto un cambiamento. La mente è dunque capace di incontrare il problema del cambiamento, per esempio dell'avidità, senza sforzi, semplicemente guardando le implicazioni complessive dell'avidità? Infatti non potrete vedere tutto il contenuto dell'avidità sin quando cercherete di cambiarla. Un reale cambiamento può avvenire soltanto quando la mente giunge fresca al problema, priva di tutti gli annosi ricordi dei migliaia di giorni passati. Ovviamente non possiamo avere una mente fresca e attenta se la mente è occupata, e la mente cessa di esserlo solo quando vede la verità della sua occupazione. Non potete vedere la verità se non gli prestate totale attenzione, se state traducendo quanto detto in qualcosa di conciliante, nei vostri termini. Dovete arrivarci in modo nuovo, con mente fresca e una mente non è fresca quando è occupata, consciamente o inconsciamente. Questa trasformazione avviene realmente quando la mente comprende il proprio processo nella sua interezza. Dunque la conoscenza di sé è essenziale, non secondo quanto ne dice la psicologia o qualche libro, ma la conoscenza di sé che si scopre momento per momento. La conoscenza di sé non si può accumulare e depositare nella mente sotto forma di ricordi, perché se la accumulate, la immagazzinate, ogni esperienza nuova verrà tradotta alla luce dei vecchi ricordi. Allora la conoscenza di sé è uno stato in cui ogni cosa viene osservata, sperimentata, compresa e lasciata andare, non nella memoria, ma abbandonata, in modo che la mente rimanga fresca e attenta.

Domanda: Il mondo in cui viviamo è confuso e anche io sono confuso. Come liberarsi

da questa confusione?

Krishnamurti: Essere coscienti della propria confusione è una delle cose più difficili per l'essere umano, non soltanto superficialmente, ma realmente. Non lo si ammette mai. Speriamo sempre che si faccia chiarezza, si apra uno spiraglio attraverso il quale si farà strada la comprensione, quindi non ammetteremmo mai di essere davvero confusi. Non ammetteremo mai che siamo avidi, che siamo arrabbiati, e così via. Troviamo sempre scuse, giustificazioni. Ma ammettere veramente: "Sono confuso" è una delle cose più importanti per conoscere se stessi. Non siamo forse tutti confusi? Se ci fosse veramente chiarezza in voi, se sapeste cosa è vero, non sareste qui, non andreste a caccia di maestri, non leggereste libri, non seguireste scuole di psicologia, non andreste in chiesa, in cerca di un prete, di un confessore, e via dicendo. Sapere da sé che si è confusi è veramente una cosa straordinariamente difficile. Si tratta della prima cosa, sapere che si è confusi. Ora, cosa accade quando si è confusi? Ogni tentativo di diventare non-confusi è ancora confusione. Per favore seguitemi. (Mormorio di divertimento). Per favore ascoltate con calma e capirete. Quando una mente confusa fa uno sforzo per essere non-confusa, questo stesso sforzo è il risultato della confusione, non è così? Perciò, qualsiasi cosa faccia, qualsiasi cosa insegua, qualsiasi attività, qualsiasi religione o libro scelga, essa è ancora in uno stato di confusione, per questo non può capire. Le sue guide, i suoi preti, le sue religioni, le sue relazioni, tutto risulterà confuso. Questo è ciò che accade nel mondo, non è così? Avete scelto i vostri leader politici, religiosi, proprio per la vostra confusione. Se comprendiamo che qualsiasi azione nata dalla confusione è ancora confusa, allora innanzi tutto dobbiamo interrompere ogni azione, cosa che la maggior parte di noi non è disposta a fare. La mente confusa in azione crea soltanto ulteriore confusione. Potete ridere, sorridere, ma di fatto non vi accorgete che siete confusi e che perciò dovete smettere di agire. Sicuramente questa è la prima cosa. Se mi sono perso in un bosco, non mi metto a gironzolare di qua e di là. Rimango calmo. Se sono confuso, non cerco una guida, non continuo a chiedere che qualcuno mi tiri fuori dalla confusione. Perché qualsiasi domanda io faccia o risposta io riceva, verrà tradotta dalla mia confusione, per cui non otterrò alcuna risposta. Penso sia molto difficile comprendere che quando si è confusi occorre sospendere qualsiasi attività a livello psicologico. Non mi riferisco alle attività esteriori, andare a lavoro e così via, ma a quelle interiori, a livello psicologico. Occorre vedere la necessità di porre fine a ogni ricerca, a ogni inseguimento, a ogni desiderio di cambiare. Solo se la mente confusa si asterrà da ogni movimento, dalla sua quiete nascerà la chiarezza. Senonché è molto difficile per la mente confusa non cercare, non chiedere, non pregare, non scappare, e rimanere semplicemente nella confusione investigandone la natura e le cause. Soltanto allora scoprirò come sorge la confusione. La confusione nasce quando non comprendo me stesso, quando i miei pensieri sono guidati dai preti, dai politici, dai giornali, da ogni libro di psicologia che leggo. La contraddizione sorge, in me e nelle persone che seguo, quando c'è imitazione, quando c'è paura. È dunque importante, se volete portare chiarezza nella confusione, comprenderne il processo in voi stessi. Per questo si deve fermare ogni inseguimento a livello psicologico. Soltanto allora la mente, attraverso la comprensione di se stessa, giunge a una chiarezza tale da essere consapevole di tutto il processo dei suoi pensieri e delle sue motivazioni.

Una mente simile diventa molto chiara, semplice e diretta.

Domanda: Potresti chiarire per favore cosa intendi per consapevolezza?

Krishnamurti: Semplicemente consapevolezza! Consapevolezza dei tuoi giudizi, pregiudizi, attrazioni e avversioni. Quando osservi qualcosa, ciò che vedi è il risultato del confronto, della condanna, del giudizio, della valutazione, non è così? Quando leggi qualcosa, stai giudicando, criticando, condannando, approvando. Essere consapevoli significa vedere proprio sul momento tutto questo processo costituito da giudizi, valutazioni, conclusioni, conformismi, accettazioni, negazioni. Ora, si può essere consapevoli senza tutto questo? Attualmente ciò che conosciamo è il processo di valutazione che è frutto dei condizionamenti, del retroterra, delle influenze religiose, morali ed educative. La cosiddetta consapevolezza è il risultato della memoria, memoria come 'io', che sia olandese, indù, buddhista, cattolico o quant'altro. È l'io (i ricordi, la famiglia, le proprietà, le qualità), che guarda, giudica e valuta. Tutto questo ci è alquanto familiare, se stiamo molto attenti. Ora, ci può essere consapevolezza senza tutto questo, senza il sé? È possibile osservare semplicemente senza condannare, è possibile osservare soltanto il movimento della mente, della propria mente, senza giudicare, valutare, senza dire 'è bene' o 'è male'? La consapevolezza che sorge dal sé, che è consapevolezza della valutazione, del giudizio, crea sempre dualismo, conflitto tra gli opposti, tra 'ciò che è' e 'ciò che dovrebbe essere'. In questa consapevolezza c'è giudizio, paura, valutazione, condanna, identificazione. Non è altro che la consapevolezza del sé, dell'io con tutte le sue tradizioni, ricordi eccetera. Tale consapevolezza crea un conflitto tra chi osserva e l'osservato, tra ciò che sono e ciò che dovrei essere. È possibile essere consapevoli senza questo processo di condanna, giudizio e valutazione? È possibile guardare a me stesso, quali che siano i miei pensieri, e non condannare, non giudicare, non valutare? Non so se ci avete mai provato. È piuttosto arduo, perché l'educazione che abbiamo ricevuto sin dall'infanzia ci porta a condannare o ad approvare. Allora nel processo di approvazione e condanna c'è frustrazione, paura, è un tormento di dolore e ansia, e in ciò consiste il processo dell'io, del sé. Una volta compreso questo processo, può la mente essere consapevole senza giudicare, senza sforzarsi di non condannare? Infatti nel momento in cui dice: "Non devo condannare" è di nuovo prigioniera del processo di condanna. Può semplicemente osservare con imparzialità i pensieri e le emozioni stesse nello specchio delle relazioni, relazioni con cose, persone e idee? Tale osservazione silenziosa non produce distacco né freddo intellettualismo, al contrario. Se comprendo qualcosa, ovviamente non ci sarà alcuna condanna, né confronto; è semplice. Ma pensiamo che la comprensione avvenga per mezzo del confronto, quindi moltiplichiamo i confronti. La nostra educazione è comparativa e tutta la nostra morale e la nostra struttura religiosa si basano sulla condanna e il confronto. Allora la consapevolezza di cui sto parlando riguarda l'intero processo della condanna e la sua fine. In tale consapevolezza c'è osservazione senza alcun giudizio, ed è estremamente difficile: implica la cessazione, la fine di ogni definizione ed etichetta. Quando sono consapevole di essere avaro, avido, collerico, preda di passioni o altro, mi è possibile semplicemente osservarlo, esserne consapevole, senza emettere condanne? Ciò significa smettere di dare un nome alle emozioni. Perché quando definisco 'avarizia' un sentimento, in questo stesso definire si

manifesta il processo di condanna. Per noi, da un punto di vista neurologico, la stessa parola 'avarizia' è già una condanna. Liberare la mente dalla condanna significa porre fine a ogni definizione. Dopo tutto, definire è il processo di chiunque pensi: chi pensa separa se stesso dai suoi pensieri. Si tratta di un processo del tutto artificiale, irreale. C'è solo il pensare, non c'è nessun pensatore. Non c'è alcuna entità che abbia un'esperienza, c'è solo lo stato dell'esperienza. Allora questo intero processo di consapevolezza, di osservazione è il processo della meditazione. Esso è, se posso esprimermi con altre parole, la disponibilità a invitare il pensiero. Per la maggior parte di noi i pensieri arrivano senza essere stati invitati, un pensiero dopo l'altro; non c'è fine al pensare. La mente è schiava di ogni genere di pensiero vagante. Se lo comprendi, allora vedrai che si può invitare il pensiero ed è quindi possibile seguire qualsiasi pensiero sorga. Per la maggior parte di noi i pensieri arrivano senza essere invitati, alla vecchia maniera. Comprendere questo processo, invitare il pensiero e seguirlo sino alla fine, questa è consapevolezza e in essa non c'è nessuna definizione. Allora vedrete che la mente diventa straordinariamente quieta, non attraverso uno sforzo, non con la disciplina, senza alcun bisogno di torturarci o controllarci in qualche modo. Attraverso la consapevolezza delle proprie attività, la mente diventa sorprendentemente quieta, silenziosa, creativa, senza l'intervento di nessuna disciplina o costrizione.

In tale quiete della mente giunge allora ciò che è vero, senza invito. Non puoi invitare la verità, essa è il non-conosciuto. In tale silenzio non c'è nessuno che fa esperienza. Dunque ciò che viene sperimentato non può essere accumulato, ricordato come 'la mia esperienza della verità'. Allora si manifesta ciò che è senza tempo, qualcosa che non può essere misurato da chi non ne ha avuto esperienza o da chi semplicemente ricorda un'esperienza passata. La verità è qualcosa che arriva da un momento all'altro. Non può essere coltivata, non può essere accumulata, immagazzinata e trattenuta nella memoria. Arriva quando c'è solo consapevolezza senza nessuno che ne fa esperienza.

Primo discorso a Londra 25 giugno 1955

Uno dei nostri problemi, tra i molti altri, mi sembra sia quello della dipendenza. La nostra felicità dipende dagli altri, dipendiamo dalle nostre capacità e la dipendenza induce la mente ad attaccarsi alle cose. La domanda è: la mente potrà mai essere completamente libera da ogni dipendenza? Penso che sia una questione fondamentale, una di quelle che dovremmo sempre porci. Ovviamente non stiamo parlando di dipendenze superficiali, ma della richiesta a un livello profondo di qualche forma di sicurezza, di un metodo che assicuri alla mente stabilità. Cerchiamo un'idea, una relazione che duri. Giacché si tratta di uno dei nostri maggiori problemi, mi sembra importante investigarlo a fondo e non rispondere superficialmente con una reazione immediata. Perché siamo dipendenti? Dipendiamo interiormente, psicologicamente da credenze, da un sistema, da una filosofia, chiediamo ad altri come comportarci, cerchiamo maestri che ci indichino un modo di vivere, che ci diano qualche speranza di felicità. Quindi siamo sempre in cerca di qualche genere di dipendenza, di sicurezza, non è così? Può la mente liberarsi da questo senso di dipendenza? Ciò non significa che la mente deve raggiungere l'indipendenza, infatti si tratterebbe soltanto di una reazione alla

dipendenza. Non stiamo parlando di indipendenza, di libertà da un particolare stato. Se riusciamo a investigare, senza reagire cercando la libertà da un particolare stato di dipendenza, allora potremo andare molto più a fondo nella questione. Ma se siamo trascinati via per la tangente alla ricerca di indipendenza, non comprenderemo interamente la questione della dipendenza psicologica di cui stiamo parlando. Sappiamo di essere dipendenti dalle nostre relazioni, dalle persone, da qualche idea o da un sistema di pensiero. Perché? Accettiamo la necessità della dipendenza, diciamo che è inevitabile. Non ci siamo mai interrogati veramente su questo tema, giacché ognuno di noi è in cerca di qualche forma di dipendenza. Non è forse vero che chiediamo dal profondo sicurezza e stabilità? Ci sentiamo in uno stato di confusione e cerchiamo qualcuno che ce ne tiri fuori. Allora siamo sempre occupati a cercare di evitare o fuggire dallo stato in cui siamo, e nel farlo, siamo destinati a cercare qualche genere di dipendenza da un'autorità. Se dipendiamo da un altro per la nostra sicurezza, per il nostro benessere interiore, da questa dipendenza sorgono innumerevoli problemi. Perciò cerchiamo di risolvere il problema dell'attaccamento. Ma non ci interroghiamo, non investighiamo mai il problema stesso della dipendenza. Forse, se riusciamo ad andare veramente a fondo in questo problema, con piena consapevolezza e intelligenza, allora scopriremo che il punto non è affatto la dipendenza, che è solo un modo per fuggire da qualcosa di più profondo. Potrei consigliarvi di non prendere appunti? Infatti, questi incontri non avranno alcun valore se consistono nel ricordare in seguito quanto è stato detto. Ma se riusciamo a farne esperienza direttamente, e non in seguito, allora quanto diciamo acquisterà un significato definitivo, sarà un'esperienza diretta e non un'esperienza da aggiungere alle altre nei vostri appunti e da ripescare più tardi nella memoria. Inoltre, se permettete, prendere appunti disturba gli altri accanto a voi. Dunque, perché siamo dipendenti e facciamo della dipendenza un problema? Io non credo che il vero problema sia la dipendenza, piuttosto ritengo che alla sua origine vi sia un altro fattore più profondo. Perciò, se riusciamo a svelarlo, sia la dipendenza sia la lotta per la libertà perderanno di significato e tutti i relativi problemi decadranno. Qual è allora questo fattore più profondo? Forse è che la mente aborrisce, teme l'idea di essere sola? La mente conosce lo stato che evita? Dipendo da qualcuno interiormente, a livello psicologico, e la causa è quello stato che cerco di evitare e che non ho mai approfondito né esaminato. Allora la dipendenza da una persona, dal suo amore, dal suo incoraggiamento, dalla sua guida, diventa immensamente importante, come tutti i numerosi problemi che ne derivano. Al contrario, potremo forse scoprire che questa dipendenza è il risultato di una richiesta interiore che non abbiamo mai davvero ascoltato, che non abbiamo mai considerato, se saremo capaci di osservare quel fattore che ci rende dipendenti da un altro, da Dio, dalla preghiera, da qualche qualità, da qualche formula o conclusione che definiamo fede. Possiamo osservare questo fattore stasera? Il fattore che la mente evita, quel senso di completa solitudine con il quale abbiamo solo una familiarità superficiale? Cosa significa essere soli? Possiamo parlarne ora e attenerci a questo tema senza divagare? Penso che sia veramente importante. Infatti sino a quando questa solitudine non verrà realmente compresa, sentita, penetrata, dissolta - potete esprimervi come preferite - sino a quando persisterà questo senso di

solitudine, la dipendenza sarà inevitabile e non sarà possibile alcuna libertà né si potrà mai scoprire autonomamente che cosa è vero, cos'è la religione. Quando c'è dipendenza, ci deve essere autorità, ci deve essere imitazione, ci devono essere varie forme di costrizione, irreggimentazione e disciplina in accordo con determinati modelli. Può allora la mente scoprire cosa significa essere soli e andare oltre? In tal caso la mente potrà essere completamente libera e perciò non dipenderà da credenze, divinità, sistemi, preghiere o altro. Sicuramente sino a quando siamo alla ricerca di un risultato, di una meta, di un ideale, la stessa urgenza di trovarli crea dipendenza e genera il problema dell'invidia, dell'esclusione, dell'isolamento e così via. Allora, può la mia mente conoscere la solitudine nella quale realmente si trova, sebbene possa mascherarla con conoscenze, relazioni, divertimenti e varie altre forme di distrazione? Posso davvero comprendere quella solitudine? Non è infatti uno dei nostri maggiori problemi questo attaccamento e la lotta per liberarcene? Possiamo parlarne ancora insieme o è troppo difficile? Sino a quando ci sarà attaccamento, dipendenza, ci sarà esclusione. È evidente che la dipendenza dalla nazionalità, dall'identificazione con un particolare gruppo, razza, persona o credenza, separa. Allora può essere che la mente cerchi costantemente l'esclusione che la rende un'entità separata ed eviti il fattore più profondo che è la vera causa della separazione, ovvero il processo del proprio pensiero centrato sul sé, la vera fonte della solitudine. Conoscete bene la sensazione di dover trovare la vostra identità nell'essere indù, cristiani, nell'appartenenza a una certa casta, gruppo, razza. Ne sapete tutti qualcosa. Se invece riusciremo a comprendere l'implicazione di questo fattore più profondo, allora forse tutti i condizionamenti che conducono alla dipendenza cesseranno e la mente sarà totalmente libera. È forse troppo difficile parlare di questo problema in un gruppo così grande?

Domanda: Che distinzione c'è per te tra la parola 'solo' e la parola 'solitudine'?

Krishnamurti: Per favore, non siamo in cerca di definizioni, non è così? La domanda non è piuttosto se ciascuno di noi è consapevole di questa solitudine? Non in questo momento, forse. Ma conosciamo questo stato e siamo consapevoli che lo sfuggiamo con vari mezzi moltiplicando i nostri problemi? Ora, può la consapevolezza sradicare questo problema? In tal modo forse non si ripresenterà più o, se lo farà, sapremo come trattarlo in modo da non creare ulteriori problemi.

Domanda: Vuoi dire che dobbiamo rompere i legami insoddisfacenti?

Krishnamurti: Certo non è di questo che stiamo parlando, non è vero? Non ci siamo intesi. Per questo evito se è possibile di parlare di questo problema con gruppi numerosi. Sappiamo bene che abbiamo molti attaccamenti, o no? Siamo dipendenti da persone, da idee. La dipendenza da qualcuno fa parte della nostra natura, del nostro essere e la chiamiamo amore. Ora mi domando, e forse anche voi ve lo state chiedendo, se è possibile liberare la mente interiormente, psicologicamente, da ogni dipendenza. Infatti mi accorgo che la dipendenza genera davvero molti problemi e non se ne vede la fine. Quindi mi chiedo se è possibile essere così consapevoli da sradicare completamente questo senso di dipendenza nei confronti dell'altro, di un'idea. Allora la mente non sarebbe più esclusiva né isolata perché verrebbe del tutto meno l'esigenza all'origine della dipendenza. Per esempio, dipendo dall'identificazione con un certo gruppo. Mi dà

soddisfazione definirmi indù o cristiano. Sentire l'appartenenza a una determinata nazionalità è molto gratificante. Da solo mi sento piccolo, non mi sento nessuno, allora definirmi in un certo modo mi dà soddisfazione. Questa è una forma di dipendenza, e seppure forse è a un livello molto superficiale, ha il potere di generare il veleno del nazionalismo. Esistono poi tante altre forme più profonde di dipendenza. Ora, è possibile superarle, in modo che la mente non abbia più dipendenze psicologiche, che non abbia più alcuna forma di dipendenza e non cerchi più alcuna forma di sicurezza? La mente non cercherà più sicurezza se comprendo questo straordinario senso di esclusione, del quale sono consapevole e che chiamo solitudine, se comprendo questo processo del pensiero centrato sul sé che genera isolamento. Allora il problema non è come essere distaccati, come liberarsi dalle persone, dalle idee, ma se la mente può fermare questo processo di autoreferenzialità nelle sue attività, nelle sue richieste, nei suoi desideri. Sino a quando c'è l'idea dell'io, ci sarà isolamento. L' essenza stessa, il processo estremo di autoreferenzialità del sé è la scoperta di questo senso di isolamento. Posso ridurlo in cenere, in modo che la mente non cerchi più alcuna forma di sicurezza, non sia più esigente? La risposta non può provenire da me, ma soltanto da ciascuno di noi. Io posso solo dare una descrizione, ma la descrizione diventa un mero ostacolo se non ne fate effettivamente esperienza. Tuttavia, se essa rivela il processo del vostro pensiero, allora la stessa descrizione è consapevolezza di voi stessi e del vostro stato. Posso rimanere allora in questo stato? È possibile non divagare di fronte al nostro isolamento, ma rimanervi senza alcun tentativo di evitarlo o fuggire? Se vedo e comprendo che il problema non è la dipendenza ma lo stato di isolamento, può la mia mente rimanere senza muoversi in quello stato che ho chiamato di isolamento? È straordinariamente difficile, perché la mente non riesce a vivere un evento, ma subito lo traduce, lo interpreta o cerca di fare qualcosa a riguardo, non lo accoglie semplicemente così com'è. Ora, se la mente può vivere un evento, senza farsene un'opinione, senza tradurlo, senza condannarlo, senza evitarlo, esso è diverso dalla mente? C'è una divisione tra l'evento e la mente, oppure la mente è essa stessa l'evento? Per esempio, io sono solo. Ne sono consapevole, so cosa significa, è uno dei problemi della nostra esistenza quotidiana, della nostra esistenza in generale. Dunque, voglio afferrare la questione della dipendenza e vedere se la mente può essere veramente libera, non semplicemente in modo speculativo, teoretico o filosofico, ma concretamente. Infatti se dipendo da un altro per amore, non è amore. Quindi, voglio scoprire quale sia lo stato che chiamo amore. Nel cercare di scoprirlo, dovrei lasciar andare ogni senso di dipendenza, di sicurezza nella relazione, ogni richiesta, desiderio di permanenza, e potrei dover affrontare qualcosa di completamente diverso. Allora nell'investigare, nell'entrare in me stesso, potrei imbattermi in quella cosa chiamata isolamento. Ora, posso rimanere con essa? Voglio dire 'rimanere', non interpretarla, non valutarla, non condannarla, ma semplicemente osservare quello stato di isolamento senza recedere. Se la mia mente può rimanere in quello stato, tale stato è diverso dalla mia mente? Forse è la mente stessa a essere isolata, vuota, e non c'è uno stato di vuoto che la mente osserva. La mia mente osserva l'isolamento e lo evita, fugge via da esso. Ma se non fuggo via, c'è una divisione? C'è una separazione? C'è un osservatore che guarda l'isolamento? O c'è solo uno stato di

isolamento, senza un osservatore che lo definisca come tale, perché è la mente stessa a essere vuota, sola? Penso che sia importante cogliere tutto questo al volo, senza bisogno di discuterne. Diciamo: "Sono invidioso e voglio liberarmi dell'invidia". Così c'è un osservatore e un oggetto osservato. L'osservatore desidera liberarsi di ciò che osserva. Ma osservatore e osservato non sono la stessa cosa? È la mente stessa che crea l'invidia e allora la mente non può fare niente a riguardo. Allora la mente osserva l'isolamento; chi pensa è consapevole di essere isolato. Ma quando rimaniamo con questo fatto ci rimaniamo pienamente in contatto (il che significa non fuggire, non tradurre e così via), allora c'è differenza tra l'osservatore e l'osservato? Oppure c'è soltanto uno stato in cui la mente stessa è vuota, isolata? Non è la mente a riconoscersi vuota, ma è essa stessa a essere vuota. Allora la mente può lasciare andare ogni dipendenza e essere ciò che è, completamente vuota, completamente sola, una volta che è consapevole di essere essa stessa vuota, e che qualsiasi moto di allontanamento da quel vuoto è soltanto una mera fuga, una dipendenza? E se è in questo stato, non c'è forse libertà dalla dipendenza, dall'attaccamento? Per favore, tutto questo va approfondito, non assentite perché lo dico io. Non ha nessun senso che assentiate soltanto. Ma se fate esperienza di questa cosa mentre la percorriamo insieme, allora vedrete che ogni movimento da parte della mente, giacché è valutazione, condanna, traduzione e così via, è una distrazione dal fatto, da 'ciò che è', e crea un conflitto tra sé e l'osservato. Alla fine la questione in realtà è se la mente possa mai essere priva di sforzo, dualismo, conflitto, e quindi libera. Dal momento in cui la mente è prigioniera del conflitto non è libera. Quando non c'è nessun sforzo di essere qualcosa, allora c'è libertà. Dunque la mente può essere priva di sforzo e quindi libera?

Domanda: Ora io riesco ad affrontare i problemi in modo autonomo. Ma come non soffrire per i miei figli, che hanno gli stessi problemi?

Krishnamurti: Perché dipendiamo dai nostri figli? E ancora, amiamo i nostri figli? Se fosse amore, allora come potrebbe esserci dipendenza, come potrebbe esserci sofferenza? La nostra idea di amore prevede che noi soffriamo per gli altri. È l'amore che soffre? O non sarà invece che dipendo dai miei figli, che attraverso di loro cerco immortalità, appagamento e tutto il resto? Voglio allora che i miei figli siano in un certo modo, e quando non lo sono, soffro. Il problema potrebbero non essere affatto i miei figli, il problema potrei essere io. Torniamo di nuovo alle medesime questioni. Forse non sappiamo cosa sia amare. Se amassimo i nostri figli, porremmo fine a ogni guerra domani stesso, ovviamente. Non condizioneremmo i nostri figli e i nostri figli non sarebbero inglesi, indù, bramini e non bramini, sarebbero solo bambini. Ma non li amiamo e perciò dipendiamo da loro. Attraverso di loro speriamo di realizzarci. Quindi quando i figli, che sono strumenti della nostra realizzazione, fanno ciò che noi non vogliamo, sorge il dispiacere, il conflitto. Fare una mera domanda e aspettare una risposta ha davvero scarso significato. Ma se osserviamo in noi stessi il processo dell'attaccamento, la ricerca di appagamento attraverso gli altri, che è dipendenza e che creerà inevitabilmente dispiacere, se riconosciamo questo dato di fatto, allora ci sarà qualcosa di diverso, forse amore. Allora quella relazione produrrà una società del tutto diversa, un mondo diverso.

Domanda: Quando si è raggiunto lo stadio di quiete della mente e non si ha nessun

problema immediato, cosa ne deriva?

Krishnamurti: Si tratta di una domanda abbastanza incredibile, no? Hai dato per scontato che raggiungerai la quiete della mente e vuoi sapere che ne consegue? Ma avere una mente quieta è una delle cose più difficili. Teoricamente è una delle più facili, ma di fatto si tratta di uno degli stati più straordinari e non può essere descritto. Cosa accadrà dopo lo scoprirai quando lo avrai raggiunto. Ma il problema è arrivarci, non cosa accade dopo. Non puoi giungere a quello stato. Non si tratta di un processo. Non è qualcosa che si raggiunge attraverso una pratica. Non può essere acquisito col tempo, la conoscenza, la disciplina, ma soltanto con la comprensione della conoscenza, con la comprensione dell'intero processo della disciplina, del proprio pensiero, senza ambire a un risultato. Allora, forse, quella quiete può manifestarsi. Ciò che avviene dopo è indescrivibile, non ci sono parole e non ha 'significato'. Vedete, ogni esperienza, sino a quando c'è uno sperimentatore, lascia un ricordo, un segno. Allora la mente si attacca a quel ricordo e lo vuole ancora e così genera il tempo. Ma lo stato di quiete è senza tempo, perciò non c'è nessuno sperimentatore a sperimentare quella quiete. Per favore, è veramente molto importante, se desiderate comprenderlo. Sino a quando c'è uno sperimentatore che dice: "Devo sperimentare la quiete" e apprende quell'esperienza, non si tratta di quiete. È un trucco della mente. Quando uno dice: "Ho sperimentato la quiete", è soltanto un modo di evitare la confusione, il conflitto; tutto qui. La quiete di cui stiamo parlando è qualcosa di totalmente diverso. Per questo è molto importante comprendere il pensatore, lo sperimentatore, il sé che richiede quello stato chiamato quiete. Potreste sperimentare un momento di quiete e allora la mente si attaccherebbe a esso e vivrebbe quella quiete nella memoria. Ma non si tratterebbe di quiete, sarebbe soltanto una reazione. Ciò di cui stiamo parlando è qualcosa di totalmente differente. È uno stato in cui non c'è alcuno sperimentatore e quindi tale quiete o silenzio non è un'esperienza. Se c'è un'entità che lo ricorda, allora c'è uno sperimentatore, e non si tratta più di quello stato. Tale stato in realtà significa morire a ogni esperienza, senza mai un momento di accumulazione, di ricognizione. Dopo tutto, è questa accumulazione che genera conflitto: il desiderio di avere di più. Una mente che accumula, avida, non può mai morire a tutto ciò che ha accumulato. Soltanto una mente che è morta a tutto ciò che ha accumulato, persino alle più elevate esperienze, solo una mente simile può sapere cos'è il silenzio. Ma quello stato non può manifestarsi attraverso la disciplina, perché la disciplina implica il protrarsi dell'esperienza, il rafforzamento di una particolare intenzione verso un particolare oggetto, dandogli perciò continuità. Se vediamo tutto ciò in modo molto semplice, molto chiaro, allora troveremo quel silenzio della mente di cui stiamo parlando. Ciò che accade dopo è qualcosa di cui non si può parlare, che non può essere descritto, perché non ha alcun 'significato', eccetto nei libri e nella filosofia.

Domanda: Se non abbiamo fatto esperienza della completa quiete, come possiamo sapere che esiste?

Krishnamurti: Perché vogliamo sapere se esiste? Potrebbe non esistere affatto, potrebbe essere un'illusione, una fantasia. Ma vediamo bene che finché c'è conflitto la vita è sofferenza. Nel comprendere il conflitto, saprò cosa significa l'altro. Potrebbe essere un'illusione, un'invenzione, un trucco della mente. Ma nel comprendere l'intero significato

del conflitto potrei trovare qualcosa di completamente diverso. La mia mente si occupa del conflitto in sé e fuori di sé. Il conflitto sorge inevitabilmente sino a quando c'è un soggetto dell'esperienza che accumula, che immagazzina e che quindi pensa sempre in termini di tempo, di 'più' e 'meno'. Nel comprendere questo, nell'esserne consapevoli, potrebbe arrivare uno stato che può definirsi silenzio, o come volete voi. Il processo non è però la ricerca del silenzio, della quiete, ma piuttosto la comprensione del conflitto, la comprensione di me stesso in conflitto. Mi chiedo se ho risposto alla domanda. La domanda è: come so che esiste il silenzio? Come lo riconosco? Capite? Sino a quando c'è un processo di riconoscimento, non c'è silenzio. Dopo tutto, il processo di riconoscimento è il processo della mente condizionata. Ma nel comprendere l'intero contenuto della mente condizionata, la mente stessa diventa quieta, non c'è alcun osservatore che riconosce di essere in uno stato chiamato silenzio. Il riconoscimento dell'esperienza è cessato.

Domanda: Mi piacerebbe chiederti se riconosci l'insegnamento del Buddha secondo il quale la retta comprensione aiuta a risolvere i problemi interiori dell'uomo. Secondo gli insegnamenti del Buddha la pace interiore della mente dipende interamente dall'autodisciplina. Sei d'accordo?

Krishnamurti: Se si investiga per scoprire la verità di qualcosa, è certo che ogni autorità va messa da parte. Non c'è né Buddha né Cristo quando si desidera scoprire cosa sia vero. Vale a dire che la mente deve essere veramente capace di rimanere completamente sola, senza dipendenze. Il Buddha potrebbe sbagliare, Cristo potrebbe sbagliare, ognuno potrebbe sbagliare. Di sicuro si deve essere in uno stato in cui non si accetta alcun genere di autorità. Questa è la prima cosa: smantellare la struttura dell'autorità. Nello smantellare l'immensa struttura della tradizione, questo stesso processo genera comprensione. Accettare qualcosa soltanto perché è stato detto in un libro sacro ha davvero scarso significato. Sicuramente, per scoprire ciò che è al di là del tempo, il processo del tempo deve cessare, non è così? Lo stesso processo di ricerca deve giungere a un termine. Infatti, se cerco, dipendo non soltanto da un altro, ma anche dalla mia stessa esperienza, dal momento che ho imparato qualcosa e ciò diventa una guida. Per trovare ciò che è vero, non ci deve essere ricerca di nessun tipo; questa è la vera quiete della mente. È davvero difficile per una persona cresciuta in una certa cultura, in una certa fede, con certi simboli terribilmente autoritari, mettere da parte tutto questo e dedicarsi semplicemente a esplorare da sé. Non si può pensare in modo semplice se non c'è conoscenza di sé. Ma nessuno può offrirci la conoscenza di noi stessi, nessun maestro, libro, filosofia, nessuna disciplina. Il sé è in costante movimento: è nel suo vivere che deve essere compreso. Allora soltanto, attraverso la conoscenza di sé, attraverso la comprensione del processo del mio stesso pensare osservato nello specchio di ogni reazione, scopro che sino a quando ci sarà qualsiasi movimento dell'io, della mente, verso qualcosa, che sia Dio, la Verità, la pace, la mente non potrà essere tranquilla. Una mente simile non è una mente tranquilla, vuole ancora ottenere, afferrare, raggiungere qualche stato. Se c'è una qualsiasi forma di autorità, di costrizione, di imitazione, la mente non può comprendere. Dunque sapere che la mente imita, che è menomata dalla tradizione, essere consapevoli che insegue le sue esperienze, le sue proiezioni, tutto ciò richiede una

grande dose di introspezione, di consapevolezza, di conoscenza di sé. Soltanto allora, una volta compreso e chiarito ogni contenuto della mente, l'intera coscienza, c'è la possibilità di uno stato che può essere definito silenzio, in cui non c'è esperienza né ricordo.

Primo discorso a Madanapalle 26 febbraio 1956

Credo che molti di noi trovino la vita molto scialba. Per guadagnarsi da vivere si deve fare un lavoro e può diventare molto monotono. Entriamo in una routine che seguiamo anno dopo anno, quasi sino alla morte. Che siamo ricchi o poveri, per quanto possiamo essere eruditi, portati per la filosofia, le nostre vite sono per la maggior parte superficiali, vuote. È evidente che c'è in noi un'insufficienza e, consapevoli di questo vuoto, cerchiamo di colmarlo attraverso la conoscenza, attraverso qualche genere di attività sociale, fuggiamo attraverso vari generi di divertimento o ci aggrappiamo a una fede religiosa. Anche se abbiamo determinate capacità e siamo molto efficienti, le nostre vite sono ancora alquanto insipide e, per sfuggire da questa noia, da questa tediosa monotonia, cerchiamo qualche forma di arricchimento religioso, cerchiamo di catturare quell'indicibile stato dell'essere che non è routine e che per il momento può essere chiamato alterità. Nel cercare l'alterità scopriamo che ci sono molti differenti sistemi, differenti cammini o sentieri che si crede vi conducano. Attraverso una disciplina, la pratica di un particolare metodo di meditazione, alcuni rituali o la ripetizione di certe frasi, speriamo di raggiungere quello stato. Infatti, la nostra vita quotidiana è un infinito ciclo di piacere e dolore, una varietà di esperienze senza grande significato o l'insignificante ripetizione della medesima esperienza. Vivere è per molti di noi una monotona routine. Perciò il problema dell'arricchimento, di catturare l'alterità, chiamatela pure Dio, Verità, beatitudine o quello che volete, diviene molto urgente, non è così? Potete essere benestanti, felicemente sposati, avere figli, essere intelligenti e sani, ma, senza quello stato che chiamo alterità, la vita diventa straordinariamente vuota. Allora cosa fare? Come afferrare quello stato? Oppure non è affatto possibile catturarlo? Attualmente le nostre menti sono ovviamente molto piccole, grette, limitate, condizionate e, sebbene una mente piccola possa speculare sull'alterità, anche le sue speculazioni saranno sempre piccole. Una mente piccola può definire uno stato ideale, concepire e descrivere quest'alterità, ma la sua concezione rimarrà sempre nei suoi ristretti limiti e credo che questo sia il livello massimo: quando si percepisce che la mente non può fare esperienza dell'alterità, vivendola, formulandola o speculandoci. Certo è un'intuizione terribile vedere che qualsiasi movimento della mente verso quello stato straordinario è un ostacolo, in quanto essa è limitata, piccola, ristretta, superficiale. L'intuizione di questo fatto, non intellettuale, ma effettiva, segna l'inizio di un diverso approccio al problema. Dopo tutto le nostre menti sono il risultato del tempo, delle migliaia di giorni passati, sono il risultato di esperienze basate sul conosciuto e sono la continuazione del conosciuto. La mente di ciascuno di noi è il risultato di cultura ed educazione e, per quanto sia estesa la sua conoscenza o la sua perizia tecnica, è comunque un prodotto del tempo. Perciò è limitata, condizionata. Con quella mente cerchiamo di scoprire il non-conosciuto ed è davvero un'esperienza straordinaria comprendere che una mente simile non può mai scoprire il non-conosciuto; che, per quanto astuta, sottile, erudita sia, non può comprendere

quell'alterità: questa rivelazione porta con sé una certa comprensione concreta e credo costituisca l'inizio di un modo di vedere la vita che apre la porta a quell'alterità. In altre parole, la mente è incessantemente attiva, pianifica e chiacchiera; è capace di invenzioni e sottigliezza, come può essere quieta? Possiamo vedere che ogni attività della mente, ogni movimento in qualsiasi direzione, è una reazione al passato. Allora come può una mente simile essere tranquilla? E, se viene calmata tramite una disciplina, la calma raggiunta sarà uno stato in cui non c'è ricerca, investigazione, e perciò non ci sarà alcuna disponibilità al non-conosciuto, allo stato dell'alterità. Non so se avete mai pensato a questo problema o se ci avete pensato soltanto nei termini di un approccio tradizionale, il che significa avere un ideale e muoversi verso di esso secondo una formula, attraverso la pratica di una certa disciplina. La disciplina invariabilmente implica repressione e il conflitto della dualità. Siamo ancora entro i limiti della mente, procediamo su questa linea e speriamo di catturare l'alterità. Ma non ci siamo mai chiesti in modo intelligente e sano se la mente potrà mai catturarla. Abbiamo ricevuto l'indicazione che la mente deve essere silenziosa, ma la quiete è stata sempre coltivata attraverso la disciplina. Vale a dire che abbiamo l'ideale di una mente quieta e lo inseguiamo con il controllo, la lotta, lo sforzo. Ora, se guardi a questo intero processo, vedrai che rientra tutto nel campo del conosciuto. Consapevole della monotonia della sua esistenza, avvertendo il tedio delle sue molteplici esperienze, la mente cerca sempre di catturare l'alterità. Ma quando vediamo che la mente è il conosciuto e che qualsiasi movimento faccia non può mai catturare l'alterità, il non-conosciuto, allora il nostro problema non sarà come catturarlo, ma come liberarsi dal conosciuto? Penso che tale problema debba essere preso in considerazione da chiunque voglia scoprire se c'è la possibilità di entrare nell'essere dell'alterità, del non-conosciuto: dunque, come può la mente, che è il risultato del passato, del conosciuto, liberarsi dal conosciuto? Spero di essere stato chiaro. Come ho detto, la mente attuale, a livello conscio come inconscio, è il risultato del passato, è il risultato complessivo di influenze etniche, climatiche, dietetiche, tradizionali e così via. Allora la mente è condizionata, condizionata in quanto cristiana, buddhista, indù o comunista, e ovviamente proietta ciò che considera reale. Ma che le sue proiezioni siano quelle del comunista che pensa di conoscere il futuro e vuole costringere tutto il genere umano negli schemi della sua particolare utopia, o quelle del cosiddetto uomo religioso, che crede pure lui di conoscere il futuro ed educa il figlio a pensare secondo le sue direttive di pensiero, nessuna proiezione è il reale. Senza il reale la vita diventa molto scialba, come lo è per la maggior parte delle persone. Poiché le nostre vite sono scialbe, diventiamo romantici, sentimentali riguardo a ciò che è altro, al reale. Ora, riconoscendo questo schema dell'esistenza nella sua interezza, senza scendere in troppi dettagli, è possibile per la mente liberarsi dal conosciuto, intendendo per conosciuto l'accumulazione psicologica del passato? C'è anche il conosciuto di ogni attività quotidiana, ma ovviamente da quest'ultima la mente non può liberarsi, perché se uno si dimenticasse la via di casa, o la conoscenza che gli permette di guadagnarsi da vivere, rasenterebbe la follia. Tuttavia, può la mente liberarsi dai fattori psicologici del conosciuto, che ci offrono la sicurezza di associazioni e identificazioni? Per investigare a riguardo, dovremmo scoprire se c'è una reale differenza tra chi pensa e il pensiero, tra chi osserva e l'oggetto

osservato. Al momento esiste una differenza tra loro, non è vero? Pensiamo che l'io, l'entità che fa esperienza, sia diverso dall'esperienza, dal pensiero. C'è uno iato, una divisione tra chi pensa e il pensiero, e questo è il motivo per cui diciamo: "Devo controllare il pensiero". Ma l'io, colui che pensa, è diverso dal pensiero? Colui che pensa cerca sempre di controllare il pensiero, di modellarlo secondo quello che considera un buon modello, ma c'è colui che pensa, se non c'è pensiero? Ovviamente no. È soltanto il pensare che crea colui che pensa. Puoi porre colui che pensa a qualsiasi livello, lo puoi chiamare il Supremo, l'Atman, come vuoi, ma è ancora il risultato del pensare. Colui che pensa non ha creato il pensiero: è il pensiero che ha creato colui che pensa. Comprendendo la sua stessa impermanenza, il pensiero crea colui che pensa come un'entità separata in modo da conferirgli permanenza, e, dopo tutto, è ciò che tutti noi vogliamo. Puoi dire che l'entità che chiami Atman, l'anima, colui che pensa, è separata dal pensiero, dall'esperienza, ma sei consapevole di un'entità separata solo attraverso il pensiero, e anche attraverso il tuo condizionamento come indù, cristiano, o qualsiasi altra cosa ti capiti di essere. Sino a quando c'è questo dualismo tra colui che pensa e il pensiero, ci sarà necessariamente conflitto, sforzo, che implica volontà, e una mente che vuole essere libera dal passato, crea solo un altro schema. Allora la mente può liberare se stessa (e perciò, forse, può esserci l'alterità), soltanto quando cessa lo sforzo dell'io che desidera raggiungere un risultato. Ma, lo vedete, tutta la nostra vita è basata sullo sforzo: lo sforzo di essere buoni, di disciplinarci, di ottenere un risultato in questo mondo o nel prossimo. Qualsiasi cosa facciamo è basata sulla tensione, l'ambizione, il successo, la conquista e allora crediamo che anche la realizzazione di Dio, della Verità debba avvenire attraverso uno sforzo. Ma uno sforzo simile significa l'attività della conquista centrata sul sé, non è così? Non è l'abbandono del sé. Ora, se siete consapevoli di questo processo della mente nella sua interezza, a livello conscio come inconscio, se davvero lo vedete e lo comprendete, scoprirete che la mente diventa straordinariamente quieta, senza alcuno sforzo. La quiete ottenuta tramite disciplina, controllo, repressione, è la quiete della morte, ma la quiete di cui sto parlando viene senza sforzo, quando si comprende il processo della mente nella sua interezza. Allora soltanto c'è la possibilità che ci sia ciò che è altro, che gli si dia il nome di Verità o di Dio.

Domanda: Non credi che sia necessaria una guida? Se, come dici, non dobbiamo fare riferimento né a un'autorità né alla tradizione, allora tutti dovranno cominciare a fondarne una nuova da soli. Così come il nostro corpo fisico ha avuto un inizio, non dovranno averne uno anche i nostri corpi mentali e spirituali e non dovranno crescere dallo stadio in cui sono a quello più elevato? Il nostro pensiero non ha bisogno di essere risvegliato dal contatto con le grandi menti del passato, così come viene sollecitato, ascoltandoti?

Krishnamurti: È un antico problema. Pensiamo di avere bisogno di un guru, di un maestro che ci risvegli la mente. Ora, cosa implica tutto questo? Implica che ci sia uno che sa e l'altro che non sa. Procediamo lentamente, senza pregiudizi. Colui che sa diventa l'autorità e quello che non sa diventa il discepolo. Il discepolo segue con costanza, sperando di superare l'altro, di raggiungere il livello del maestro. Ora, per favore, seguitemi. Quando il guru dice di sapere, cessa di essere un guru. Chi dice di sapere non sa. Cercate di capire perché. Perché la Verità, la Realtà o l'alterità non è un luogo

stabilito, non può evidentemente essere avvicinata da un sentiero, ma deve essere scoperta momento per momento. Se si potesse individuare in un punto fisso, allora quel punto sarebbe nei limiti del tempo. Ci può essere un sentiero per raggiungere un luogo stabilito, così come ce n'è uno per la vostra casa. Ma per qualcosa di vivente, che non ha dimora, che non ha né inizio né fine, non può esserci un sentiero. Certamente, un guru che afferma che ti aiuterà a comprendere può aiutarti a comprendere soltanto quello che già sai, perché ciò che comprendi, sperimenti, deve essere riconoscibile, non è così? Se puoi riconoscerlo, allora dici: "L'ho sperimentato", ma ciò che puoi riconoscere non è quell'alterità. Quell'alterità non è riconoscibile, non è qualcosa che conosci, di cui hai fatto esperienza e che quindi sei in grado di riconoscere. È qualcosa che deve essere scoperto di momento in momento e per scoprirlo la mente deve essere libera. Signori, la mente deve essere libera per scoprire qualcosa e una mente legata da una tradizione antica o moderna, limitata da una fede, da un dogma, da rituali, evidentemente non è libera. Secondo me l'idea che un altro abbia il potere di risvegliarci non ha senso. Non è un'opinione, è un fatto: se un altro ti risveglia, allora sei sotto la sua influenza, dipendi da lui; perciò non sei libero e solo una mente libera può fare scoperte.

Allora il problema è questo, no? Vogliamo quell'alterità e sino a quando non sappiamo come ottenerla, invariabilmente dipendiamo da qualcuno che chiamiamo maestro, guru, o da un libro, o dalla nostra stessa esperienza. Sorge allora la dipendenza e dove c'è dipendenza, c'è autorità. Perciò la mente diventa schiava dell'autorità, della tradizione e una mente simile non è chiaramente libera. Soltanto una mente libera può fare scoperte. Fare affidamento su qualcun altro per risvegliare la mente è come fare affidamento su una droga. Naturalmente, potete prendere una droga e potrà farvi vedere le cose in modo molto acuto, chiaro. Ci sono droghe che possono far apparire la vita momentaneamente più intensa, in modo tale che ogni cosa risalti e risplenda: i colori che vedete ogni giorno e a cui non fate caso diventano straordinariamente belli e così via. Questo può essere il vostro 'risveglio' della mente, ma allora dipenderete da una droga, come ora dipendete dal vostro guru o da qualche libro sacro, e la dipendenza spegne la mente. Dietro la dipendenza c'è la paura, la paura di non avere successo, di non ottenere nulla. Quando dipendete da un altro, che sia il Salvatore o chiunque altro, significa che la vostra mente cerca il successo, una meta gratificante. La puoi chiamare Dio, Verità, come vuoi, ma è ancora una volta qualcosa da guadagnare. Allora la mente è prigioniera, diventa schiava e qualsiasi tentativo faccia (sacrificarsi, disciplinarsi, torturarsi) non potrà mai trovare l'alterità. Allora il problema non è trovare il maestro giusto, ma se la mente può rimanere sveglia: allora scoprirete che può farlo soltanto quando ogni relazione è uno specchio in cui vede se stessa per quello che è. Ma la mente non può vedersi per quello che è, se c'è condanna o giustificazione di ciò che vede o qualche forma di identificazione. Tutte queste cose spengono la mente e poiché siamo spenti vogliamo essere risvegliati e cerchiamo qualcun altro che ci risvegli. Ma da questa stessa esigenza di essere risvegliata, una mente spenta è resa ancora più spenta, in quanto non individua la causa che la rende tale. Soltanto quando la mente vede e comprende l'intero processo e non dipende dalla spiegazione di un altra persona, allora è capace di liberare se stessa. Ma quanto ci soddisfano facilmente le parole e le spiegazioni! Soltanto pochi di noi fanno

breccia nella barriera delle spiegazioni, vanno al di là delle parole e scoprono da soli ciò che è vero. Le capacità si sviluppano con l'applicazione, non è così? Ma non ci applichiamo, perché ci bastano le parole, le speculazioni, le risposte tradizionali e le spiegazioni in base alle quali siamo stati educati.

Domanda: Tutte le religioni considerano la preghiera necessaria, che ne pensi?

Krishnamurti: La questione non è cosa penso della preghiera, esprimerei soltanto un'opinione da opporre a un'altra e un'opinione non ha nessun valore. Quello che possiamo fare è esaminare i fatti. Cosa intendo con preghiera? La preghiera è in parte una supplica, una richiesta, una domanda. Quando siete nei guai, avete un dispiacere e volete essere confortati, pregate. Siete confusi e volete chiarezza. I testi non vi soddisfano, il guru non vi dà quello che vorreste, allora pregate; vale a dire che o esprimete la vostra supplica silenziosamente o ripetete determinate frasi. Ora, se continuate a ripetere certe parole o frasi, scoprirete che la mente diventa molto calma. Si tratta di un noto fenomeno psicologico: la ripetizione calma la mente superficiale. E allora cosa accade? L'inconscio può avere una risposta al problema che agita la mente superficiale: quando la mente superficiale diventa calma, l'inconscio è in grado di suggerire una soluzione e allora diciamo: "Dio mi ha risposto". È davvero fantastico che arriviate a pensare una cosa simile, che la piccola mente, prigioniera del dispiacere che si è causata, si aspetti una risposta dall'alterità, dall'incommensurabile, dal non-conosciuto. Ma la nostra richiesta ha una risposta, abbiamo trovato una soluzione e questo ci basta. Si tratta di una forma di preghiera, no? Ora, pregate mai quando siete felici? Quando siete consapevoli dei sorrisi e delle lacrime di chi vi circonda, quando vedete il cielo meraviglioso, le montagne, i folti campi e il volo veloce degli uccelli, quando c'è gioia e delizia nel vostro cuore, indulgete in ciò che chiamate preghiera? Ovviamente no. Tuttavia, vedere la bellezza della terra, avere cognizione della fame e della miseria, essere consapevoli di ogni cosa che ci accade, anche questa è sicuramente una forma di preghiera. Forse tale forma di preghiera ha molto più significato, un valore di gran lunga più grande, per cui può spazzare via le ragnatele dei ricordi, dei rancori, di tutte le stupidità accumulate dall'io. Ma una mente preoccupata di se stessa e dei suoi progetti, prigioniera dei suoi credo, dei suoi dogmi, delle sue paure e delle sue gelosie, della sua ambizione, avida, invidiosa, una mente simile difficilmente sarà consapevole di questa cosa straordinaria chiamata vita. È legata dalla sua attività centrata sul sé, e quando una mente simile prega, che sia per un frigorifero o per risolvere un problema, è ancora piccola, sebbene riceva una risposta. Tutto questo conduce a chiedersi che cosa sia la meditazione, non è vero? È chiaro che la meditazione è necessaria. È una cosa straordinaria, ma la maggior parte di noi non sa cosa significhi meditare. Ci interessa solo come meditare, praticare un metodo o un sistema attraverso il quale speriamo di ottenere qualcosa, di realizzare ciò che chiamiamo pace o Dio. Non ci occupiamo mai di scoprire che cosa sia la meditazione e chi sia che medita: ma se ci proviamo, scopriremo come meditare. L'indagine sulla meditazione è meditazione. Ma per investigare riguardo alla meditazione non potete più essere legati al guinzaglio da nessun sistema, perché la vostra ricerca sarà condizionata dal sistema. Per verificare realmente il problema di cosa sia la meditazione, occorre abbandonare ogni sistema. Soltanto una mente libera può

esplorare, e il processo stesso di liberare la mente per esplorare è meditazione.

Domanda: Riesco a sopportare il pensiero della morte soltanto se posso credere in una vita futura. Ma tu dici che questa credenza è un ostacolo alla comprensione. Per favore, aiutami a capire la verità.

Krishnamurti: La fede in una vita futura è il risultato del proprio desiderio di conforto. Soltanto quando la mente non ha alcun desiderio di essere confortata da una fede si può scoprire se ci sia o no una vita futura. Se soffro per la morte di mio figlio e per superare il dolore credo nella reincarnazione, nella vita eterna o in quel che vuoi, allora la fede diventa una mia necessità, e una mente simile ovviamente non potrà mai scoprire cos'è la morte, perché tutto ciò che le interessa è avere una speranza, un conforto, una rassicurazione. Ora, che ci sia o no una vita dopo la morte è un problema del tutto diverso. Vediamo che il corpo giunge a un termine. L'organismo fisico, a forza di essere utilizzato, si consuma. Allora cos'è che continua? È l'esperienza accumulata, la conoscenza, il nome, i ricordi, l'identificazione con il pensiero in quanto 'io'. Ma non vi basta, dite che ci deve essere un'altra forma di continuazione, un'anima permanente: l'Atman. Ma la sua esistenza è una creazione del pensiero, e il pensiero che lo ha creato è ancora parte del tempo, quindi non è spirituale. Se andate a fondo nella questione, vedrete che c'è soltanto il pensiero identificato con l'io, la mia casa, mia moglie, la mia famiglia, la mia virtù, il mio fallimento, il mio successo e tutto il resto, e volete che tutto questo continui. Dite: "Voglio finire il mio libro prima di morire". Oppure: "Voglio perfezionare le mie qualità; a che scopo mi sono sforzato tutti questi anni per ottenere qualcosa, se alla fine tutto svanisce?". Allora la mente, che è il prodotto del conosciuto, vuole avere una continuazione nel futuro e poiché esiste quell'incertezza che chiamiamo morte, siamo spaventati e cerchiamo rassicurazioni. Ora, penso che dovremmo avere un approccio diverso al problema, cercando di scoprire da soli se è possibile, mentre viviamo, avere esperienza di quello stato finale che chiamiamo 'morte'. Non significa che dobbiamo suicidarci, bensì sperimentare concretamente quello stato di stupore, quel momento sacro del morire a ogni cosa di ieri. Dopo tutto la morte è il non-conosciuto e nessun quantitativo di razionalizzazioni, nessuna fede o incredulità, porterà mai a quella straordinaria esperienza. Per avere quella pienezza interiore di vita, che include la morte, la mente deve liberarsi dal conosciuto. Il conosciuto deve cessare di essere perché vi sia il non-conosciuto.

Primo discorso a Bruxelles 24 giugno 1956

Una delle nostre grandi difficoltà è sapere come liberarci dal complesso problema del dolore. Cerchiamo di lottare contro di esso sul piano intellettuale, ma sfortunatamente l'intelletto non ha alcuna soluzione. La cosa migliore che possa fare è trovare qualche forma di razionalizzazione verbale o inventare una teoria, altrimenti diviene cinico e aspro. Se però siamo in grado di esaminare con molta serietà il problema della sofferenza, non solo verbalmente, ma facendo autentica esperienza del suo intero processo, allora forse ne scopriremo le cause e vedremo se ciò ci condurrà a una soluzione. È chiaro che il problema del dolore è uno degli aspetti fondamentali della nostra vita. La maggior parte di noi prova qualche forma di dolore, occulto o manifesto, e

cerca in continuazione di trovare il modo di superarlo, di liberarsene. Ma mi sembra che sia inevitabile che il dolore continui, a meno che non cominciamo a comprendere da soli i meccanismi estremamente profondi della mente. Ci si può sbarazzare del dolore attraverso la razionalità, ossia spiegandone la causa? A livello superficiale, tutti sappiamo perché soffriamo. Mi riferisco in particolar modo alla sofferenza psicologica, non al semplice dolore fisico. Se so perché soffro, nel senso che riconosco la causa del mio dolore, questo scomparirà? Non devo guardare più in profondità, invece di essere soddisfatto di una delle innumerevoli spiegazioni a proposito di ciò che causa lo stato che chiamo dolore? E come faccio ad andare più in profondità? La maggior parte di noi si accontenta con grande facilità di risposte superficiali, non è vero? Accettiamo sbrigativamente una via d'uscita soddisfacente dalla profonda questione del dolore. A livello conscio o inconscio, verbale o concreto, tutti noi sappiamo di soffrire, perché ci portiamo dentro la contraddizione causata dai desideri e i desideri cercano di dominarsi a vicenda. Questi desideri contraddittori generano conflitto e il conflitto conduce invariabilmente allo stato mentale che chiamiamo sofferenza. Mi sembra che l'origine di ogni dolore sia l'intero complesso dei desideri responsabile dei conflitti. La maggior parte di noi è imprigionata in questa massa contraddittoria di desideri, aspirazioni, speranze, paure e ricordi. Ci interessiamo cioè ai nostri risultati, ai nostri successi, al nostro benessere e al soddisfacimento delle nostre ambizioni; ci interessiamo a noi stessi. E penso che questo interesse centrato sul sé sia la vera sorgente di conflitti e sofferenze. Avendo realizzato ciò, cerchiamo di fuggire dal nostro interesse egoistico gettandoci in varie attività filantropiche, identificandoci con una particolare riforma o aderendo stupidamente a qualche tipo di credo religioso che religioso non è affatto. Quel che ci interessa in realtà è come sfuggire alla nostra sofferenza, dissolverla. Mi sembra quindi sia molto importante, se vogliamo liberarci dal dolore, approfondire questo insieme complesso che chiamiamo desiderio, questo fascio di ricordi che chiamiamo 'io'. Non è forse possibile vivere nel mondo senza questo complesso costituito dal desiderio, senza quest'entità chiamata 'io' dalla quale ha origine tutta la sofferenza? Non so se abbiate mai riflettuto a fondo su questo problema. Quando soffriamo per vari motivi, la maggior parte di noi cerca di trovare una risposta e di fuggire identificandosi con questo o quello, sperando così di alleviare la sofferenza. La sofferenza tuttavia continua, in maniera conscia o sotterranea. Ora, può la mente liberarsi dalla sofferenza? Questo è un problema per tutti noi che riflettiamo su queste cose, perché tutti soffriamo, in modo acuto o superficiale. Il dolore può avere fine oppure è inevitabile? Se il destino umano è quello di soffrire senza fine, allora dobbiamo accettarlo e conviverci. Penso però che sarebbe sciocco limitarsi ad accettare questa condizione dolorosa, dal momento che nessuno vorrebbe trovarvisi. Allora è possibile mettere fine al dolore? Sicuramente il dolore è il risultato non solo dell'ignoranza, che è mancanza di conoscenza di sé, ma anche di quest'enorme sforzo che ognuno compie continuamente per essere qualcuno, per acquisire qualcosa o per rigettare qualcosa. Siamo in grado di vivere in questo mondo senza compiere alcuno sforzo per essere o diventare qualcuno, senza cercare di ottenere, rigettare o acquisire? Non è forse questo che facciamo tutto il tempo? Compiamo uno sforzo. Non sto dicendo che non deve esserci alcuno sforzo, sto solo indagandone il

complesso problema. Posso vedere per quanto mi riguarda, e dovrebbe essere evidente alla maggior parte di noi, che fino a quando desidero avere successo, che sia nel mondo ordinario o a livello psicologico o spirituale, devo compiere uno sforzo, tentare di ottenere un risultato, e mi sembra che la sofferenza sia intrinseca alla natura di questo sforzo. Vi prego di non trascurare tutto ciò. È facile dire: "Non si può vivere senza sforzarsi in questo mondo. Ogni cosa è in lotta nella natura e, se non ci sforziamo, la vita è impossibile". Non è di questo che sto parlando. Sto indagando l'intero processo dello sforzo; non sto dicendo che dovremmo rigettare o prolungare lo sforzo, aumentarlo o diminuirlo. Mi chiedo se lo sforzo sia necessario a livello psicologico e se non sia esso stesso il seme del dolore. Quando compiamo uno sforzo, lo facciamo ovviamente per un motivo, per ottenere, essere o diventare qualcuno. Dove c'è sforzo c'è l'azione della volontà, che è essenzialmente desiderio. Un desiderio si oppone all'altro, generando così una contraddizione. Per superare questa contraddizione, cerchiamo in vari modi di creare un'integrazione che, a sua volta, implica uno sforzo. Così il nostro modo di pensare e il nostro intero stile di vita non sono altro che uno sforzo senza fine. Ora, questo sforzo è sicuramente incentrato sull'io, sul sé, il quale è interessato a se stesso e alle sue attività. Può la mente liberarsi da questo insieme, da questo fascio di desideri, urgenze e costrizioni, senza sforzo e senza un motivo? Spero di essere chiaro, perché si tratta di un problema molto complesso. So che la mia vita è una serie di desideri; è formata da molti bisogni, frustrazioni, speranze, brame e aspirazioni; si coltiva la virtù, si cerca una posizione morale che sia conforme a un ideale e via dicendo; di conseguenza c'è il bisogno imperioso di essere liberi. Tutto questo costituisce l'io, il sé, che è la sorgente del dolore. Sicuramente, qualsiasi tentativo faccia per essere libero dal dolore ne procura altro, perché a sua volta implica uno sforzo. Penso che, fondamentalmente, si debba comprendere questo: che ogni sforzo per essere o diventare qualcuno, per ottenere successo e così via, produce dolore. Compiendo uno sforzo per eliminare il dolore, costruisco una barriera contro di esso e proprio quella barriera è una forma di repressione che procura altro dolore. Se me ne rendo conto, cosa posso fare? Come può la mente, imprigionata dal dolore, liberarsene? Può fare qualcosa? Infatti ogni azione a sua volta ha una motivazione dietro di sé e una motivazione conduce inevitabilmente a un conflitto che causa nuovo dolore. Tale è la questione nella sua complessità. Penso che sarò felice se avrò una vita di successo, se avrò molte cose, una posizione, potere, denaro. Pertanto lotto e, nel corso di questa lotta per ottenere ciò che voglio, ci sono conflitto, paura e frustrazione. Da qui scaturisce il dolore. Oppure, se non ho una mentalità mondana, mi rivolgo alle cosiddette questioni spirituali. Anche lì cerco di ottenere qualcosa: di realizzare Dio, la Verità e così via; coltivo la virtù, obbedisco ai dettami della chiesa, seguo lo yoga o qualche altro sistema con l'obiettivo di portare pace nella mia mente. Ci sono quindi ancora lotta, conflitto, repressione e barriere, e mi sembra che tutto questo sia estremamente futile e privo di senso. Allora, cosa può fare la mente? Conosco l'intero meccanismo della sofferenza e le sue cause; conosco anche il modo di fuggire dalla sofferenza e so che la soluzione non è la fuga. Si può fuggire per un momento, ma la sofferenza sarà ancora lì come un lento veleno. Cosa può fare allora la mente? Come fa la mente a conoscere qualcosa? Quando dico: "Conosco il meccanismo della sofferenza",

cosa intendo? Si tratta forse di una semplice conoscenza intellettuale, di una comprensione verbale e razionale dell'intera rete della sofferenza? Oppure ne sono totalmente e interiormente consapevole? La mia conoscenza si limita a qualcosa che ho appreso, che mi è stato insegnato, di cui ho letto o che ho afferrato grazie a una descrizione? Oppure sono davvero consapevole che la sofferenza è un processo che ha luogo dentro di me, in ogni istante della mia esistenza? In quale delle due situazioni mi trovo? Penso sia una questione importante. Come faccio a sapere che soffro? Lo so perché semplicemente mi sento frustrato o perché ho perduto qualcuno, perché per esempio mio figlio è morto? Oppure so con tutto il mio essere che la sofferenza è la natura di ogni desiderio e di tutto il divenire? E allora devo indagare il meccanismo di ogni desiderio per scoprirlo? Quel che è certo è che la sofferenza continua fino a quando non si ha piena comprensione del desiderio, il quale include l'azione della volontà e implica contraddizione, repressione, resistenza e conflitto. Il conflitto è sempre presente, sia che desideriamo cose superficiali sia che ne desideriamo di profonde e fondamentali. Siamo quindi in grado di scoprire se la mente è capace di essere libera dal desiderio, dall'intero processo psicologico del desiderio di essere, diventare o ottenere qualcosa, di avere successo, di trovare Dio? Può la mente comprendere tutto ciò e liberarsene? In caso contrario, la vita consisterà in conflitti e infelicità senza fine. Magari trovate una panacea, una fuga provvisoria, ma l'infelicità vi attende. Potete gettarvi in qualche attività, rifugiarvi in un credo religioso e trovare vari modi per dimenticare voi stessi, ma il conflitto sarà sempre lì. La mente può dunque comprendere il processo del desiderio? E questa comprensione dipende dal fatto che si compia uno sforzo? Oppure giunge solo quando la mente vede l'intero processo del desiderio; lo vede, ne fa esperienza, ne è totalmente consapevole, sa di non poter far nulla, quindi diviene silenziosa? Penso sia questo il punto fondamentale: non si tratta di trascendere, trasformare o controllare il desiderio, ma di conoscerne appieno il significato e, una volta conosciutolo, essere completamente immobili, silenti e privi di azione al riguardo. Quando la mente infatti si confronta con un problema enorme come il desiderio, ogni sua azione distorce il problema; ogni sforzo di afferrarlo non fa che renderlo meschino e superficiale. Al contrario, se la mente è in grado di guardare a questo enorme problema del desiderio senza alcun movimento, senza alcuna negazione, senza accettarlo o rigettarlo, scopriremo che il desiderio assume un significato alquanto diverso e che si potrà vivere in questo mondo senza essere preda della contraddizione, della lotta, dell'incessante sforzo di arrivare e ottenere qualcosa. Quando la mente è tanto abile da abbracciare l'intero processo del desiderio, noterete che diventa sorprendentemente capace di fare esperienza senza aggiungere nulla a se stessa. Quando la mente non è più contaminata dal desiderio e da tutti i problemi connessi, diviene allora una cosa sola con la realtà. Non è più la mente che conosciamo, ma una mente del tutto priva del sé e del desiderio.

Domanda: Ieri hai parlato della mediocrità. Io mi rendo conto della mia mediocrità, ma come faccio a superarla?

Krishnamurti: È la mente mediocre a chiedere un modo per farsi avanti o ottenere qualcosa. Perciò quando dite: "Sono mediocre, come faccio a non esserlo più?", non afferrate appieno il significato della mediocrità. La mente che vuole cambiare o migliorare

se stessa, per quanto si sforzi, rimarrà sempre mediocre. E non è forse questo che tutti noi vogliamo? Tutti vogliamo cambiare per non essere più in un modo o in un altro. Da stupidi, vogliamo diventare intelligenti. Ma lo stupido che prova a diventare intelligente rimarrà sempre stupido. Invece l'uomo consapevole di essere stupido che realizza appieno il significato della stupidità senza volerla cambiare, vi pone fine. Può dunque la mente guardare allo stato delle cose senza cercare di alterarlo? Sono in grado di realizzare il semplice fatto che sono arrogante, stupido o vano, senza cercare di cambiarlo? Il desiderio di cambiare porta alla mediocrità perché, in tal caso, mi metto in cerca di qualcuno che mi dica cosa fare al riguardo; vado alle conferenze e leggo libri col proposito di scoprire come cambiare ciò che sono. Mi faccio quindi sviare e non affronto la condizione in cui mi trovo, e questo fa sì che io coltivi la mediocrità. Ora, posso prendere coscienza del fatto di essere mediocre senza volerlo modificare? La mente è mediocre in fin dei conti, non importa a chi appartenga. È mediocre, legata alla tradizione e al passato; e quando cerca di migliorarsi, di superare i suoi limiti, rimane nella stessa condizione di mediocrità, con la differenza che si mette in cerca di una nuova sensazione, che consiste nel fare l'esperienza di non essere mediocre. Il problema pertanto non è superare la mediocrità, perché è l'inevitabile conseguenza dell'asservimento a una tradizione, che sia stata stabilita dalla società o coltivata da noi. Qualsiasi sforzo della mente per superare la mediocrità ne sarà parte e porterà perciò a un risultato mediocre. Questo è il punto. Non vediamo che la mente, per quanto colta, intelligente ed erudita, è in sostanza mediocre e rimane mediocre, per quanto tenti di superare tale mediocrità. Quando la mente vede la sua mediocrità, non solo superficialmente, ma nella sua interezza e con tutto ciò che essa implica, senza cercare di fare nulla al riguardo, vi accorgerete che non vi interessa più occuparvene o tentare di cambiare le cose. La realtà stessa comincia allora ad agire. Ciò vuol dire che, quando la mente è consapevole della sua stupidità e mediocrità, senza intervenire su questa realtà, allora è la realtà che inizia a operare su di essa. Vedrete quindi che la mente subirà un sostanziale cambiamento. Sino a quando però la mente vorrà cambiare, qualsiasi cambiamento non sarà altro che la continuazione di ciò che è stato sotto una veste diversa. Ecco perché è molto importante comprendere l'intero processo del pensiero ed è essenziale la conoscenza di sé. Tuttavia, non potete conoscervi se vi limitate ad accumulare conoscenza su voi stessi, perché allora conoscerete soltanto quel che avrete accumulato e ciò non equivale a conoscere i meandri del sé e le sue attività momento per momento.

Domanda: Come possiamo mettere fine alla crudeltà che l'uomo mette in atto nei confronti degli animali con la vivisezione, i mattatoi e via dicendo?

Krishnamurti: Non penso che metteremo fine a tutto questo, perché non penso che sappiamo cosa significhi amare. Perché ci interessiamo così tanto agli animali? Non è che non dovremmo farlo, dobbiamo; ma perché il nostro interesse è rivolto solo a loro? Non siamo forse crudeli gli uni nei confronti degli altri? La nostra intera struttura sociale si basa sulla violenza, che molto spesso sfocia nella guerra. Se davvero amaste i vostri figli, mettereste fine alla guerra. Voi però non amate i vostri figli, e così li sacrificate per proteggere le vostre proprietà, per difendere lo Stato, la chiesa o qualche altra organizzazione che esige questo da voi. Dato che la società di cui facciamo parte si basa

su una violenza carica di avidità, siamo inevitabilmente crudeli gli uni verso gli altri. La violenza è intrinseca all'intera struttura basata su competizione, paragone, posizione sociale, proprietà e retaggio culturale. Accettiamo tutto ciò considerandolo inevitabile, per questo siamo crudeli fra di noi come lo siamo con gli animali. Il problema non è come abolire i mattatoi ed essere rispettosi degli animali, ma che abbiamo perduto l'arte dell'amore; e non mi riferisco a una sensazione o a un'emozione, ma al sentimento dell'autentica gentilezza e compassione. Sappiamo cosa vuol dire essere veramente compassionevoli? Non allo scopo di andare in paradiso, ma nel senso di non volere nulla per noi? Di sicuro, ciò richiede un'educazione psicologica alquanto diversa. Sin dall'infanzia veniamo addestrati a competere, a essere crudeli per inserirci nella società. Fino a quando verremo educati a inserirci nella società, saremo inevitabilmente crudeli, perché essa si basa sulla violenza. Se amassimo i nostri figli, li educheremmo in maniera completamente diversa, in modo che non vi siano più guerre, nazionalismi, ricchi e poveri, e l'intera struttura di questa brutta società verrebbe trasformata. Noi però non ci interessiamo di tutto questo, che è davvero un problema complesso e profondo. Ci interessiamo solo al modo di far cessare alcuni aspetti della crudeltà. Non dico che non dovrebbe interessarci, ma il punto è che, anche se aderiamo a un'organizzazione che si batte per mettere fine alla crudeltà, facciamo sottoscrizioni, scriviamo e lavoriamo senza sosta per essa, ne diventiamo i segretari o i presidenti e tutto il resto, quel che è amore va perduto. Al contrario, se cerchiamo di scoprire cosa significa amare senza attaccamento e richieste, senza cercarne la sensazione, e costituisce un problema immenso, allora forse daremo origine a relazioni diverse tra gli esseri umani e con gli animali.

Domanda: Cos'è la morte e perché ci spaventa tanto?

Krishnamurti: Penso che sarebbe utile approfondire questo problema concretamente, non solo sotto l'aspetto puramente verbale. Perché separiamo la vita dalla morte? La morte è separata della vita o ne fa parte? Forse non sappiamo cosa significhi vivere, ed è per questo che la morte ci sembra qualcosa di così terribile, da evitare, da cui fuggire e a cui dare una spiegazione. La vita non è forse parte della morte? È vivere il costante accumulo di proprietà, denaro e prestigio sociale così come di conoscenze e virtù, tutte cose che mi sono care e alle quali mi aggrappo? Forse io posso chiamarlo così, ma è vivere? Non è soltanto un insieme di lotte, contraddizioni, sofferenze e frustrazioni? Noi però lo chiamiamo vita e vogliamo quindi sapere cos'è la morte. Sappiamo che la morte è la fine che attende tutti noi; il corpo, l'organismo, si logora e muore. Riconoscendolo la mente dice: "Ho vissuto, accumulato e sofferto, e ora che ne sarà di me? Cosa mi accadrà dopo la morte?". Non sapendo cosa accadrà, la mente è spaventata e inizia quindi a inventare idee e teorie come la reincarnazione e la resurrezione, oppure torna indietro e si rifugia nel passato. Se crede nella reincarnazione, ne cerca le prove attraverso l'ipnosi e altri mezzi. In sostanza, è ciò che tutti facciamo. La nostra vita è oscurata da questa cosa chiamata morte e vogliamo sapere se ci sia qualche forma di continuazione. Altrimenti abbiamo un rapporto così malato nei confronti della vita che vogliamo morire e siamo terrorizzati al pensiero che possa esserci qualcosa dopo la morte. Ora, qual è la risposta a tutto ciò? Perché abbiamo separato la morte dalla vita e perché la mente si

attacca all'idea di una sua continuazione? La mente non può essere consapevole di ciò che chiama morte come della la vita? Non può essere consapevole del significato globale della morte? Sappiamo cos'è la nostra vita: un processo di accumulazione, godimento, sofferenza, rinuncia, ricerca e costante angoscia. La nostra esistenza è così e sotto quest'aspetto c'è continuità. So di essere vivo perché sono consapevole di soffrire e di godere; la memoria agisce e le esperienze passate colorano le esperienze future. C'è un senso di continuità, la proiezione di una serie di eventi collegati dalla memoria. Conosco questo processo e lo chiamo vivere, ma so cos'è la morte? Sono in grado di saperlo? Non ci stiamo chiedendo cosa ci sia dopo la morte, perché non si tratta di qualcosa di importante. È possibile però conoscere o fare esperienza del significato di ciò che chiamiamo morte mentre siamo in vita? Mentre sono cosciente, fisicamente in forze, mentre la mia mente è chiara e capace di pensare senza sentimentalismo ed emotività, posso avere diretta esperienza di ciò che chiamo morte? So cosa vuol dire vivere, ma posso, allo stesso modo, con lo stesso vigore e la stessa forza, scoprire il significato della morte? Se muoio di colpo, di malattia o a causa di un incidente, non lo scoprirò all'ultimo momento. Il problema quindi non è cosa ci sia oltre la morte o nell'evitare la paura che essa ci incute. Non potete evitare la paura della morte fino a quando la mente accumula una serie di eventi ed esperienze collegate dalla memoria, perché in realtà ciò che temiamo è proprio la fine di tutto questo. Senza dubbio, ciò che è dotato di continuità non è mai creativo. Solo la mente che muore nei confronti di ogni cosa momento per momento conosce davvero la morte. Non si tratta di pura emotività, ma di qualcosa che richiede grande capacità di visione profonda, di pensiero e di indagine. Possiamo conoscere la morte, come la vita, mentre viviamo; possiamo entrare nella casa della morte, nel non-conosciuto nell'atto stesso di vivere. Ma la mente, che è il risultato del conosciuto, per entrare nel non-conosciuto deve rompere con tutto ciò che ha conosciuto e accumulato, e deve farlo non solo a livello conscio, ma molto più in profondità, nell'inconscio. Spazzare via tutto ciò significa morire e vedremo allora che non ci sarà più alcuna paura. Non sto offrendo una panacea contro la paura. Siamo invece in grado di conoscere e comprendere appieno il significato della morte? Vale a dire: può la mente annullarsi del tutto, senza conservare alcun residuo del passato? Dobbiamo indagare, esaminare con diligenza e vigore, e lavorare duramente per scoprire se ciò è possibile. Se però la mente si limita ad aderire a ciò che chiama vivere, ossia alla sofferenza e a quest'intero processo di accumulazione e cerca di evitare il resto, allora non conoscerà né la vita né la morte. Il problema consiste dunque nel liberare la mente dal conosciuto, da tutte le cose che ha accumulato, acquisito e di cui ha fatto esperienza, in modo che divenga innocente e possa comprendere perciò cos'è la morte, il non-conosciuto.

Secondo discorso a Bruxelles 25 giugno 1956

Penso che sarebbe uno spreco di tempo e di energie se considerassimo questi discorsi semplicemente come uno stimolo intellettuale o come un divertimento basato su idee nuove. Sarebbe come arare incessantemente un campo senza mai seminare nulla. A coloro che sono ansiosi di trovare qualcosa di molto più significativo della stanca routine dell'esistenza quotidiana, che vogliono comprendere la vita in modo più profondo, sembra

molto difficile non farsi sviare nella ricerca. Infatti, ci sono talmente tante cose nelle quali la mente può perdersi: il lavoro, la politica, l'attività sociale, l'acquisizione della conoscenza o le varie associazioni e organizzazioni. Cose che apparentemente danno grande soddisfazione e, quando siamo soddisfatti, le nostre vite diventano inevitabilmente assai superficiali. Penso però che ci siano alcune persone davvero serie che non desiderano farsi distogliere dalle questioni fondamentali, che vogliono davvero arrivare in fondo alla loro ricerca e scoprire da sole se vi sia qualcosa di più importante della pura e semplice ragione e della spiegazione logica delle cose. Queste persone non si fanno sviare facilmente. Sono dotate di una certa virtù spontanea che non è vuota come la virtù appresa; hanno calma, gentilezza e senso delle proporzioni; conducono una vita sana e bilanciata e non accettano gli estremi. Sfortunatamente però, persino loro sembrano trovare molto difficile andare oltre i conflitti quotidiani, comprenderli, e scoprire da sole se vi sia qualcosa di realmente e profondamente significativo. Quelli fra noi che hanno riflettuto sul serio su queste cose e sono attenti sia ai problemi ricorrenti delle loro vite, sia alle crisi periodiche della società, devono essere consapevoli che la pura e semplice vita virtuosa o buona non è sufficiente. Se infatti non siamo in grado di andare oltre e scoprire qualcosa di più importante, come ad esempio una visione più ampia o una maggiore pienezza di vita, allora, per quanto nobili siano i nostri sforzi, rimarremo sempre in questo stato di incessante agitazione e conflittualità. Una vita buona è ovviamente necessaria ma, sicuramente, la religione è un'altra cosa. Si può andare oltre tutto ciò? Penso che alcuni di noi si siano resi conto della stupidità dei dogmi, delle credenze e delle religioni organizzate, e abbiano messo da parte queste cose. Noi, contentandoci di poco ed essendo gentili e generosi, realizziamo pienamente l'importanza di una vita buona, equilibrata, sana e morigerata; tuttavia, in qualche modo, diamo l'impressione di non riuscire a scoprire quel qualcosa di vitale che può portarci all'autentica vita religiosa. Si può essere virtuosi, molto attivi nel fare il bene, facilmente contenti e disinteressati, ma di sicuro l'autentica vita religiosa deve consistere in molto più di questo. Qualsiasi persona rispettabile e ogni buon cittadino si riconosce, più o meno, in queste qualità, ma non si tratta di religione. Né è religione appartenere a una chiesa, partecipare alle adunanze della domenica, leggere occasionalmente un libro di argomento religioso, venerare un simulacro o dedicare la propria vita a una particolare idea o ideale. Queste sono tutte cose create dall'uomo; rimangono nei limiti del tempo, della cultura e della civiltà. E, tuttavia, persino quelli fra noi che hanno lasciato andare tutto ciò sembrano incapaci di andare oltre. Qual è la difficoltà? Andare oltre è un dono che appartiene a pochi? Solo pochi sono in grado di comprendere, realizzare o sperimentare la Realtà, e quindi la moltitudine deve dipendere dall'aiuto e dalla guida di quei pochi? Penso che un'idea del genere sia del tutto falsa. Da quest'idea che solo pochi possano comprendere e il resto debba seguire, derivano molte forme di stoltezza, sfruttamento e crudeltà. Se la accettiamo, le nostre vite diventano davvero superficiali, prive di senso e triviali. Molti di noi accettano quell'idea con grande facilità, non è vero? Pensiamo che la comprensione sia appannaggio di pochi o ci sia un solo Figlio di Dio, e che il resto di noi conti poco. Accettiamo una simile idea perché siamo interiormente pigri, o forse perché non abbiamo capacità di penetrazione. Potrebbe essere proprio a

causa della mancanza di capacità di penetrare, di andare alla radice delle cose, che pregiudichiamo la profonda comprensione, questo straordinario senso di unità che non significa identificazione con l'idea di unità. La maggior parte di noi si identifica con qualcosa: con la famiglia, con un'idea o con una credenza; in tal modo spera di dimenticare il proprio piccolo sé. Temo però che non sia la soluzione. Il grande contiene il piccolo, ma quando il piccolo cerca di identificarsi con il grande ne deriva solo un atteggiamento superficiale e privo di valore. Dunque, è possibile che ognuno di noi abbia la capacità di andare oltre la virtù, la bontà, la sensibilità e la compassione solo ordinarie? Queste prerogative sono essenziali nella vita quotidiana, ma siamo in grado di risvegliare la capacità di andare al di là di esse, di tutti i movimenti consci della mente, di tutte le inclinazioni, le speranze, le aspirazioni e i desideri, in modo che la mente non sia più uno strumento che crea e distrugge, imprigionato nelle sue proiezioni e nelle sue idee? Se possiamo, in modo sensato e diligente, scoprire da soli in che modo questa capacità ha origine, senza cercare di coltivarla o desiderarne lo sviluppo, penso che allora sapremo in cosa consiste condurre una vita religiosa. Ciò richiede tuttavia una rivoluzione nel modo di pensare: l'unica vera rivoluzione. Qualsiasi rivoluzione che si limiti agli aspetti economici o sociali comporta solo la necessità di un'ulteriore riforma, ed è un processo senza fine. La vera rivoluzione è interiore e sorge senza che la mente la cerchi. Quello che la mente cerca e trova, per quanto ragionevole, razionale e intelligente, non è mai la risposta definitiva. La mente è infatti un assemblaggio e lo è anche ciò che essa crea; per questo può essere incompleta. Ma la rivoluzione di cui sto parlando è l'autentica vita religiosa, liberata da tutte le assurdità delle religioni organizzate che pullulano nel mondo. Non ha nulla a che fare con preti, simboli e chiese. Come può aver luogo questa rivoluzione? Siccome non lo sappiamo, diciamo che dobbiamo avere fede o che la grazia divina deve scendere su di noi. In effetti può accadere che giunga la grazia, ma la fede appresa è solo un'altra creazione della mente e può perciò essere distrutta. Che la grazia ci sia oppure no, non deve riguardarci; una mente che cerca la grazia non la troverà mai. Se quindi avete davvero riflettuto sulla questione e meditato sulla vita, vi sarete chiesti se questa rivoluzione interiore possa aver luogo e dipenda da una capacità che sia possibile apprendere, come si apprende la capacità di tenere la contabilità e di fare l'ingegnere o il chimico. Queste ultime sono capacità che possono essere apprese: possono essere sviluppate per produrre determinati risultati. Io sto parlando però di una capacità che non si può apprendere, qualcosa cui non potete correre dietro, che non potete inseguire o scovare negli oscuri meandri della mente. Senza quel qualcosa, la virtù diventa mera rispettabilità, ossia una cosa terribile. Senza quel qualcosa, ogni attività si rivela contraddittoria e conduce a ulteriore conflitto e miseria. Ora, consapevoli della nostra lotta incessante nell'ambito dell'attività conscia centrata sul sé e del nostro interesse e tenendo conto di tutte queste varie azioni e contraddizioni, come possiamo giungere a un altro stato? Come si può vivere in quel momento che rappresenta l'eternità? Tutto questo non è puro e semplice sentimentalismo o romanticismo. La religione non ha nulla a che fare col romanticismo e il sentimentalismo, ma è qualcosa di molto arduo, nel senso che si deve lavorare con accanimento per scoprire cos'è la vera religione. Dopo aver percepito tutta la contraddittorietà e la confusione che permea la

struttura esteriore della società e il conflitto psicologico che ci accompagna costantemente, ci rendiamo conto che ogni sforzo per essere amabili e amichevoli è semplicemente una posa, una maschera. Per quanto una maschera possa essere bella, non c'è nulla dietro di essa; sviluppiamo allora una filosofia connotata da cinismo e disperazione, o aderiamo alla credenza in qualcosa di misterioso che va oltre questo incessante disordine. Ripeto che, ovviamente, tutto questo non ha nulla a che fare con la religione e, senza il profumo della vera religione, la vita ha davvero poco senso. Ecco perché lottiamo senza tregua per trovare qualcosa. Inseguiamo innumerevoli guru e maestri, frequentiamo le varie chiese e pratichiamo questo o quel sistema di meditazione, rigettandone uno per accettarne un altro. E, tuttavia, sembra che non riusciamo mai a oltrepassare la soglia; la mente sembra incapace di andare oltre se stessa. Cos'è quindi, mi chiedo, che fa sorgere ciò che è altro? Oppure non possiamo che giungere alla soglia e rimanervi, senza sapere cosa si trova al di là di essa? Forse dobbiamo arrivare proprio sull'orlo del precipizio di ogni cosa che abbiamo conosciuto, in modo che cessino gli sforzi e la coltivazione della virtù e la mente non cerchi più nulla. Penso che questo sia tutto ciò che la mente coscia può fare. Qualsiasi altra cosa faccia, crea solo un altro sistema, un'altra abitudine. La mente non deve forse staccarsi da tutte le cose che ha accumulato, da tutto l'insieme di esperienze e conoscenze, in modo da trovarsi in una condizione di innocenza non indotta? Forse è questo il nostro problema. Sentiamo dire che dobbiamo essere innocenti per scoprire qualcosa e, quindi, coltiviamo l'innocenza. Ma è mai possibile apprendere l'innocenza? Non è come voler apprendere l'umiltà? Di sicuro, un uomo che coltiva l'umiltà non è mai umile, proprio come un uomo che pratica la non-violenza non cessa di essere violento. Può darsi quindi che si percepisca la verità che la mente, in quanto è un assemblaggio di vari elementi, non è in grado di fare nulla. Vedere questa verità può essere tutto ciò che è possibile fare. Probabilmente deve esserci la capacità di vedere la verità in un lampo, e penso che proprio questa percezione purificherà in un istante la mente da tutto il passato. Più siamo seri e sinceri, più è pericoloso cercare di diventare qualcuno o ottenere qualcosa. Di sicuro, solo l'uomo che è spontaneamente umile, che è dotato di un'immensa umiltà a livello inconscio, è capace di comprendere momento per momento e di non accumulare mai ciò che ha appreso. Quindi, non è forse essenziale questa grande umiltà della non-conoscenza? Vedete però che tutti noi cerchiamo il successo e vogliamo un risultato. Diciamo: "Ho fatto tutte queste cose e non sono arrivato da nessuna parte, non ho ottenuto nulla; sono sempre lo stesso". Questo sentimento disperato che ci conduce a desiderare il successo, a voler arrivare, ottenere e comprendere, non accentua forse la scissione della mente? C'è sempre lo sforzo conscio o inconscio di ottenere un risultato, perciò la mente non è mai vuota, non è mai libera nemmeno per un secondo dal movimento del passato, del tempo. Penso dunque che non sia tanto importante leggere e discutere di più o assistere a più discorsi, quanto piuttosto essere coscienti delle motivazioni, delle intenzioni e degli inganni della mente; essere semplicemente consapevoli di tutto questo e lasciar perdere, non cercare di cambiare le cose, non tentare di trasformarsi, perché lo sforzo per modificarsi equivale a indossare un'altra maschera. Ecco perché il pericolo è molto più grande per quelli di noi che sono sinceri e

profondamente seri di quanto non lo sia per le persone leggere e superficiali. Proprio la nostra serietà può compromettere la comprensione delle cose per quello che sono. Mi sembra che ognuno di noi dovrebbe catturare il significato della totalità del nostro pensiero. Ma una grande attenzione al dettaglio e alla moltitudine dei pensieri e dei desideri conflittuali non porterà a una comprensione della totalità. È necessaria un'istantanea percezione della mente nella sua interezza, che non si ottiene interrogandosi, ma osservando, indagando e ricercando costantemente. Penso che allora scopriremo da soli cos'è l'autentica vita religiosa.

Domanda: Quali sono le tue idee sull'educazione?

Krishnamurti: Penso che le idee da sole non siano mai buone, perché un'idea è buona quanto un'altra, a seconda che la mente la accetti o la rifiuti. Forse però sarebbe utile scoprire cosa intendiamo per educazione. Vediamo se siamo in grado di pensare insieme al significato dell'educazione nella sua totalità e di non pensarlo semplicemente nei termini della mia idea, della tua idea o di quella di uno specialista. Perché educhiamo i nostri figli? Per aiutarli a comprendere il significato della vita nella sua interezza o semplicemente per prepararli a guadagnarsi da vivere in una particolare cultura o società? Cos'è che vogliamo? Il punto non è ciò che dovremmo volere o ciò che è desiderabile, ma ciò su cui insistiamo davvero in qualità di genitori. Vogliamo che i figli si adeguino e siano cittadini rispettabili in una società corrotta, una società in guerra sia al proprio interno sia nei confronti delle altre società, brutale, egoista, violenta, avida, con occasionali manifestazioni di affetto, tolleranza e gentilezza. Non è questo forse che vogliamo veramente? Se i figli non si inseriscono nella società, che sia quella comunista, socialista o capitalista, abbiamo paura di quello che potrebbe accadergli e cominciamo allora a educarli per far sì che si adeguino al sistema che abbiamo costruito. Questo è ciò che vogliamo per i nostri figli ed è essenzialmente ciò che avviene. Qualsiasi rivolta dei figli contro la società e il sistema conformista, la chiamiamo delinquenza. Vogliamo che i figli si adeguino; vogliamo controllarne la mente, modellarne la condotta e lo stile di vita, in modo che si inseriscano nel sistema della società. Non è forse questo ciò che ogni genitore vuole? Ed è esattamente quanto sta accadendo in America come in Europa, in Russia come in India. I modelli possono leggermente variare, ma tutti vogliono che i figli si adeguino. Ora, è questa l'educazione? Oppure l'educazione implica che i genitori e gli stessi maestri vedano il significato dell'intero sistema e aiutino i figli sin dall'inizio a guardarsi da tutte le sue influenze? L'educazione può consistere nel vedere l'intero significato del sistema, con le sue influenze religiose, economiche e sociali, le sue influenze di classe, di famiglia e della tradizione, nel far sì che i figli vedano tutto questo da soli, siano aiutati a comprendere e non siano imprigionati dagli stereotipi. Educare i figli può voler dire aiutarli a stare al di fuori della società, in modo che siano essi a creare la loro. Poiché la nostra società non è affatto come dovrebbe essere, perché incoraggiare i figli a rimanere al suo interno? Allo stato attuale, forziamo i nostri figli ad adeguarsi al sistema sociale che abbiamo stabilito per l'individuo, all'interno della famiglia e della società; e, sfortunatamente, essi ereditano non solo le nostre proprietà, ma anche alcune delle nostre caratteristiche psicologiche; sono quindi schiavi dell'ambiente sin dall'inizio. Vedendo tutto ciò, se veramente amiamo i nostri figli e siamo profondamente interessati

alla loro educazione, faremo in modo di generare dal principio un'atmosfera che li incoraggi a essere liberi. Alcuni veri educatori hanno riflettuto sul tema ma, sfortunatamente, pochi genitori lo hanno fatto. Lasciamo le questioni agli esperti: la religione ai preti, la psicologia agli psicologi e i nostri figli ai cosiddetti maestri. Quel che è certo è che anche il genitore è un educatore; è il maestro ma anche colui che apprende, non è solo il figlio a dover imparare. Si tratta dunque di un problema molto complesso e, se vogliamo risolverlo davvero, lo dobbiamo sviscerare in maniera profonda. Penso che allora scopriremo il modo di instaurare una corretta educazione.

Domanda: Qual è il significato dell'esistenza? Che si può dire in proposito?

Krishnamurti: Si tratta di una domanda molto diffusa e persistente: "Qual è lo scopo della vita?". Ora ce la poniamo anche noi e mi chiedo perché. Perché per noi la vita ha scarso significato e nel porci questa domanda speriamo di rassicurarci sul fatto che ne abbia uno maggiore? È perché abbiamo così tanta confusione dentro da non sapere come trovare la risposta e quale strada prendere? Penso sia la risposta più plausibile. Essendo intimamente confusi, guardiamo e domandiamo; e, nel fare ciò, inventiamo teorie e attribuiamo uno scopo o un senso alla vita. La cosa importante quindi non è definire lo scopo, il significato, il senso della vita, ma scoprire piuttosto perché la mente ponga questa domanda. Se vediamo qualcosa in modo estremamente chiaro, non abbiamo bisogno di fare domande al riguardo; se lo facciamo, siamo forse confusi. Siamo abituati ad accettare le cose che ci sono state imposte con l'autorità; l'abbiamo sempre seguita senza riflettere molto, a meno che non fosse l'autorità stessa a incoraggiarci a farlo. Ora, tuttavia, abbiamo iniziato a respingerla perché vogliamo scoprire le cose con le nostre forze e, nel farlo, precipitiamo in una grande confusione. Ecco perché torniamo a chiedere: "Qual è lo scopo della vita?". Se qualcuno vi desse la risposta e voi ne foste soddisfatti, potreste accettarla in quanto autorità e guida su cui basare la vostra vita ma, fondamentalmente, sareste ancora in preda alla confusione. La questione allora non verte sullo scopo della vita, ma sulla possibilità o meno da parte della mente di liberarsi dalla propria confusione. Se è in grado di farlo e lo fa, allora non tornerete più a porre quella domanda. La difficoltà per la maggior parte di noi, però, risiede nel comprendere che siamo totalmente confusi. Pensiamo di esserlo solo in modo superficiale e che vi sia nella mente una parte più elevata che non è contaminata dalla confusione. È molto difficile realizzare che la mente è confusa nella sua totalità, perché la maggior parte di noi è stata educata a credere che ci sia una parte più elevata della mente in grado di dirigerci, modellarci e guidarci; si tratta però, di sicuro, di un'altra invenzione della mente. Per liberarsi dalla confusione, bisogna innanzi tutto sapere di essere confusi. Vedere che si è realmente confusi non è forse il primo passo verso la chiarezza? Ma vedere e ammettere dentro di sé di essere totalmente confusi richiede profonda percezione e grande onestà. Quando si è compreso di essere del tutto confusi, non si deve cercare di fare chiarezza, perché qualsiasi tentativo del genere da parte di una mente confusa aggiungerà solo altra confusione. È evidente, no? Se sono confuso, posso leggere, guardare o domandare, ma la mia ricerca e le mie domande saranno frutto della mia confusione e perciò ne genereranno solo altra. Al contrario, la mente confusa che davvero sa di esserlo non compirà alcun tentativo di cercare e domandare, e proprio nell'istante in cui sarà

silenziosamente consapevole della sua confusione, comincerà a chiarirsi. Se mi state davvero seguendo, non potete non vedere questa verità dal punto di vista psicologico. La difficoltà è che in tal caso non comprenderemo veramente, non saremo davvero consapevoli dello straordinario grado di confusione del quale siamo preda. Dal momento in cui si realizza la propria confusione, il pensiero diviene incerto ed esitante, non è mai assertivo o dogmatico. La mente inizia perciò a indagare da un punto di vista del tutto diverso, e solo questo nuovo tipo di indagine spazza via la confusione.

Domanda: Credi in Dio?

Krishnamurti: È facile fare domande, ma è molto importante anche sapere come porre una domanda corretta. In questa particolare domanda, mi sembra che le parole 'credi' e 'Dio' siano molto contraddittorie. Un uomo che crede semplicemente in Dio non saprà mai cos'è Dio, perché il suo credere è una forma di condizionamento; ancora una volta, si tratta di qualcosa di evidente. Nel mondo cristiano vi insegnano a credere in Dio sin dall'infanzia e quindi, sin dall'inizio, si opera un condizionamento sulla vostra mente. Nei paesi comunisti, credere in Dio viene considerata un'assoluta assurdità, cosa che per voi risulta spaventosa. Voi volete convertire loro e loro vogliono fare lo stesso con voi. La loro mente è stata condizionata a non credere e voi li chiamate senza Dio, mentre voi vi considerate timorati di Dio e via dicendo. Io non vedo una grande differenza tra questi due atteggiamenti. Potete andare in chiesa, pregare, ascoltare sermoni o praticare determinati rituali e ricavarne qualche stimolo ma, di sicuro, l'esperienza dell'ignoto non consiste in nulla di tutto questo. Allora può la mente fare esperienza dell'ignoto, qualunque nome gli si voglia dare? Il nome non conta, mentre il punto invece è proprio questo, non che si creda in Dio oppure no. È facile riconoscere che nessuna forma di condizionamento renderà mai libera la mente, e che solo la mente libera è in grado di compiere scoperte e fare esperienza. Fare esperienza è qualcosa di molto strano. Nel momento in cui ne prendete coscienza, l'esperienza cessa. Nel momento in cui so di essere felice, non lo sono più. Per fare esperienza di quest'incommensurabile Realtà, bisogna giungere a un punto finale. La persona che compie l'esperienza è il risultato del conosciuto, di molti secoli nei quali è stata coltivata la memoria; è un accumulo di cose di cui ha fatto esperienza. Pertanto, quando dice: "Devo fare esperienza della Realtà", e ha conoscenza di quest'esperienza, non fa esperienza della Realtà, ma di una proiezione del suo passato, del suo condizionamento. Ecco perché è molto importante comprendere che colui che pensa e il pensiero, o colui che fa esperienza e l'esperienza, sono la stessa cosa; non sono differenti. Colui che fa esperienza, quando è separato dall'esperienza, cerca in continuazione di farne ancora, ma quest'esperienza sarà sempre una sua proiezione. La Realtà, dunque, quella condizione senza tempo, non può essere trovata semplicemente attraverso le parole, attraverso l'accettazione o la ripetizione di ciò che si è udito. Sarebbe folle. Per scoprirla veramente, bisogna approfondire l'intera questione di colui che fa esperienza. Fino a quando ci sarà l'io che vuole fare esperienza, non potrà esserci esperienza della Realtà. Ecco perché deve essere totalmente annullato colui che fa esperienza, ossia l'entità che cerca Dio, crede in Dio e prega Dio. Solo allora può manifestarsi quell'incommensurabile Realtà.

Primo discorso ad Amburgo 6 settembre 1956

Penso sia importante, pur ascoltandosi reciprocamente, scoprire da soli se sia vero ciò che viene detto; questo vuol dire che bisogna farne diretta esperienza senza limitarsi ad argomentare sulla sua verità o falsità, che sarebbe del tutto inutile. E forse stasera possiamo scoprire se sia possibile affrontare il complicato processo che consiste nel dimenticare se stessi. Molti di noi avranno fatto esperienza in qualche circostanza di quello stato in cui l'io, il sé, con le sue richieste aggressive cessa del tutto e la mente è davvero quieta e priva di volontà. Si tratta dello stato in cui, forse, si può fare esperienza di qualcosa di incommensurabile, qualcosa che è impossibile esprimere a parole. Avrete vissuto quei rari momenti in cui il sé, l'io, con tutti i suoi ricordi, fatiche, ansie e paure, è completamente cessato. Si è allora privi di motivazioni e costrizioni e, in questo stato, si ha la sensazione o la consapevolezza di una distanza incommensurabile, di uno spazio e di un'esistenza senza limiti. Sarà successo a molti di noi. E penso che varrebbe la pena di approfondire la questione insieme e capire se sia possibile dare una spiegazione del sé chiuso e limitato, di questo 'io' restrittivo che si preoccupa, ha ansie e paure, domina ed è dominato, ha innumerevoli ricordi, coltiva la virtù e cerca in ogni modo di diventare qualcuno, di essere importante. Non so se vi siate resi conto dello sforzo costante che si compie, consciamente o inconsciamente, per esprimersi e farsi valere a livello sociale, morale o economico. È molto impegnativo, non è vero? Tutta la nostra vita è basata sull'incessante lotta per arrivare, ottenere e diventare. Più lottiamo e più l'io diventa importante ed eccessivo, con tutti i suoi limiti, paure, ambizioni e frustrazioni; e devono esserci state occasioni in cui ognuno si è chiesto se non fosse possibile esserne totalmente privi. Dopo tutto, sono rari i momenti nei quali non vi sia il senso del sé. Non sto parlando del fatto di portarlo a un livello più elevato, ma della semplice cessazione di esso con le sue ansie, preoccupazioni e paure, ossia dell'assenza dell'io. Dopo essersi resi conto che è possibile, si comincia, in modo deliberato e conscio, a eliminarlo. Dopo tutto, è ciò che le religioni organizzate cercano di fare: aiutare ogni fedele, ogni credente, a perdersi in qualcosa di più grande e perciò forse a fare esperienza di uno stato superiore. Se non siete persone cosiddette religiose, allora vi identificate con lo stato, il paese, e cercate di perdervi in quest'identificazione che vi dona la sensazione della grandezza, di essere qualcosa di molto più significativo del piccolo sé meschino, e via dicendo. Oppure, se non fate così, cercate di perdervi, sempre con lo stesso scopo, in qualche forma di lavoro sociale. Pensiamo che se siamo in grado di dimenticare e negare noi stessi, di metterci da parte dedicando la vita a qualcosa di più grande e vitale di noi stessi, potremo forse provare una beatitudine, una gioia, che non sarà semplicemente una sensazione fisica. Se non facciamo nessuna di queste cose, speriamo di smettere di pensare a noi stessi grazie alla coltivazione della virtù, alla disciplina, al controllo e alla pratica costante. Non so se ci abbiate riflettuto, ma di sicuro tutto ciò implica un incessante sforzo di essere o diventare qualcosa. E forse, ascoltando quanto viene detto, possiamo approfondire insieme l'intero processo e scoprire da soli se sia possibile cancellare il senso dell'io senza questa disciplina spaventosa e restrittiva, quest'enorme sforzo di negazione nei nostri confronti, questa costante lotta per rinunciare alle nostre esigenze e ambizioni, allo scopo di essere qualcuno o di accedere a qualche realtà. Penso

che sia questo il punto. Perché non è forse vero che ogni sforzo implica una motivazione? Compio uno sforzo per dimenticarmi di me stesso attraverso qualcosa, qualche rituale o ideologia, perché sono infelice se penso a me stesso. Quando penso a qualcos'altro sono più rilassato, la mia mente è più calma, mi sembra di star meglio e guardo alle cose in modo diverso. Faccio quindi uno sforzo per dimenticarmi di me. C'è però una motivazione dietro al mio sforzo, che consiste nel fuggire da me stesso perché soffro, e questo motivo è essenzialmente parte del sé. Quando rinuncio a questo mondo e divento un monaco o una persona molto devota, la motivazione è che voglio ottenere qualcosa di meglio, ma ciò non è forse ancora parte del processo del sé? Posso rinunciare al mio nome ed essere solo un numero nell'ambito di un ordine religioso, ma quella motivazione sarà ancora presente. Ora, è possibile dimenticare se stessi senza alcuna motivazione? Siamo infatti in grado di vedere chiaramente che qualsiasi motivazione ha al proprio interno il seme del sé, con le sue ansie, ambizioni, frustrazioni, la paura di non essere e lo smisurato bisogno di sicurezza. È possibile che tutto ciò scivoli via con facilità, senza alcuno sforzo? Ciò in realtà equivale a chiederci se voi e io, in quanto individui, possiamo vivere in questo mondo senza identificarci in qualcosa. Dopo tutto, mi identifico col mio paese, la mia religione, la mia famiglia e il mio nome perché non sono nulla senza identità. Mi sento perso senza un qualche tipo di posizione, potere o prestigio: pertanto mi identifico con il mio nome, la mia famiglia o la mia religione, aderisco a qualche organizzazione o divento un monaco; tutti noi conosciamo varie identità cui la mente aderisce. Possiamo però vivere in questo mondo senza identificarci in alcunché? Se siamo in grado di riflettere su questo punto, di ascoltare quanto viene detto e di essere al tempo stesso consapevoli delle nostre personali inclinazioni all'identificazione, penso che allora potremo scoprire, se siamo davvero seri, che è possibile vivere in questo mondo senza l'incubo dell'immedesimazione e senza l'incessante lotta per ottenere un risultato. Penso che allora la conoscenza acquisterà un significato alquanto diverso. Allo stato attuale ci identifichiamo con la nostra conoscenza e la adoperiamo come un mezzo per espanderci, proprio come facciamo con la nazione, la religione o qualche attività. L'identificazione con la conoscenza acquisita non è forse un altro modo di incoraggiare il sé? Attraverso la conoscenza l'io continua la sua lotta per essere qualcosa e perpetua perciò la miseria e il dolore. Se siamo in grado con grande umiltà e semplicità di vedere le implicazioni di tutto ciò, se senza preconcetti prendiamo coscienza del modo in cui operano la mente e il pensiero, penso che comprenderemo la straordinaria contraddittorietà dell'intero processo di identificazione. Dopo tutto è perché mi sento vuoto, solo e miserabile che mi identifico col mio paese, e questa identificazione mi dà un senso di benessere, una sensazione di potere. O, per lo stesso motivo, mi identifico in un eroe o in un santo. Ma se riesco a scandagliare davvero a fondo questo processo di identificazione, vedrò allora che l'intero movimento del mio pensiero e tutta la mia attività, per quanto nobili, si basano essenzialmente sulla continuazione di me stesso in una forma o in un'altra. Ora, se per una volta vedo, comprendo e sento questo con tutto il mio essere, la religione acquisterà un significato alquanto diverso. Non consisterà più in un processo di identificazione con Dio, ma piuttosto nell'accesso a uno stato in cui c'è solo quella Realtà, e non l'io. Questa però non può essere una semplice asserzione verbale, non è solo una frase da ripetere.

Ecco perché mi sembra che sia molto importante conoscere se stessi, vale a dire entrare in profondità e senza preconcetti nel nostro sé, in modo che la mente non sia preda di raggiri e illusioni e non inganni se stessa con visioni e stati menzogneri. Sarà forse possibile allora che il processo inclusivo del sé giunga a una fine, ma non attraverso qualche forma di costrizione o disciplina perché, più disciplinate il sé, più forte esso diventa. Ciò che conta è affrontare tutto questo con grande profondità e pazienza, senza dare nulla per certo, in modo che si comincino a comprendere le vie, gli scopi, i motivi e le direzioni della mente. Penso che allora la mente giungerà a uno stato in cui non vi sarà alcuna identificazione, e non vi sarà perciò alcuno sforzo di essere qualcosa. Si avrà allora la cessazione del sé e penso che il reale consista in questo. Sebbene possiamo fare esperienza di questo stato in modo rapido e istantaneo, la difficoltà per la maggior parte di noi risiede nel fatto che la mente si aggrappa all'esperienza e vuole farne ancora, e proprio il volere di più è ancora una volta l'inizio del sé. Ecco perché è molto importante, per quelli fra noi che si occupano seriamente di queste faccende, essere interiormente consapevoli del processo del pensiero, osservare silenziosamente le nostre motivazioni e reazioni emotive, e non limitarsi a dire: "Conosco me stesso molto bene", perché in realtà non è così. Magari conoscete le vostre reazioni e motivazioni in modo superficiale, a livello cosciente. Ma il sé, l'io, è qualcosa di molto complesso e, per esaminarlo nella sua totalità, è necessaria un'indagine insistente e continua, priva di motivazioni e che non si prefigga uno scopo. Tale indagine è sicuramente una forma di meditazione. Quella Realtà immensa non può essere trovata grazie a organizzazioni, chiese, libri, persone o maestri. La si deve trovare da soli: bisogna cioè essere completamente soli e non soggetti a influenze. Noi però siamo tutti il risultato di innumerevoli influenze e pressioni, sia note sia ignote, ed ecco perché è molto importante comprenderle e prendere le distanze da esse, in modo che la mente divenga davvero semplice e chiara. Allora, forse, sarà possibile fare esperienza di ciò che non può essere espresso a parole.

Domanda: Ieri hai detto che l'autorità è qualcosa di male. Perché?

Krishnamurti: Non è forse sbagliato essere seguaci di qualcosa? Perché seguiamo qualsiasi genere di autorità? Perché stabiliamo l'autorità? Perché gli esseri umani accettano l'autorità governativa, religiosa e di qualsiasi altro tipo? L'autorità non sorge da sola: siamo noi che la creiamo. Creiamo sia il capo politico sia il prete tirannico con i suoi dèi, rituali e credenze. Perché? Perché creiamo l'autorità e ne diventiamo seguaci? Evidentemente, perché vogliamo tutti essere sicuri e potenti in vari modi e a vari livelli. Tutti noi cerchiamo posizione e prestigio, cose che il capo, il paese, il governo e i ministri offrono; perciò li seguiamo. Oppure ci creiamo un'immagine dell'autorità nella mente e la seguiamo. La chiesa è altrettanto tirannica dei capi politici e, mentre muoviamo obiezioni alla tirannia dei governi, ci sottomettiamo a quella della chiesa o di qualche maestro religioso. Se riflettiamo sul perché tendiamo a seguire un'autorità: ritengo che lo facciamo prima di tutto perché siamo confusi e vogliamo che qualcuno ci dica cosa fare. Poiché siamo confusi, siamo spinti a seguire persone che, per quanto asseriscano di essere i messaggeri di Dio o i salvatori della nazione, lo sono altrettanto. Diventiamo dei seguaci perché siamo confusi e nello sceglierci capi, politici o religiosi, a causa della nostra confusione creiamo inevitabilmente maggior confusione, conflitto e sofferenza.

Ecco perché è molto importante comprendere la confusione dentro di noi, senza cercare un altro che ci aiuti a fare chiarezza. Come può infatti un uomo confuso sapere cos'è errato e scegliere il giusto e il vero? Come prima cosa, egli deve portare chiarezza all'interno della propria confusione e, una volta fatto questo, non avrà scelta: non seguirà più nessuno. Siamo disposti a seguire un'autorità perché vogliamo essere sicuri, a livello economico, sociale o religioso. Dopo tutto, la mente è sempre in cerca di sicurezza, e la vuole in questo mondo come nell'altro. Tutto quel che ci interessa è essere sicuri, sia nei confronti del denaro sia nei confronti di Dio. Ecco perché creiamo l'autorità di governo, il dittatore e l'autorità ecclesiastica, gli idoli e le immagini. Fino a quando siamo dei seguaci, siamo portati a creare un'autorità che, alla fine, diventa malvagia; e lo facciamo perché ci siamo sottoposti stoltamente al dominio altrui. Penso sia importante approfondire la questione e comprendere il motivo per cui la mente insiste nel seguire un'autorità. Voi non seguite solo i capi politici e religiosi, ma anche ciò che leggete nei giornali, nelle riviste e nei libri; cercate l'autorità degli specialisti e della parola scritta. Tutto questo non indica forse che la mente non è sicura di se stessa? Si ha paura di pensare qualcosa di diverso da quanto è stato detto dai capi perché si potrebbe perdere il lavoro, essere ostracizzati, scomunicati o messi in un campo di concentramento. Ci sottomettiamo all'autorità perché abbiamo tutti questa richiesta interiore di riparo, questa necessità di sentirci sicuri. Fino a quando vorremo sentirci al sicuro circa le nostre proprietà, il potere e il pensiero, dovremo avere un'autorità e seguirla; e in questo risiede il seme del male, perché conduce invariabilmente allo sfruttamento dell'uomo sull'uomo. Colui che voglia davvero scoprire cos'è la Verità e cos'è Dio, non può dipendere da alcuna autorità, che sia quella di un libro, di un governo, di un'immagine o di un prete; deve essere totalmente libero da tutto questo. Ciò è molto difficile per la maggior parte di noi, perché significa vivere nell'insicurezza, nella completa solitudine, cercare, brancolare, non essere mai soddisfatti e non inseguire mai il successo. Se però ci proviamo seriamente, penso che scopriremo che non ci sarà più alcun bisogno di creare o seguire un'autorità, perché qualcos'altro inizierà a operare: qualcosa che non è una mera asserzione verbale ma un fatto reale. L'uomo che pone incessantemente delle domande, che non è soggetto ad alcuna autorità e non segue alcuna tradizione, alcun libro o maestro, diviene una luce per se stesso. Domanda: Perché poni così tanta enfasi sulla conoscenza di sé? Noi sappiamo molto bene ciò che siamo.

Krishnamurti: Mi domando se lo sappiamo davvero. Noi, di sicuro, siamo tutto ciò che ci è stato insegnato: non siamo forse il risultato del nostro passato, un fascio di ricordi? Quando dite: "appartengo a Dio", o: "il sé è eterno", e così via, tutto ciò è parte del vostro retroterra culturale, del vostro condizionamento. In maniera analoga, quando i comunisti dicono: "non c'è alcun Dio", riflettono anch'essi il proprio condizionamento. Dire semplicemente: "sì, conosco me stesso molto bene", è solo un commento superficiale. Ma non è affatto facile realizzare e fare veramente esperienza del fatto che tutto il vostro essere non è altro che un fascio di ricordi e che tutto il vostro pensiero e le vostre reazioni sono meccaniche. Ciò significa essere consapevoli non solo dei meccanismi della mente conscia, ma anche del residuo inconscio: dei retaggi della nostra specie, dei ricordi e delle cose che abbiamo appreso; significa scoprire l'intero campo della mente, la parte

nascosta come quella visibile, ed è un'impresa estremamente ardua. E se la mente è solo il residuo del passato, se è solo un fascio di impressioni e ricordi modellati dalla cosiddetta educazione e da varie altre influenze, allora c'è qualche parte di me che non sia tutto questo? Perché se sono solo una macchina atta a ripetere, come la maggior parte di noi che non fa che ripetere ciò che ha appreso, accumulato e che gli è stato detto, allora è evidente che qualsiasi pensiero che sorga in questo campo condizionato potrà condurre solo a ulteriori condizionamenti, sofferenza e limitazioni. Può quindi la mente, consapevole dei suoi limiti e dei suoi condizionamenti, andare oltre se stessa? Questo è il problema. Limitarsi ad asserire che essa può o che non può sarebbe stupido. Quel che è certo è che l'intera mente è condizionata. Siamo tutti condizionati: dal processo del tempo, dalla tradizione, dalla famiglia e dall'esperienza. Se credete in Dio, quella credenza è il risultato di un particolare condizionamento, proprio come lo è la mancanza di fede dell'uomo che afferma di non credere in Dio. Il fatto di credere o non credere pertanto ha assai poca importanza. Quel che è importante invece è comprendere l'intero campo del pensiero e vedere se la mente è in grado di andare oltre tutto questo. Per andare oltre, dovete conoscere voi stessi. Dovete conoscere le motivazioni, le necessità, le risposte, l'immensa pressione degli insegnamenti ricevuti, i sogni, le inibizioni, le reazioni a livello conscio e a livello nascosto. Penso che solo allora sarà possibile scoprire se la mente, che allo stato attuale è così meccanica, è in grado di scoprire qualcosa di totalmente nuovo, qualcosa che non sia mai stato corrotto dal tempo.

Domanda: Tu dici che la vera religione non è né credo, né dogma, né cerimonia. Cos'è allora la vera religione?

Krishnamurti: In che modo potrete scoprirlo? Di sicuro, non sta a me rispondere. Come può l'individuo scoprire cos'è la vera religione? Sappiamo bene cosa in genere viene chiamato religione: dogmi, credenze, cerimonie, meditazione, pratica dello yoga, digiuni, autodisciplina e via dicendo. Conosciamo l'intera gamma del cosiddetto approccio religioso, ma si tratta di religione? E se voglio scoprire cos'è la vera religione, da dove debbo iniziare? Prima di tutto, è evidente che devo essere libero da ogni dogma, non è vero? E si tratta di qualcosa di straordinariamente difficile. Magari mi sono liberato dai dogmi che mi sono stati imposti nell'infanzia, ma potrei essermi creato da solo un dogma o una fede, cosa ugualmente perniciosa. Devo quindi liberarmi anche di questo e posso essere libero solo quando non ho alcuna motivazione, quando non c'è alcun desiderio di sicurezza né nei confronti di Dio né nei confronti di questo mondo. Ripeto che è qualcosa di molto difficile perché la mente in fondo in fondo, in modo furtivo, è sempre alla ricerca di una posizione che garantisca sicurezza. Ci sono poi tutte le immagini che sono state imposte alla mente: i salvatori, i maestri, le dottrine e le superstizioni. Io devo essere libero da tutto ciò. Allora, forse, scoprirò in cosa consiste essere veramente religiosi, e questa potrebbe essere la più grande delle rivoluzioni; io, del resto, credo che lo sia. La sola vera rivoluzione non è quella economica o quella dei comunisti: è la profonda rivoluzione religiosa che ha origine quando la mente non cerca più riparo in alcun dogma o credenza, in alcuna chiesa o salvatore, in alcun maestro o testo sacro. Penso che una simile rivoluzione avrà un immenso significato per il mondo, perché allora la mente sarà

priva di ideologia e non apparterrà né all'occidente né all'oriente. Sicuramente, questa rivoluzione religiosa sarà l'unica salvezza. Per scoprire cos'è la vera religione non è sufficiente passare una giornata a sforzarsi e cercare, per poi dimenticare tutto il giorno dopo. C'è invece bisogno di una costante interrogazione, di una scomoda indagine, in modo che possiate abbandonare ogni cosa. Dopo tutto, questo processo di abbandono è la forma di pensiero più elevata. Inseguire il pensiero positivo non significa affatto pensare, è semplicemente una forma di imitazione. Quando però c'è un'indagine priva di motivazione e desiderio di un risultato, e in questo consiste l'approccio negativo, la mente va oltre tutte le religioni tradizionali. Allora, forse, è possibile scoprire da soli cos'è Dio e cos'è la Verità.

Primo discorso a Nuova Delhi 31 ottobre 1956

Mi sembra che il punto non sia il problema, ma la mente che affronta il problema. Abbiamo problemi di ogni tipo: l'aumento dei regimi tirannici, il moltiplicarsi dei conflitti sia nella vita individuale sia in quella collettiva e l'assoluta mancanza di uno scopo in grado di dirigere la vita, a eccezione di quelli creati artificialmente dalla società o dall'individuo stesso. I nostri problemi sembrano aumentare e non diminuire. Col progredire della civiltà è cresciuta la complessità dei problemi della vita e penso che la maggior parte di noi sia consapevole che i vari sistemi di vita seguiti dalla gente, da quello comunista a quello cosiddetto religioso a quello puramente materialista o progressista, non li hanno risolti. Consapevoli di tutto ciò, le persone più serie tra noi devono aver pensato a come determinare un cambiamento, non solo in loro stesse e nella loro relazione con individui particolari, ma anche nella relazione con la collettività, con la società. I nostri problemi si moltiplicano ma, come ho detto, non penso che il problema, qualunque esso sia, sia il vero punto in questione. Il vero punto, senza dubbio, è la mente che affronta il problema. Se la mia mente è incapace di affrontare un problema e io agisco, il problema si aggrava, non è così? È assolutamente evidente. Allora che cosa deve fare la mente accorgendosi che qualsiasi cosa faccia a riguardo non fa che peggiorare le cose? Capite qual è il punto? Il problema, che riguardi Dio, la fame, la tirannia dei governi e così via, esiste a livelli differenti del nostro essere e lo affrontiamo sperando di risolverlo, ma credo che questo approccio sia del tutto errato perché non fa che aggravare il problema. Mi sembra che il vero problema sia la mente stessa, non il problema che la mente ha creato e cerca di risolvere. Se la mente è gretta, piccola, ristretta e limitata, per quanto grande e complesso possa essere il problema essa lo affronta nei termini della propria meschinità. Se ho una mente piccola e penso a Dio, il Dio dei miei pensieri sarà un Dio piccolo, per quanto io possa rivestirlo di grandezza, bellezza, saggezza e via dicendo. La stessa cosa avviene con i problemi dell'esistenza, del pane, dell'amore, del sesso, delle relazioni e della morte. Sono tutti problemi enormi e li affrontiamo con una mente piccola; cerchiamo di risolverli con una mente molto limitata. Sebbene possieda capacità straordinarie e sia dotata di inventiva, di pensiero sottile e abile, la mente è ancora gretta. Può essere in grado di citare Marx, la Gita o qualche altro testo religioso, ma è ancora una mente piccola, e una mente piccola che si confronta con un problema complesso può solo tradurre quel problema nei termini che le sono propri e

quindi il problema e l'infelicità aumentano. Allora la domanda è: può la mente che è piccola e gretta essere trasformata in un qualcosa che non sia ostacolato dalle proprie limitazioni? Riuscite a seguirmi oppure non sono abbastanza chiaro? Prendete, per esempio, il problema dell'amore, che è assai complesso. Sebbene io possa essere sposato e avere figli, se non c'è quel senso di bellezza, quella profondità e chiarezza dell'amore, la vita sarà superficiale, priva di vero senso, e affronterò l'amore con una mente molto piccola. Voglio sapere cosa esso sia, ma ho tutta una serie di convinzioni al riguardo, l'ho già rivestito con la mia mente gretta. Quindi il problema non è comprendere cos'è l'amore, ma liberare dalla grettezza la mente che affronta il problema, e la mente della maggioranza delle persone è gretta. Per mente gretta intendo una mente occupata. Capite? Una mente occupata da Dio, da progetti, dalla virtù, dal problema di come adempiere ai dettami delle autorità a proposito dell'economia e della religione; una mente che è occupata da se stessa, dal proprio sviluppo, dalla cultura, dall'adesione a un certo stile di vita; una mente che è occupata da un'identità, da un paese, da un credo o da un'ideologia, una mente di questo tipo è una mente gretta. Quando siete occupati da qualcosa, cosa accade psicologicamente, interiormente? Non c'è alcuno spazio nella vostra mente, non è vero? Avete mai osservato la vostra mente all'opera? Se l'avete fatto, sapete che essa è costantemente occupata da se stessa. Un uomo ambizioso è concentrato dalla mattina alla sera, e anche durante il sonno, sui suoi successi e fallimenti, sulle sue frustrazioni, sulle sue innumerevoli aspettative e sul soddisfacimento della sua ambizione. Egli è come il cosiddetto uomo religioso che ripete senza fine una certa frase o è occupato da un ideale e dal tentativo di conformarsi a esso. Quindi la mente occupata è una mente gretta. Se davvero si comprende questo, allora si attiva un processo alquanto diverso. Dopo tutto, una mente vana, arrogante, piena di desiderio di potere e che cerca di coltivare l'umiltà, è occupata da se stessa; perciò è una mente gretta. La mente che cerca di migliorare se stessa attraverso l'acquisizione di conoscenza, che cerca di divenire molto acuta per essere più potente e ottenere un lavoro migliore: questa è una mente gretta. Può occuparsi di Dio, della Verità, dell'Atman o sedere sul seggio dei potenti, ma è ancora una mente gretta. Quindi che succede? La vostra mente è gretta, occupata, parte già con determinate conclusioni e convinzioni, presuppone determinate idee, e con questa mente occupata voi cercate di risolvere il problema. Quando una mente piccola si imbatte in un problema enorme c'è azione, evidentemente, e quell'azione produce un risultato che incrementa il problema; e se osservate, è esattamente quello che accade nel mondo. Le persone che ricoprono alte cariche sono occupate da se stesse in nome del paese; come voi e me vogliono posizione, potere e prestigio. Siamo tutti sulla stessa barca e, con una piccola mente gretta, tentiamo di risolvere gli straordinari problemi del vivere, problemi che richiedono una mente non occupata. La vita è una cosa viva e in movimento, non è così? Ci si deve quindi tornare con una mente che non sia del tutto occupata, che sia dotata di spazio, di vastità. Ora, qual è lo stato della mente che sa di essere occupata e vede che quell'occupazione è gretta? Quando realizzo che la mia mente è occupata e che una mente occupata è una mente gretta, cosa succede? Non penso che vediamo in modo sufficientemente chiaro la verità che una mente occupata è una mente gretta. Che la mente sia occupata dal

proprio miglioramento, dal bere, dalla passione sessuale o dal desiderio di potere è essenzialmente la stessa cosa, anche se sociologicamente queste varie occupazioni possono sembrare diverse. Un'occupazione è un'occupazione e la mente che è occupata è gretta perché è concentrata su se stessa. Se vedete e fate davvero esperienza della verità di questo fatto, senza dubbio la vostra mente non sarà più concentrata su se stessa e sul proprio miglioramento: ci sarà quindi una possibilità per la mente che è stata rinchiusa di rimuovere la recinzione. Tanto per fare un esperimento, osservate come tutta la vostra vita sia basata su di un assunto: che ci sia Dio o non ci sia, che un certo modo di vivere sia migliore di altri e così via. Una mente occupata parte già con un assunto, affronta la vita con un'idea, con una conclusione. Può la mente affrontare un problema nella sua totalità, rimuovendo tutte le sue conclusioni e le sue esperienze precedenti, che sono anch'esse una forma di conclusione? Dopo tutto, una sfida è sempre nuova, non è così? Se la mente è incapace di rispondere adeguatamente a una sfida, c'è un deterioramento, un retrocedere; e la mente non può rispondere adeguatamente se è consciamente o inconsciamente occupata, giacché l'occupazione si basa su un'ideologia o una conclusione. Se realizzate questa verità vi accorgerete che la mente non è più gretta, perché si trova in uno stato di indagine, in uno stato di sano dubbio, che non consiste nell'avere dubbi su qualcosa, che è di nuovo un'occupazione. Una mente che indaga davvero non accumula. La mente che accumula è gretta, indipendentemente dal fatto che accumuli conoscenza, denaro, potere o posizione. Quando vedete questa verità c'è una reale trasformazione della mente e una mente simile è in grado di affrontare la molteplicità di problemi. Risponderò ad alcune domande e tuttavia, come ho puntualizzato, la risposta non è importante. L'importante è il problema e la mente non può essere del tutto attenta al problema, se è distratta dal tentativo di trovargli una soluzione. Tutte le soluzioni sono basate sul desiderio e il problema esiste a causa del desiderio; desiderio di miriadi di cose. Rispondere semplicemente al problema sospinti dal desiderio, senza comprenderne l'intero processo e sperando di ottenere così la risposta corretta, non porterà allo scioglimento del problema. Ci concentriamo quindi non sulla risposta, ma sul problema stesso.

Domanda: Sono assolutamente d'accordo con te sulla necessità di non condizionare la propria mente. Ma come può una mente condizionata non condizionare se stessa?

Krishnamurti: Chi pone la domanda afferma di essere d'accordo con quanto ho detto. Prima di affrontare l'argomento del decondizionamento della mente, cerchiamo di scoprire cosa intendiamo con 'essere d'accordo'. Potete essere d'accordo con un'opinione, con un'idea; non potete essere d'accordo con un fatto. Io e voi possiamo essere d'accordo nel senso che condividiamo un'opinione a proposito di un fatto, ma un'opinione sostenuta da molti non costituisce una verità. Per comprendere ci deve essere un vivo, vitale scetticismo e non accettazione o accordo. Se siete semplicemente d'accordo con me, siete d'accordo con un'opinione che pensate io abbia. Io non ho alcuna opinione, quindi non siamo d'accordo. Se io e voi vediamo un serpente velenoso, non è questione di essere d'accordo: ne stiamo tutti lontani. Quando diciamo che siamo d'accordo, siamo intellettualmente d'accordo su un'idea; ma questa indagine su come liberare la mente dal condizionamento non richiede un accordo intellettuale. Finché la mente è condizionata in

quanto è indù, comunista o quel che volete, è incapace di pensare in modo nuovo. Qui non si tratta di un'opinione, è un fatto. Non si tratta di essere d'accordo. La domanda quindi è: come può una mente condizionata decondizionarsi? Vi rendete conto che la vostra mente è condizionata in quanto indù da tutte le varie credenze dell'induismo, oppure in quanto comunista, cristiana, musulmana, e così via. La vostra mente è condizionata, è evidente. Credete in qualcosa, nel soprannaturale, in Dio, mentre un altro cresciuto in un diverso ambiente sociale e psicologico dice che non c'è nulla del genere, che si tratta solo di spazzatura. Siete entrambi condizionati e il vostro Dio non è più reale del non-Dio nel quale crede l'altra persona. Quindi, che vi piaccia o no, la vostra mente è condizionata, non parzialmente ma del tutto. Non dite che l'Atman è incondizionato. Vi è stato detto che l'Atman esiste, altrimenti non ne sapreste nulla, e quando pensate all'Atman, il vostro stesso pensiero condiziona l'Atman. Anche questo è del tutto evidente. È come l'uomo che crede nei maestri. Gli è stato detto che esistono Maestri e, a causa del suo desiderio di sicurezza, egli desidera ardentemente trovarli: si fa così delle immagini psicologicamente molto semplicistiche e immature. Ora, la domanda è questa: so che la mente è condizionata, ma come posso liberarla dal condizionamento quando l'entità che cerca di liberarla è anch'essa condizionata? Capite la questione? Quando una mente condizionata comprende di essere condizionata e desidera non esserlo più, quel desiderio ardente è anch'esso condizionato. Cosa deve fare quindi la mente? Mi state seguendo? Prego, signori, non limitatevi ad ascoltare le mie parole ma osservate la vostra mente all'opera. È una questione molto ardua da trattare con un gruppo così numeroso e, a meno che non prestiate grande attenzione, non troverete la risposta. Io non vi fornirò la risposta, perciò dovrete osservare la vostra mente con grande impegno. So che la mia mente è condizionata in quanto indù, in quanto buddhista o qualsiasi altra cosa, e vedo che ogni tentativo della mente di liberarsi dal condizionamento è anch'esso condizionato. Quando la mente cerca di liberarsi dal condizionamento, l'autore di questo sforzo è anch'egli condizionato, non è vero? Spero di essere riuscito a spiegarlo. Signori, non potreste prendere una caramella e smettere di tossire? Io posso proseguire, ma tossire e prendere appunti disturba chi vuole ascoltare. Allora, ricomincio. La vostra mente è del tutto condizionata; non c'è alcuna parte di voi che non lo sia. È un fatto, che vi piaccia o no. Potreste dire che c'è una parte di voi, l'osservatore, il Super-io o l'Atman, che non è condizionata; ma, poiché pensate a essa ed essa si trova nel campo del pensiero, ne consegue che è condizionata. Potete inventare miriadi di teorie al riguardo, ma il fatto è che la vostra mente è del tutto condizionata, sia a livello conscio sia a livello inconscio, e qualsiasi sforzo faccia per liberarsi è anch'esso condizionato. Allora, cosa deve fare la mente? O piuttosto, qual è lo stato della mente quando sa di essere condizionata e capisce che ogni sforzo per liberarsi dal condizionamento è ancora condizionato? Mi spiego? Ora, quando dite "so di essere condizionato", sapete davvero quel che dite o è solo un'affermazione verbale? Lo sapete con la stessa forza con cui, ad esempio, vedete un cobra? Quando vedete un serpente e sapete che è un cobra, c'è un'azione immediata e non premeditata; ma quando dite: "so di essere condizionato", questo ha la stessa pregnanza vitale della vostra percezione del cobra? O è soltanto una conoscenza superficiale? Quando comprendo che sono condizionato, c'è azione immediata. Non devo

compiere uno sforzo per decondizionare me stesso. Il fatto stesso di essere condizionato e la sua comprensione conducono a un'immediata chiarificazione. La difficoltà risiede nel non comprendere che siete condizionati: non lo comprendiamo nel senso che non ne comprendiamo tutte le implicazioni, non vediamo che l'intero pensiero, per quanto sottile, scaltro, sofisticato o filosofico, è condizionato. Tutto il pensiero si basa evidentemente sulla memoria, conscia o inconscia, e quando colui che pensa dice: "devo liberarmi dal condizionamento", lui stesso, in quanto risultato del pensiero, è condizionato; quando lo capite cessa ogni sforzo di mutare il condizionamento. Finché fate uno sforzo per cambiare siete ancora condizionati, perché chi compie lo sforzo è a sua volta condizionato; questo sforzo perciò porterà a un ulteriore condizionamento, anche se di diverso tipo. La mente che lo comprende appieno si trova in uno stato decondizionato perché ha visto la totalità del condizionamento, la sua verità o falsità. Signori, è come vedere qualcosa di vero. La percezione stessa di ciò che è vero è il fattore liberatorio. Ma vedere ciò che è vero richiede attenzione totale: non un'attenzione forzata, non l'attenzione calcolata e interessata della paura o del guadagno. Quando si vede la verità che, qualsiasi cosa faccia la mente condizionata per liberare se stessa, è ancora condizionata, allora cessa ogni sforzo simile; ed è questa percezione di ciò che è vero il fattore liberatorio.

Domanda: Come posso fare esperienza di Dio, che darà un senso alla mia vita stanca? Senza quest'esperienza, qual è lo scopo della vita?

Krishnamurti: Sono in grado di comprendere direttamente la vita, o devo fare esperienza di qualcosa che possa darle un senso? Capite, signori? Per apprezzare la bellezza, devo forse sapere qual è il suo scopo? L'amore deve avere un motivo? E se c'è un motivo per amare, si tratta di amore? Chi pone la domanda pensa che sia necessario avere una determinata esperienza che dia un senso alla vita; ciò implica che per lui la vita in se stessa non è importante. Cercando Dio, quindi, egli sta in realtà scappando dalla vita, dal dolore, dalla bellezza, dalla bruttezza, dalla rabbia, dalla grettezza, dalla gelosia e dal desiderio di potere, dalla straordinaria complessità del vivere. Tutto questo è vita e, poiché non lo capisce, dice: "Troverò qualcosa di più grande che darà un senso alla vita". Vi prego di ascoltare le mie parole, ma non solo a livello verbale e intellettuale, perché allora avrebbero davvero poco senso. Potete dire molte parole su tutto questo e leggere tutti i testi sacri della terra, ma servirebbe a poco perché non sarebbe correlato alla vostra vita, alla vostra esistenza quotidiana. Cos'è quindi la nostra vita? Cos'è questa cosa che chiamiamo 'esistenza'? In termini molto semplici, non filosofici, è una serie di esperienze di piacere e dolore, e noi vogliamo evitare i dolori trattenendo i piaceri. Il piacere del potere, di essere un grand'uomo nel gran mondo, il piacere di dominare il proprio debole coniuge, il dolore, la frustrazione, la paura e l'ansia che accompagnano l'ambizione, la meschinità di recitare il ruolo di uomo importante, e così via: tutto questo giunge a costituire il nostro vivere quotidiano. Così è: ciò che chiamiamo vivere è una serie di ricordi nel campo del conosciuto e il conosciuto diventa un problema quando la mente non è libera. Il conosciuto è la conoscenza, l'esperienza e la memoria di quell'esperienza. Dato che la mente funziona nel campo del conosciuto, dice: "devo conoscere Dio". Pertanto, secondo la sua tradizione, le sue idee e il suo condizionamento,

essa progetta un'entità che chiama Dio, ma tale entità è il risultato del conosciuto; è ancora nell'ambito del tempo. Dunque siete in grado di scoprire con chiarezza, verità e autentica esperienza se ci sia Dio oppure no soltanto quando la mente è completamente libera dal conosciuto. Di sicuro, quel qualcosa che può essere chiamato Dio o Verità deve essere interamente nuovo e irriconoscibile, e la mente che vi si avvicina attraverso la conoscenza, l'esperienza, le idee e i valori accumulati cerca di catturare lo sconosciuto mentre vive nel campo del conosciuto, cosa impossibile. Tutto quel che la mente può fare è indagare se le sia possibile liberarsi dal conosciuto. Essere liberi dal conosciuto è essere completamente liberi da tutte le impressioni del passato, dall'intero peso della tradizione. La mente stessa è un prodotto del conosciuto: viene costituita nel tempo dall'unione di 'io' e 'non-io', che porta con sé il conflitto del dualismo. Se il conosciuto cessasse del tutto, sia consciamente sia inconsciamente, e io dico che è possibile davvero e non solo in teoria, allora non chiedereste mai se esiste Dio, perché una mente simile è di per sé incommensurabile; come l'amore, essa è la propria eternità.

Domanda: Ho praticato la meditazione con estrema sincerità per venticinque anni e sono ancora incapace di andare oltre un certo punto. Come posso procedere oltre?

Krishnamurti: Prima di indagare su come procedere oltre, non dovremmo scoprire cos'è la meditazione? Quando chiedo: "come devo meditare?", non sto ponendo una domanda errata? Una simile domanda implica che voglio arrivare da qualche parte e desidero praticare un metodo per ottenere ciò che voglio. È come fare un esame per ottenere un posto di lavoro. Sicuramente, la domanda corretta è chiedere che cos'è la meditazione, perché la meditazione corretta dona profumo, profondità e significato alla vita, e senza queste cose la vita ha davvero poco senso. Capite, signori? Sapere che cos'è la corretta meditazione è molto più importante che guadagnarsi da vivere, sposarsi e avere denaro e proprietà, perché senza comprensione tutte queste cose vengono distrutte. La comprensione del cuore è dunque l'inizio della meditazione. Voglio sapere che cos'è la meditazione. Spero che seguirete il discorso non solo verbalmente, ma nei vostri cuori, perché senza meditazione non potete sapere nulla della bellezza, dell'amore, del dolore, della morte e dell'intera estensione della vita. La mente che dice: "devo imparare un metodo per meditare" è una mente stupida, perché non ha compreso che cos'è la meditazione. Che cos'è dunque la meditazione? Non è proprio quest'indagare l'inizio della meditazione? Capite, signori? No? Vado avanti e capirete. La meditazione è forse un processo di concentrazione che forza la mente a uniformarsi a un particolare modello? Questo è ciò che la maggior parte di voi fa quando 'medita'. Cercate di forzare la mente a concentrarsi su una certa idea, ma ecco che altre idee si fanno avanti; voi le spazzate via, ma sorgono nuovamente. Proseguite questo gioco per i successivi vent'anni e, se alla fine riuscite a concentrare la mente su un'idea ben precisa, pensate di aver appreso a meditare. Ma questa è davvero meditazione? Vediamo cosa avviene nella concentrazione. Quando un bambino è concentrato su un giocattolo, cosa succede? La sua attenzione è assorbita dal giocattolo. Non è lui a prestargli attenzione, ma è il giocattolo che è molto interessante, ad assorbire la sua attenzione. È esattamente quanto accade a voi quando vi concentrate sull'idea di Maestro o su un quadro, quando ripetete dei mantra, e così via. Il giocattolo vi assorbe e siete semplicemente un balocco

del giocattolo. Pensavate di essere voi il maestro del giocattolo, invece è il giocattolo a essere il maestro. La concentrazione richiede inoltre esclusività. Escludete per arrivare a un determinato risultato, come un ragazzo che cerca di passare un esame. Il ragazzo vuole un risultato soddisfacente, quindi si sforza di concentrarsi, compie uno sforzo terribile per ottenere ciò che vuole, ossia qualcosa che si basa sul suo desiderio e sul suo condizionamento. E questo processo di forzare la mente alla concentrazione, che implica repressione ed esclusività, non la rende ristretta? Una mente ristretta, fissa su un'unica direzione, ha possibilità straordinarie nel senso che può ottenere moltissimo; ma la vita non ha un'unica direzione, è qualcosa di immenso e deve essere compresa e amata, non è insignificante. Signori, questa non è retorica, non sono parole vuote. Quando si prova qualcosa di reale, la sua espressione può suonare retorica, ma non lo è. Concentrarsi quindi non significa meditare, anche se è ciò che fa la maggior parte di voi credendo che si tratti di meditazione. Ma se la concentrazione non è meditazione, allora quest'ultima che cos'è? Sicuramente meditare è comprendere ogni pensiero che sorge e non sostare su di uno in particolare; è accogliere tutti i pensieri, in modo da comprendere l'intero processo del pensare. Ma ora che fate voi? Cercate di pensare solo a una cosa buona, a una bella immagine, ripetete una bella frase appresa dalla Gita, dalla Bibbia o da un'altra opera e la vostra mente diventa molto ristretta, limitata e insignificante. Invece, essere consapevoli di ogni pensiero che sorge e comprendere l'intero processo del pensare non richiede concentrazione. Al contrario. Per comprendere l'intero processo del pensare la mente deve essere incredibilmente all'erta; allora vedrete che ciò che chiamate pensare si basa su una mente condizionata. La vostra indagine quindi non verte su come controllare il pensiero, ma su come liberare la mente dal condizionamento. Lo sforzo di controllare il pensiero è parte del processo di concentrazione, in cui chi si concentra cerca di portare pace e silenzio alla mente, non è così? 'Trovare la pace della mente': ecco una frase che tutti noi usiamo. Ora, cos'è la pace della mente? Come può la mente essere calma e avere pace? Di sicuro, non per mezzo della disciplina. Non si può rendere tranquilla la mente. Una mente resa tranquilla è una mente morta. Per scoprire cosa vuol dire essere tranquilli, bisogna indagare l'intero contenuto della mente, il che significa, in realtà, scoprire perché essa cerca. Il motivo della ricerca è il desiderio di comodità, di permanenza, di ricompensa? Se è così, una simile mente può essere tranquilla, ma non troverà pace perché la sua è una tranquillità forzata, basata su costrizione e paura. Una mente del genere non è in pace. Stiamo ancora indagando tutto il processo della meditazione. Le persone che 'meditano' e hanno visioni di Cristo, Krishna, Buddha, della Vergine o di chiunque altro, pensano di progredire, di compiere meravigliosi progressi; in fin dei conti però, la visione è la proiezione del loro retroterra culturale. Essi vedono ciò che vogliono vedere e, ovviamente, non si tratta di meditazione. Al contrario, meditare significa liberare la mente da ogni condizionamento, e non è un processo che avviene in un particolare momento della giornata mentre sedete da soli a gambe incrociate in una stanza. Deve verificarsi quando camminate, siete spaventati o salite sull'autobus; significa osservare il vostro modo di parlare con vostra moglie, col vostro capo o col vostro dipendente. Tutto questo è meditazione. La meditazione pertanto è la comprensione di colui che medita. Senza comprendere chi medita, cioè voi stessi,

l'indagine su come meditare ha ben poco valore. L'inizio della meditazione è la conoscenza di sé, ed essa non può essere tratta da un libro, né ascoltando un professore di psicologia, un commentatore della Gita o sciocchezze del genere. Tutti i commentatori sono dei traditori perché le loro non sono esperienze originali; essi sono solo epigoni di seconda mano di qualcosa in cui credono ma di cui altri hanno fatto esperienza. Perciò guardatevi dai commentatori. La mente che comprende se stessa è una mente meditativa. La conoscenza di sé è l'inizio della meditazione e, procedendo in profondità, scoprirete che la mente diviene sorprendentemente calma, non forzata, del tutto tranquilla, priva di moto; il che vuol dire che non c'è qualcuno che richiede di fare una determinata esperienza. Quando c'è solo quello stato di tranquillità privo di ogni movimento della mente, allora scoprite che avviene qualcos'altro. Ma non potete affatto scoprire con l'intelletto che cos'è questo stato; non potete accedervi attraverso descrizioni altrui, compresa la mia. Tutto ciò che potete fare è liberare la mente dal suo condizionamento, dalle tradizioni, dalla brama e da tutte le meschinità dalle quali è gravata. Allora vi accorgerete, senza volerlo, che la mente è sorprendentemente calma; e, in una simile mente, avviene l'incommensurabile. Non potete andare verso l'incommensurabile, non potete cercarlo né scavare nelle sue profondità. Potete solo scavare nei recessi del vostro cuore e della vostra mente. Non potete invitare la Verità, essa deve venire da voi; perciò non cercatela. Comprendete la vostra vita e allora la Verità giungerà dal profondo, senza alcun invito; e allora scoprirete che c'è immensa bellezza e delicatezza sia nel brutto sia nel bello.

Primo discorso a Madras 26 dicembre 1956

Credo che vedere quanto poco cambiamo sia motivo di grande preoccupazione per la maggior parte di noi. Non basta una semplice variazione superficiale dello stato delle cose, perché gli urgenti problemi della guerra, le pressioni e le enormi sfide con cui ci confrontiamo ogni giorno richiedono un cambiamento radicale. I moralisti, i politici e i riformatori richiedono tutti un cambiamento, che è evidentemente essenziale, tuttavia non si direbbe che cambiamo. Con cambiamento non intendo lo sbarazzarsi di una particolare ideologia o maniera di pensare per adottarne un'altra, o abbandonare un gruppo religioso per un altro. Essere afferrati dal moto del cambiamento, se capite cosa intendo, non significa avere un punto di partenza residuo dal quale prende le mosse il cambiamento. Se da indù divento buddhista o cristiano, passo semplicemente da ciò che resta di un pensiero a un altro, da una tradizione a un'altra, e questo ovviamente non comporta alcun cambiamento. Mi sembra quindi molto importante essere afferrati dal moto del cambiamento, che ora approfondirò. La maggior parte di noi è consapevole che il mondo, sotto l'aspetto tecnologico, avanza con una rapidità straordinaria, ma che i problemi umani che il progresso tecnologico comporta non possono essere adeguatamente affrontati da una mente che funziona in modo abitudinario o secondo un modello. Siete in grado di vedere che ben presto la tecnologia nutrirà l'uomo; forse non domani, ma prima o poi accadrà. L'uomo sarà vestito, nutrito e alloggiato attraverso vari generi di forzature e costrizioni, attraverso la legislazione, la propaganda, l'ideologia e così via; ma anche se alla fine si otterrà tutto questo, interiormente il cambiamento sarà

minimo. Potete essere tutti ben nutriti, vestiti e alloggiati, ma la mente rimarrà più o meno la stessa; sarà maggiormente capace di avere a che fare con le tecnologie e con le macchine, ma interiormente non fioriranno né compassione né bontà. Mi sembra quindi che il problema non sia semplicemente come affrontare la sfida sotto l'aspetto tecnologico, ma scoprire come l'individuo debba cambiare; e non solo voi e io, ma come debba cambiare ed essere compassionevole la maggior parte della gente, o come la maggior parte della gente debba cambiare in modo che vi sia compassione. La compassione, quel senso di bontà e quella sensazione di sacralità della vita di cui parlavamo durante l'ultimo incontro, ci possono venire imposti con la forza? Sicuramente non può esserci compassione se c'è costrizione, propaganda o moralismo, né ci può essere compassione quando il cambiamento avviene solo per affrontare la sfida tecnologica, in modo che gli esseri umani rimangano umani e non diventino macchine. Il cambiamento deve pertanto avvenire senza alcuna motivazione. Un cambiamento imposto da una motivazione non è compassione, è solo un articolo da mercato. Ecco uno dei problemi. Un altro problema è: se io cambio, in che modo questo interessa la società? O tutto ciò non mi riguarda affatto? Infatti la maggioranza delle persone non è interessata a quello di cui stiamo parlando; né lo siete voi, se è solo per pura curiosità che ascoltate o sotto la spinta di qualche impulso per poi passare oltre. Le macchine progrediscono così in fretta che la maggior parte degli esseri umani è semplicemente sospinta in avanti e non è capace di incontrare la vita grazie alla ricchezza dell'amore, dalla compassione e dal pensiero profondo. Allora, se io cambio, in che modo questo interessa la società, cioè la mia relazione con voi? La società non è una straordinaria entità mitica, ma la nostra reciproca relazione; e se due o tre di noi cambiano, in che modo questo interessa il resto del mondo? C'è forse un modo per interessare la mente dell'uomo nella sua totalità? C'è un processo grazie al quale l'individuo, che è cambiato, può toccare l'inconscio dell'uomo? Comprendete il problema signori? Non è un problema mio che sto scaricando su di voi. È il vostro problema, quindi dovete tenerlo in considerazione. L'uomo sarà nutrito, vestito e alloggiato dalla tecnologia e ciò influenzerà il suo pensiero, perché si sentirà al sicuro e avrà tutto ciò che gli serve. Se non starà incredibilmente all'erta e non sarà ricco interiormente, diventerà una macchina a ripetizione invece di un maturo essere umano, e il suo cambiamento avverrà sotto la pressione e la costrizione dell'intero processo tecnologico, anche attraverso la propaganda che lo convincerà di certe idee e condizionerà la sua mente a pensare in una determinata direzione, cosa che avviene già oggi. Comprendendo tutto questo, ovviamente pensate: "In che modo devo cambiare? E se cambio, se, come devo, divento un essere umano integro, che non è parte della macchina propagandistica con le sue varie forme di coercizione, questo condurrà a un cambiamento nella collettività? O è impossibile?". Ora, la collettività deve essere trasformata gradualmente? Comprendete? Quando parliamo di gradualità, questa implica ovviamente costrizione e lenta persuasione attraverso la propaganda, che educa l'individuo a pensare in un certo modo, a essere buono, cortese e gentile, ma in seguito a una pressione. La mente perciò diventa come una macchina a vapore: una mente simile non è buona, non è compassionevole, non apprezza affatto ciò che è sacro. Ogni sua azione è il risultato di

quanto le viene detto di fare. Non so se vi hanno parlato di tutto questo ma, se lo hanno fatto, deve costituire un enorme problema per voi. Sempre più persone diventano semplici epigoni della tradizione, che siano comunisti, indù o di qualunque altra tradizione, e non c'è alcun essere umano disposto a ripensare totalmente la sua relazione con la società. Se mi occupo di questo problema, non solo a parole o intellettualmente, senza dire che la vita è una sola, che siamo tutti fratelli e che dobbiamo andare a predicare la fratellanza, perché tutti questi non sono altro che giochi di parole; se me ne occupo invece con compassione, con amore, con l'autentica percezione che si tratta di qualcosa di sacro, allora come posso trasmettere quest'emozione? Seguitemi, per favore. Se la trasmetto attraverso un microfono, attraverso la macchina della propaganda, il cuore di chi avrò persuaso in questo modo sarà vuoto lo stesso. La fiamma dell'ideologia si metterà all'opera ed egli ripeterà semplicemente, come fate tutti voi, che dobbiamo essere gentili, buoni e liberi: tutti temi privi di senso di politici, socialisti e simili. Quindi, cosa deve fare l'individuo vedendo che ogni forma di costrizione, per quanto sottile, non porta questa bellezza e questo fiorire di bontà e compassione? Se l'essere umano compassionevole è un fanatico allora evidentemente è privo di valore. Lo potete anche chiudere in un museo. L'azione di un fanatico non è quella di chi ha davvero riflettuto profondamente su queste cose, di chi prova sul serio compassione, amore, senza enunciare soltanto un mucchio di idee intellettuali. Ma costui ha qualche effetto sulla società? Se non ce l'ha, il problema rimarrà. Ci saranno una manciata di fanatici privi di valore, capaci di diventare un modello per la collettività, la quale ripeterà ciò che dicono e se ne servirà per fare continuamente la morale al prossimo. Qual è la relazione tra l'uomo che ha il senso della compassione e quello la cui mente è trincerata nel conformismo, nella tradizione? Come trovare la relazione tra questi due uomini, non teoricamente ma nella realtà? Comprendete signori? È come un uomo affamato: egli non parla di teoria economica né può essere soddisfatto da libri che descrivono le buone qualità del cibo: deve mangiare. Pertanto l'uomo illuminato, non in qualche senso misterioso e mistico, ma l'uomo che è privo di avidità e invidia, che conosce l'amore, la cortesia e la gentilezza, che relazione ha con coloro che sono imprigionati nella collettività? Può avere influenza su di voi? Influenza non è di sicuro la parola esatta, se infatti vi influenzasse, subireste la sua costrizione propagandistica e pertanto non trovereste la vera fiamma: sareste solo imitatori. Dunque, che fare? C'è un'azione capace di andare incontro alla collettività che non pensa, in modo che possa ricominciare a pensare? L'educazione può farlo? Lo studente può essere aiutato a comprendere l'intera gamma di influssi che lo riguardano, in modo da non conformarsi a nessuno di essi, e dare quindi origine a una nuova generazione con un approccio alla vita completamente diverso? Perché è ovvio che la vecchia generazione non cambierà, dato che è in declino. La maggior parte di voi si siederà qui ad ascoltare per i prossimi vent'anni e cambierà solo quando le converrà. Invece di un dhoti indosserete pantaloni, berrete o mangerete carne, e penserete di essere cambiati in modo incredibile. Io però non sto parlando di queste sciocchezze. Questo cambiamento deve essere instaurato a partire dai giovani, dai bambini? Ma questo implica che ci deve essere un nuovo genere di maestri. Non limitatevi a essere d'accordo con me, signori. Guardate all'intero significato della

questione. Nel maestro ci deve essere una mente nuova all'opera, perché aiuti il bambino a crescere nella libertà e non nella tradizione, come un comunista, un socialista o altro. Lo studente deve essere aiutato a vivere libero sin dall'inizio e non alla fine, deve essere libero di comprendere le pressioni del suo ambiente, dei suoi genitori, della propaganda di giornali, libri, idee e di tutto l'armamentario di cui si serve la coercizione; egli stesso va incoraggiato a vedere l'importanza di non influenzare gli altri. E dove sono simili maestri? Voi assentite con la testa e dite che si dovrebbe fare così, ma dove sono i maestri? Ciò vuol dire che siete voi i maestri. I maestri si trovano a casa e non a scuola, perché nessun altro si interessa a tutto questo. Di sicuro non lo fanno i governi. Essi, al contrario, vogliono che rimaniate all'interno del sistema poiché, nel momento in cui faceste un passo al di fuori, diventereste un pericolo per la società attuale. Perciò vi ributtano dentro. Il problema dunque ricade su voi e me, non sull'ipotetico maestro. Ora, siete in grado di cambiare, immediatamente, senza alcuna costrizione? Signori, vi prego di prestare ascolto. Se non lo fate adesso, non cambierete mai. Non c'è alcun cambiamento nella sfera del tempo. Il cambiamento è al di fuori della sfera del tempo, perché ogni cambiamento al suo interno implica una semplice modifica del sistema, o una rivolta contro un particolare sistema allo scopo di instaurarne uno nuovo. Penso dunque che il problema non sia il modo in cui l'individuo illuminato possa provocare un effetto sulla società. Uso il termine 'illuminato' nel senso più semplice e ordinario: per descrivere qualcuno che pensa in modo chiaro e vede l'assurdità e l'insensatezza di quanto accade; qualcuno dotato di compassione e amore, ma non perché questo sia utile o buono per lo Stato. Chiedere che effetto abbia una persona simile sulla collettività o di che utilità egli sia per la società può essere una domanda del tutto errata. Io penso che lo sia perché, se poniamo le cose in questo modo, pensiamo ancora nei termini della collettività; cerchiamo allora di porre la domanda in maniera diversa. La persona illuminata, interiormente libera dalle religioni, dalle credenze e dai dogmi, che non appartiene ad alcuna organizzazione che si rifà al passato, ha una realtà sua in questo mondo legato agli ingranaggi della tradizione? Capite signori? Come rispondereste a questa domanda? In altri termini, c'è dolore nel mondo, dolore originato da varie cause. Non c'è solo il dolore fisico, ma anche il complesso e del tutto evidente processo psicologico che genera e mantiene viva la sofferenza. Ora, ci si può liberare dalla sofferenza? Io dico di sì, ma non perché lo ha detto qualcun altro, come si ritiene comunemente. Dico che la sofferenza ha una fine. E che relazione lega la persona per la quale la sofferenza è finita a quella che soffre? C'è una qualche relazione? Possiamo cercare di stabilire una relazione impossibile tra la persona libera dalla sofferenza e la persona che ne è prigioniera, e formulare di conseguenza tutta una serie di considerazioni complesse. La persona che soffre non dovrebbe uscire dal suo mondo senza bisogno di guardare alla persona libera dalla sofferenza? Voglio dire che ogni essere umano dovrebbe liberarsi da ogni dipendenza psicologica: è possibile? Ogni forma di dipendenza crea sofferenza, non è così? La dipendenza dalla soddisfazione genera frustrazione. Che un uomo cerchi soddisfazione come governatore, poeta, scrittore, oratore o cerchi soddisfazione in Dio, è essenzialmente la stessa cosa, perché all'ombra della soddisfazione ci sono dolore e frustrazione. Allora come possiamo, voi e io, affrontare questo problema? Capite signori?

Io posso essere libero, ma ciò ha qualche valore per voi? Se non ce l'ha, che diritto ho io di esistere? E se ha valore, come potrete incontrare un simile uomo? Non si tratta di vedere come egli incontrerà voi, ma come voi incontrerete lui. Forse egli vuole incontrarvi e camminare con voi, e non solo per un chilometro, ma per cento; ma come potrete incontrarlo? Ed è possibile cambiare in modo così sostanziale, radicale e profondo, che tutto il processo del pensare e sentire sia demolito e reso innocente, fresco e nuovo? Signori, non c'è alcuna risposta a questa domanda. Io mi limito a puntualizzarla. Sta a voi svelarla, penetrarla e lasciarvi tormentare. Sta a voi lavorarci con impegno perché altrimenti la vostra vita è conclusa, finita, andata e così pure i vostri figli, la prossima generazione. Dite sempre che la prossima generazione creerà un nuovo mondo e ciò non ha senso, perché la state già condizionando con i vostri libri, giornali, capi, politici e religioni organizzate: tutto forza i bambini verso una direzione particolare, mentre voi chiacchierate senza requie sul nulla. Questo dunque è il vostro problema, e non penso che lo affrontiate seriamente. Per voi non si tratta di qualcosa di vitale, come lo è invece far soldi o andare in ufficio a farvi prendere dalla routine di quell'incredibile noia che chiamate vita. Che siate avvocati, giudici, governatori o il più potente dei politici, la vostra vita è per la maggior parte una spaventosa routine estremamente noiosa e distruttiva e voi ne siete imprigionati. Anche i vostri bambini ne saranno imprigionati, a meno che voi non cambiate sensibilmente. Non è retorica, signori, ma qualcosa su cui dovete riflettere e lavorare, che dovete risolvere seduti insieme. Perché il mondo richiede esseri umani che pensino in modo nuovo, non nella stessa vecchia maniera, e che non si rivoltino contro il vecchio sistema solo per crearne un altro. Penso che troverete la risposta sulla corretta relazione quando saprete cos'è l'amore. L'amore stranamente ha il suo raggio d'azione a un livello forse non riconoscibile; ma la persona davvero compassionevole ha una capacità d'azione, qualcosa che gli altri uomini non hanno. Saranno le persone serie che ascoltano, pensano e lavorano su questo qualcosa, a portare un'azione diversa nel mondo, non alla fine ma subito. E a mio avviso il problema è: come può l'essere umano cambiare il suo modo di pensare così tanto che la mente sia del tutto priva di condizionamento? Lo scoprirete a patto che prestiate a questo aspetto tanta attenzione quanta ne riservate al vostro ufficio, alla vostra puja e a tutte le altre cose senza senso. Signori, risponderò a questa domanda; o meglio, non risponderò io, ma svisceremo insieme il problema. Perché il problema contiene la risposta, essa non è al di fuori del problema. Se sono aperto al problema posso vederne la bellezza, tutti gli aspetti, le straordinarie sfumature e implicazioni, e allora si dissolve; ma se guardo al problema con l'intenzione di trovare una risposta, non c'è apertura.

Domanda: Mio figlio e altre persone che sono state all'estero sembrano aver perduto la fibra morale. Perché accade e cosa possiamo fare per sviluppare il loro carattere?

Krishnamurti: Perché pensiamo una cosa simile solo di quelli che sono stati all'estero? La fibra morale della maggior parte di voi che siete qui ad ascoltarmi non ha forse ceduto? Seriamente, signori, non ridete. È un problema molto complesso. Esploriamolo insieme. Vogliamo sviluppare il carattere, o almeno è quello che diciamo. Lo fanno i giornali, il governo, i moralisti e le persone religiose? Pensate di sì? Come si sviluppa il carattere? Come fiorisce la bontà? Fiorisce nel quadro della costrizione sociale che è

chiamata morale? Oppure la bontà fiorisce e il carattere si afferma solo quando c'è libertà? La libertà non è libertà di fare ciò che vi pare. Questo però è quanto accade quando si va all'estero. Tutte le pressioni ordinarie cadono: la pressione della famiglia, della tradizione, del paese, dei genitori e ci lasciamo andare. Ma avevamo carattere prima di andarcene, o eravamo semplicemente sottomessi ai genitori, alla tradizione e alla società? E ha carattere un essere umano se è sottomesso alla famiglia, alla società, alla tradizione, alla propaganda e così via, o non è forse una macchina che funziona ripetutamente secondo un codice morale ed è perciò interiormente morto, vuoto? Capite, signori? Questo è quanto succede in India, benché la maggior parte delle persone non sia andata all'estero. La fibra morale si sta rapidamente deteriorando. Dovreste saperlo meglio di me. Quindi il vostro problema è come sviluppare il carattere e tuttavia rimanere all'interno del sistema sociale in modo da non disgregare la società, non è così? Infatti la società, sebbene parli di carattere o di moralità, non vuole cose simili. Vuole persone che si adeguino, che si allineino alla tradizione. Vediamo pertanto che il carattere non si sviluppa in un sistema. Esiste solo dove c'è libertà; e la libertà non è libertà di fare ciò che vi pare. Ma la società non permette la libertà. Non ho bisogno di dirvelo. Osservatevi con i vostri figli. Non volete che abbiano carattere, volete che si conformino alla tradizione, a un sistema. Per avere un carattere ci deve essere libertà, poiché solo nella libertà può fiorire la bontà. Questo è carattere, questa è moralità; non la cosiddetta moralità che si adegua semplicemente a un sistema. Allora, è possibile sviluppare il carattere pur rimanendo all'interno della società? Di sicuro la società non vuole il carattere, non è interessata a far fiorire la bontà; è interessata alla parola 'bontà', ma non a farla fiorire, cosa che può avvenire solo nella libertà. I due aspetti quindi sono incompatibili: l'uomo che vuole sviluppare il carattere deve liberarsi dalla società. In fin dei conti, la società si basa su avidità, invidia e ambizione; allora gli esseri umani non dovrebbero liberarsene e poi aiutare la società a infrangere il suo sistema? Signori, se guardate all'India vedrete cosa sta succedendo. Tutto sta crollando perché, sostanzialmente, nessuno ha carattere e voi non siete fioriti nella bontà. Avete semplicemente aderito al sistema di una certa cultura, cercando di comportarvi moralmente all'interno di quella cornice ma, quando subite una pressione, la vostra fibra morale si spezza perché non ha sostanza, non ha realtà interna; ecco allora che tutti gli anziani vi dicono di ritornare alle antiche vie, al tempio, alle Upanishad, a questo e a quello, ossia al conformismo. Ma la bontà non può mai fiorire nel conformismo. Ci deve essere libertà, e la libertà giunge solo quando comprendete l'intero problema dell'invidia, dell'avidità, dell'ambizione e del desiderio di potere. La libertà da tutto ciò consente a quella straordinaria cosa chiamata carattere di fiorire. Una persona in tali condizioni è dotata di compassione e sa cos'è l'amore; è ben diversa da quella che ripete semplicemente un mucchio di parole sulla moralità. Dunque la bontà non fiorisce all'interno della società, dato che la società è sempre corrotta. Soltanto chi comprende interamente la struttura e il processo della società e se ne libera possiede carattere e può fiorire nella bontà.

Primo discorso a Colombo 23 gennaio 1957

Una delle nostre maggiori difficoltà è che non amiamo essere disturbati, soprattutto se siamo persone immerse nella tradizione, abbiamo una vita facile e siamo portatori di una cultura che è diventata puramente ripetitiva. Forse vi siete resi conto che opponiamo una grande resistenza a tutto ciò che è nuovo. Non vogliamo essere scomodati e, se lo siamo, ci adattiamo presto a un nuovo sistema e ci adagiamo di nuovo, ma non potremo evitare di essere nuovamente scossi, disturbati e turbati. Procediamo così attraverso la vita, facendoci sempre guidare da un sistema nel quale ci siamo accomodati. La mente si oppone in modo molto violento e si mette sulla difensiva di fronte a qualsiasi invito al cambiamento interiore. È disposta a sottomettersi a forze economiche, scientifiche o politiche e ad adattarsi a un nuovo ambiente, ma interiormente rimane la stessa. È possibile osservare lo svolgimento di questo processo se si è del tutto consapevoli delle cose e di se stessi. Mi sembra poi che la religione sia ciò che più turba la mente. Non è qualcosa da cui ricevere conforto, consolazione e una semplice spiegazione dei dolori, delle fatiche e delle tribolazioni della vita; al contrario, la religione richiede una mente sempre all'erta, interrogativa, dubbiosa, indagatrice e che non accolga nulla con facilità. La verità della religione deve essere scoperta individualmente, non può mai essere resa universale. E tuttavia, se ci fate caso, vedrete che le religioni del mondo sono diventate universali, nel senso che un gran numero di persone le segue e aderisce alle loro idee e credenze, ai loro dogmi e rituali; perciò esse cessano del tutto di essere religioni. Certamente, la religione è la ricerca della Verità da parte di ognuno di noi e non la semplice accettazione di ciò che è stato detto da altri, chiunque essi fossero: Buddha, Cristo e così via. Costoro hanno forse evidenziato determinati aspetti, ma limitarsi a ripetere le loro parole è davvero immaturo; è qualcosa di meramente verbale, privo di grande significato. Per scoprire la Verità, quella Realtà che va oltre la dimensione del pensiero, la mente deve essere scomodata, scossa dalle sue abitudini, dalla sua accettazione semplicistica di una filosofia e di un sistema di pensiero. Poiché la mente è composta da tutti i nostri pensieri, da tutte le nostre sensazioni e attività, a livello conscio e inconscio, essa è il nostro unico strumento di indagine, di ricerca e di scoperta; e permetterle di adagiarsi e funzionare in modo abitudinario mi sembra un crimine odioso. Noi dovremmo essere disturbati e questo è un fatto di estrema importanza, ed esternamente ci lasciamo disturbare. L'impatto dell'Occidente sull'Oriente è una scossa, un elemento perturbante. Esternamente, superficialmente, ci adeguiamo e pensiamo che stiamo facendo progressi interiori; se osservate però, vedrete che interiormente non siamo affatto in un cammino di ricerca. La ricerca ha un significato straordinario nella vita dell'individuo. La maggior parte di noi si mette a indagare per un motivo. Quando la ricerca ha una motivazione, è quest'ultima a dettarne il fine; e quando è una motivazione a dettare il fine, si tratta di vera ricerca? Mi sembra che cercare di realizzare ciò che già sapete o avete formulato non sia ricerca. Vi è ricerca solo quando non sapete e non c'è alcun motivo, costrizione o fuga; solo allora c'è una possibilità di scoprire la Verità, la Realtà e Dio. Ma c'è un motivo dietro la ricerca della maggior parte di noi, non è vero? Se osservate la vostra condotta di vita, il vostro modo di pensare e di sentire, noterete che la maggior parte di voi è scontenta di se stessa e del proprio ambiente, e vuole dirigere questo scontento in facili canali, per trovare soddisfazione. Una mente che cerca

soddisfazione trova con facilità il modo di superare la scontentezza, ed è ovvio che una mente simile è incapace di scoprire cos'è la verità. L'insoddisfazione è la sola forza che vi muove, vi spinge a indagare e cercare. Ma nel momento in cui la canalizzate e cercate di trovare soddisfazione con ogni mezzo, chiaramente vi addormentate. È precisamente quanto accade nelle questioni religiose. Non siamo più in viaggio, alla ricerca individuale di che cos'è la Verità. Ci facciamo semplicemente guidare dalla collettività: andiamo al tempio, ripetiamo certe frasi e spiegazioni e pensiamo che la religione consista in questo. Quel che è certo è che la religione è una cosa completamente diversa. È uno stato della mente in cui il ricercatore non è pressato da alcuna motivazione e non ha un centro da cui iniziare la ricerca. Non si trova la Verità cercando appagamento, pace o qualcosa di superiore che ci soddisfi. A mio avviso è molto importante comprendere questo punto. Abbiamo fatto della religione qualcosa che ci dà soddisfazione, una giustificazione dei nostri guai, un sollievo allo scontento per ciò che siamo, e siamo entrati facilmente in una soddisfacente routine del pensiero, convinti di aver risolto il problema. Non c'è alcuna indagine individuale da parte nostra, ma una semplice ripetizione, una comprensione teorica e non reale di 'ciò che è'. Per scoprire che cos'è la Verità dobbiamo essere liberi dalla collettività, essere cioè veri individui, e non lo siamo. Non so se abbiate osservato quanto siete piccoli come individui. Essere un individuo non è questione di carattere o abitudini. Dopo tutto, il carattere è l'incontro del passato con il presente, no? Il vostro carattere deriva dalla risposta che il passato dà al presente, e quella risposta è ancora la collettività. In altri termini, siete del tutto degli individui? Avete un nome, una forma, una famiglia; avete magari una casa vostra e un conto in banca personale, ma interiormente siete degli individui? O fate semplicemente parte della collettività che agisce in maniera apprezzabile e rispettabile? Osservatevi e vedrete che non siete affatto degli individui. Siete singalesi, buddhisti, cristiani, inglesi, indiani o comunisti, siete cioè la collettività; e sicuramente bisogna liberarsi dalla collettività, consciamente e inconsciamente, per scoprire cos'è la Verità. Liberare la mente dalla spinta reiterata della collettività richiede un lavoro duro e solo una mente molto libera è in grado di scoprire cos'è la Verità. In realtà questo accade quando c'è qualcosa che vi interessa in maniera vitale. Mettete allora da parte tutte le immaginazioni, le idee e le lotte del passato e vi spingete avanti a indagare. Ma non lo fate nelle questioni religiose. In quell'ambito vi comportate da conservatori, siete la collettività, pensate seguendo la massa e quanto vi è stato detto a proposito di nirvana, samàdhi, moksa, paradiso e così via. Non c'è alcuno sforzo individuale di fare scoperte per voi stessi. Penso che tale sforzo individuale sia molto importante, soprattutto nell'attuale crisi mondiale, perché solo questa ricerca individuale libererà la creatività e aprirà la porta alla Realtà. Fino a quando non saremo veri individui e saremo solo una reazione al passato, come nel caso della maggior parte di noi, la vita rimarrà un insieme di risposte ripetitive senza grande significato. Ma se nella nostra ricerca ci sforziamo come individui di scoprire che cos'è la Verità, allora sorge un'energia completamente nuova, un atto creativo del tutto diverso. Non so se abbiate mai provato a osservare la mente e a vedere in che modo accumuli memoria. Voi agite in base alla memoria, l'azione si basa sulla conoscenza. La conoscenza è, dopo tutto, esperienza, e questa esperienza detta l'esperienza futura. Scoprirete quindi che l'esperienza non è

affatto in grado di liberare; al contrario, rafforza il passato. Una mente che si voglia liberare dal passato deve comprendere tutto questo processo di accumulazione della conoscenza attraverso l'esperienza, dato che ne è condizionata. Il centro a partire dal quale pensate, l'io, il sé, l'ego, è un fascio di ricordi e voi non siete altro che questo. Potete pensare di essere l'Atman, l'anima, ma state ancora coltivando la memoria, e quella memoria predispone l'esperienza successiva, che in seguito condiziona la mente. L'esperienza dunque rafforza l'io, il sé, che è essenzialmente memoria: 'la mia casa', 'le mie qualità', 'il mio carattere', 'la mia razza', 'la mia conoscenza' e l'intera struttura costruita intorno a quel centro. Nel cercare la Realtà attraverso l'esperienza, la mente non fa altro che condizionare ulteriormente se stessa, non liberandosi da quel centro. Ora, è possibile che la mente non accumuli conoscenza attorno a quel punto centrale e sia quindi capace di scoprire la verità momento per momento? Perché solo la verità scoperta momento per momento è davvero importante, non quella della quale avete già fatto esperienza e che, essendo divenuta un ricordo, crea la spinta per un'ulteriore esperienza. Ci sono due generi di conoscenza: la conoscenza concreta di come costruire un ponte, costituita da tutte le informazioni scientifiche che si sono accumulate nei secoli, e la conoscenza come memoria psicologica. Queste due forme di conoscenza non sono definite in modo chiaro. L'una opera grazie all'altra. Ma l'io, il sé, è composto di memoria psicologica, ed è possibile che la mente si liberi da questa memoria? È possibile che la mente non pensi in termini di accumulo, di raccolta di esperienze, ma si muova senza quel centro? Possiamo vivere in questo mondo senza l'intervento del sé, che è un fascio di memorie psicologiche? Se davvero indagate in profondità, scoprirete che è possibile, e potrete allora utilizzare la conoscenza concreta senza provocare distruzione come succede ora. La conoscenza concreta allora non causerà più antagonismo tra uomo e uomo. Allo stato attuale vi sono antagonismo, odio, separazione, ansietà, guerra e via dicendo, perché psicologicamente usate la conoscenza concreta a vostro vantaggio, in vista di un'esistenza separata. Si può vedere molto bene che, nel mondo, le religioni dividono le persone, poiché promulgano idee, credenze, dogmi e rituali, non i sentimenti dell'amore e della compassione. Le religioni separano le persone, proprio come il nazionalismo. Ciò che ci separa allora, non è la conoscenza concreta, ma la conoscenza dalla quale dipendiamo psicologicamente per avere conforto emotivo e sicurezza interiore. Pertanto una mente che desideri trovare la Realtà, Dio, o comunque lo vogliate chiamare, deve liberarsi da questo fascio di ricordi che si identifica con l'io, e non è affatto così difficile. Questo fascio è composto da ambizione, brama, invidia e desiderio di sicurezza. Se si rivolge la mente all'obbiettivo e si lavora duramente, la si può di sicuro liberare da questo fascio. È possibile vivere in questo mondo senza ambizione, senza invidia e senza odio. Pensiamo che sia impossibile perché non ci abbiamo mai provato. Solo una mente libera da odio, invidia, credenze e conclusioni che separano è capace di scoprire quella Realtà che è amore e compassione.

Domanda: Cos'è la comprensione? È consapevolezza? Il retto pensiero? Se la comprensione non sorge attraverso il funzionamento della mente, qual è allora la funzione di quest'ultima?

Krishnamurti: Signori, la questione implica vari aspetti. Prima di tutto, cos'è il

pensiero? Non il retto pensiero o il pensiero erroneo. Certamente, ciò che chiamiamo pensiero è la risposta della memoria a qualunque sfida. Quando vi pongo una domanda, voi rispondete velocemente se avete familiarità con la risposta, o in modo esitante, dopo un intervallo di tempo, se non l'avete. La mente cerca tra i ricordi che sono al suo interno, e se trova la risposta, risponde alla domanda; oppure se non la trova, dice: "Non lo so". Il pensiero è dunque evidentemente la risposta della memoria; niente di particolarmente complesso. Voi pensate come buddhisti, singalesi, cristiani o indù, perché il vostro retroterra culturale è quello di una particolare cultura, razza o religione. Se non appartenete a nessuno di questi gruppi e, per esempio, siete comunisti, rispondete a vostra volta secondo quel particolare sistema. Questo processo di risposta secondo un particolare retroterra culturale è ciò che chiamate pensiero. Avete scoperto, allora, che non vi è alcuna libertà nel pensiero, poiché è dettato dal vostro retroterra culturale. Il pensiero come lo conoscete ora ha origine dalla conoscenza, che è memoria; è meccanico perché è la risposta alla sfida di una mente condizionata. Ci sono creatività e percezione di ciò che è nuovo solo quando non vi è alcuna risposta della memoria. In matematica potete procedere passo dopo passo dal conosciuto al conosciuto ma, se volete andare più avanti e scoprire qualcosa di nuovo, il conosciuto deve per il momento essere messo da parte. Il funzionamento della mente quindi è, allo stato attuale, una risposta meccanica della memoria, a livello conscio e inconscio. L'inconscio è un vasto deposito di tradizioni accumulatesi e di eredità della specie, ed è quel retroterra culturale che risponde alla sfida. Penso che sia abbastanza evidente.

Ora, esistono il retto pensiero e il pensiero erroneo? O c'è solo la libertà da ciò che chiamiamo pensiero, a cui segue la retta azione? Capite, signori? A seconda che sia cresciuto in India, in Europa o in America, io penso nei termini della mia particolare condizione, secondo il modo in cui sono stato educato. Il mio retroterra culturale mi dice cosa pensare, e mi dice anche cosa sono il retto pensiero e il pensiero erroneo. Se fossi stato educato nel comunismo, allora per me il retto pensiero sarebbe quello antireligioso e anticlericale, in accordo col mio retroterra culturale comunista; qualsiasi altro modo di pensare avrebbe rappresentato una deviazione e sarebbe stato perciò eliminato. E una mente che risponde secondo il proprio retroterra culturale, che essa chiama pensiero, è capace di retta azione? O c'è retta azione solo quando la mente è libera dal condizionamento, la cui risposta essa chiama pensiero? Capite, signori? Spero di essere stato chiaro.

La maggior parte di noi non si chiede nemmeno cos'è il retto pensiero. Vogliamo sapere cos'è, ma il retto pensiero può essere molto scomodo e richiedere un'indagine, e noi non vogliamo indagare. Vogliamo che ci dicano che cos'è e tale compito è svolto dalle organizzazioni religiose, dalla morale sociale, dalle filosofie e dalla nostra esperienza. Andiamo avanti così sino a quando non siamo più soddisfatti da questo sistema e allora ci chiediamo: "Cos'è il retto pensiero?". Questo vuol dire che la mente è un poco più attiva, un pò più desiderosa di indagare, di essere disturbata. Il pensiero è fluido, mentre il retto pensiero implica una condizione statica, e la maggior parte di noi funziona in condizioni statiche. Ora, se vogliamo davvero indagare, dobbiamo dapprima scoprire non cosa sia il retto pensiero, ma cosa sia il pensiero stesso; e abbiamo visto che ciò che chiamiamo

pensiero è un processo di reazioni che provengono dal retroterra culturale, da quel centro di accumulazione di ricordi identificato come 'io'. Allora mi domando: in quel campo, ci può essere retto pensiero? O il retto pensiero, la retta risposta e la retta azione ci sono solo quando la mente è libera dal retroterra culturale? Chi ha posto la domanda vuole sapere che cos'è la comprensione. Di sicuro, la comprensione è il processo completo di scoperta delle vie della mente, ciò che abbiamo fatto. La comprensione implica uno stato della mente rivolto a un'autentica indagine, e non potete indagare se cominciate con una conclusione, un'asserzione o un desiderio. Qual è allora la funzione della mente? La mente attualmente funziona in modo frammentario, divisa in parti e dipartimenti; non funziona come una totalità perché è strumento del desiderio e il desiderio non può mai essere totale e completo: il desiderio è sempre frammentario e contraddittorio. Potete facilmente rendervi conto di questa verità se osservate voi stessi. Per come la conoscete ora, la mente è strumento di sensazioni, di gratificazioni del desiderio, e il desiderio è sempre frammentario; non può mai esserci un desiderio integro. Tale mente, con tutti i suoi desideri contraddittori, non può mai essere armoniosa. Non potete mettere insieme odio e amore, né integrare invidia e bontà; non potete armonizzare gli opposti. Questo è ciò che la maggior parte di noi cerca di fare, ma è impossibile. Qual è allora la vera funzione della mente? Non è forse di liberare se stessa dalle contraddizioni del desiderio ed essere lo strumento di un'azione che non sia la mera risposta della memoria? Temo che tutto ciò suoni alquanto difficile ma, se vi osservate attentamente, vedrete che non è così. Sto solo descrivendo quello che si verifica se non vi limitate a sopprimere il desiderio, a sublimarlo o a trovarne un surrogato, ma lo comprendete realmente. Potete comprendere il desiderio solo quando non vi sono né condanne né paragoni. Se io voglio comprendervi, per esempio, non devo condannarvi, giustificarvi o paragonarvi a qualcun altro: devo semplicemente osservarvi. Allo stesso modo, se la mente vuole comprendere il desiderio, deve osservarsi senza condannarsi, senza alcuna forma di paragone, capace di generare solo i conflitti del dualismo. Capiamo dunque cos'è la comprensione. Vediamo che non ci può essere retto pensiero, cioè retta azione, fino a quando la mente è condizionata. C'è retta azione solo quando la mente è libera dal condizionamento. Non è questione di retto pensiero, cui segua la retta azione. Pensiero e azione sono separati sinché il desiderio funziona come memoria, come inseguimento del successo; ma quando si è liberi da quel fascio di ricordi identificato come 'io', si ha allora un'azione che è al di fuori del sistema sociale. Questo tema però è molto più complicato e non ce ne occuperemo per il momento. Vediamo allora che la funzione della mente è di comprendere e che essa non può comprendere se condanna, se pensa in modo frammentato, a compartimenti. La mente pensa in modo frammentario, a compartimenti fino a quando sussiste il desiderio, che sia quello per Dio o per un'auto, perché il desiderio è in se stesso contraddittorio, e ogni desiderio si oppone sempre ad altri desideri. Ci può quindi essere comprensione soltanto quando la mente, attraverso la conoscenza di sé, scopre il proprio funzionamento. Per scoprirlo ci deve essere consapevolezza. Dovete osservare la mente come osservereste un bambino che amate. Voi non condannate il bambino, non lo giudicate, né lo paragonate a qualcun altro; lo osservate allo scopo di comprenderlo. Allo stesso modo, dovete essere consapevoli del

funzionamento della mente, vederne le finezze, i recessi e la straordinaria profondità. Allora, andando avanti, scoprirete che la mente diventa sorprendentemente calma e tranquilla. E una mente tranquilla è in grado di ricevere la Verità.

Domanda: Secondo la teoria del karma, in cui molti di noi credono, le nostre azioni e le circostanze di questa vita sono in larga misura governate da ciò che abbiamo fatto nelle vite precedenti. Tu neghi che siamo governati dal karma? Che dire allora dei nostri doveri e delle nostre responsabilità?

Krishnamurti: Signori, insisto, è una faccenda molto complessa e bisogna affrontarla sino in fondo. Non si tratta di ciò in cui credete. Voi credete di essere il risultato del passato, e che vite precedenti abbiano condizionato le vostre circostanze attuali, ma ci sono altri che non credono a nulla di tutto questo. Sono stati allevati nella convinzione che viviamo un'unica vita e siamo condizionati solo dall'ambiente in cui ci troviamo. Mettiamo quindi da parte per il momento ciò in cui credete e non credete, e scopriamo cosa intendiamo per karma; è molto più importante, perché se comprendete davvero cos'è il karma, scoprirete che non è qualcosa che detti la vostra azione presente. Indaghiamo la questione e capirete. Ora, cosa intendiamo per karma? Questa parola, come sapete, significa agire, fare. Voi non agite mai senza una causa, una motivazione o senza essere costretti dalle circostanze. Agite sotto l'impulso del passato o incalzati in una certa direzione dalla pressione delle immediate circostanze. Pertanto, ci sono una causa e un effetto. Vi prego di fare un pò di attenzione. Per esempio, voi siete venuti qui per ascoltarmi. La causa è che volevate ascoltare e l'effetto dell'ascolto lo scoprirete se siete realmente interessati. Ma il punto è che ci sono una causa e un effetto. Ora, la causa è sempre stabilita e l'effetto è già determinato? Comprendete, signori? Nel caso di una ghianda o di un seme, ci sono una causa e un effetto stabiliti. Una ghianda non potrà mai diventare una palma, darà sempre origine a una quercia. La pensiamo allo stesso modo a proposito del karma, non è vero? Poiché ieri agendo ho prodotto una causa, penso che l'effetto di quell'azione sia predeterminato, stabilito. Ma è così? La causa è stabilita? E l'effetto è stabilito? L'effetto di una causa non diventa a sua volta la causa di un altro effetto? Capite? Non voglio fare altri esempi, poiché gli esempi non chiariscono realmente la questione ma tendono a confonderla di più. Dobbiamo dunque chiarire questo aspetto col pensiero, senza adoperare esempi. Sappiamo che l'azione ha una causa. Sono ambizioso, perciò faccio qualcosa. C'è una causa e c'è un effetto. Ora, l'effetto non diventa forse la causa di un'azione futura? Di sicuro non ci sono mai né una causa né un effetto stabiliti. Ogni effetto, sottoposto a innumerevoli influssi e da essi trasformato, diviene la causa di un altro effetto. Non ci sono mai quindi una causa e un effetto stabiliti, ma una catena di causa-effetto-causa. È evidente, signori. Ieri avete fatto qualcosa che aveva la sua origine in una causa precedente, e che domani condurrà a determinate conseguenze; nel frattempo però le conseguenze, essendo soggette a innumerevoli pressioni e influssi, hanno subito un mutamento. Voi pensate che una data causa produrrà un effetto stabilito, ma l'effetto non è mai esattamente quello che pensate perché altri eventi si interpongono. Pertanto c'è una catena continua di cause che si tramutano in effetti, e di effetti che tramutano in cause. Pensare in termini di: "ero questo in passato, sono questo oggi e sarò così e così nella prossima vita", è davvero

immaturo ed estremamente sciocco, perché è un modo di pensare non fluido e privo di qualità vitali; esprime decadenza, deterioramento e morte. È meraviglioso però se pensate profondamente alla questione, perché allora vedrete che questa catena di causa-effetto che diventano altre cause può essere spezzata in ogni momento e che la mente può essere libera dal karma. Comprendendo l'intero processo della mente condizionata dal passato, capirete da soli che l'effetto del passato sul presente o sul futuro non è mai stabilito, assoluto e finale. Pensare che sia stabilito implica degradazione, ignoranza e oscurità. Mentre, se afferrate il significato di tali catene di causa-effetto che divengono di nuovo cause, allora, poiché quell'intero processo è per voi una cosa viva, siete in grado di interromperlo in ogni momento; e allora potete liberarvi dal passato. Non avete più bisogno di essere cristiani, buddhisti o indù, con tutti i condizionamenti che questo comporta; potete immediatamente trasformare voi stessi. Signori, non sapete che potete eliminare l'invidia in un sol colpo? Avete mai cercato di interrompere l'ostilità sul nascere? So che è molto confortante rilassarsi e dire: "bé, è il karma che mi ha reso ostile nei tuoi confronti". Ci dà un grande senso di soddisfazione dire questo: il piacere di continuare a odiare. Se però andate a fondo nel significato del karma, vedrete che la catena fatta di una causa che muta in effetto che muta in causa può essere spezzata. E allora la mente può incredibilmente liberarsi subito dal passato. Ciò tuttavia richiede duro lavoro, grande attenzione, indagine, penetrazione e conoscenza di sé, mentre la maggior parte di noi è indolente e si accontenta con facilità della credenza nel karma. Buon Dio! Che importa che ci crediate o no? Quello che conta è ciò che siete ora, non quello che avete fatto in passato e i suoi effetti sul presente. E cosa siete ora? Dovreste saperlo meglio di me. Ciò che siete ora è evidentemente il risultato del passato, di innumerevoli influssi e costrizioni, il risultato del cibo, del clima, del contatto con l'Occidente e così via. Sotto la pressione di tutto questo la mente diviene pigra, indolente e facilmente soddisfatta dalle parole. Una simile mente è in grado di parlare della Verità e di Dio e magari crede nel nirvana e in cose del genere; questa credenza però non ha più valore di quella del comunismo, del cattolicesimo o di qualsiasi altra dottrina. La mente può essere trasformata solo quando comprende l'intero processo che la muove e i motivi, le cause di quel processo. Alla luce di questa comprensione si aprono immense possibilità per la mente, perché essa spalanca la porta a una creatività sbalorditiva che non consiste nello scrivere qualche poesia o nel mettere un pò di colori su una tela, ma nel raggiungere quello stato che è Realtà, Dio e Verità. E per fare questo non vi servono ideali. Al contrario, gli ideali impediscono una comprensione immediata. Siamo nutriti di illusioni, di cose prive di valore e soccombiamo facilmente all'autorità, alla tirannia religiosa e politica. Come può una mente simile scoprire ciò che è eterno e andare oltre le proprie proiezioni? Io dico che è possibile spezzare questa continuità del karma, ma solo quando ne comprendete il funzionamento, che non è qualcosa di statico e prestabilito, bensì qualcosa di vivo e fluido. Allora, nel rompere con il passato, la mente saprà cos'è la Verità o Dio.

Secondo discorso a Colombo 27 gennaio 1957

Come ho messo in rilievo durante i discorsi tenuti qui, è sicuramente di primaria

importanza, soprattutto quando il mondo è in una crisi così grave, comprendere il vero significato della religione: la religione mi sembra infatti l'unica soluzione a tutti i problemi della nostra esistenza. Non intendo le religioni dei dogmi e dei culti organizzati, che condizionano solo la mente e che, secondo me, non sono affatto religioni. Sono come qualunque altra organizzazione propagandistica, che si limita a modellare la mente secondo un particolare sistema di pensiero. Per esaminare a fondo la questione di cosa sia la vera religione, bisogna prima di tutto comprendere cos'è il comportamento. Per me, il comportamento coincide con la rettitudine. La maggior parte di noi, però, spreca la propria energia e il proprio pensiero disquisendo su quale credenza adottare a proposito della reincarnazione o di altre questioni tipiche delle religioni; non si inizia dalla questione fondamentale. Il fondamento di una retta indagine è di sicuro il comportamento, che è rettitudine, e rettitudine non vuol dire semplicemente coltivare la virtù. Un uomo che coltiva la virtù cessa di essere virtuoso; un uomo che pratica l'umiltà non è più umile. Coltivare l'umiltà è una forma di arroganza. In modo simile, coltivare la virtù conduce solo alla rispettabilità. Dobbiamo essere virtuosi, perché la virtù è essenziale a ogni seria indagine, ma non la virtù coltivata, che è incentrata sul sé. Ciò che conta è entrare in contatto con l'intero movimento di quella virtù, che non è incentrato sul sé e che, se lo perseguiamo profondamente, sia a livello conscio sia a livello inconscio, conduce al superamento della misura della mente. Questa è la vera indagine religiosa e penso sia molto importante capirlo. La maggior parte di noi è coinvolta in qualche forma di fede organizzata, come quella buddhista, induista, cristiana, comunista e così via; e quando siamo imprigionati nella rete di queste organizzazioni, che siano politiche o cosiddette spirituali, ci interessiamo più a ciò che crediamo che al modo in cui viviamo la nostra vita. Quel che conta, di sicuro, non è trovare la condotta ideale di vita, ma scoprire da soli il sistema comportamentale in cui la mente è imprigionata e comprendere il vero significato di tale comportamento. La rettitudine non ha nulla a che vedere con la condotta organizzata, vale a dire con la morale sociale. La condotta organizzata ha anzi portato grande confusione nel mondo. La società accetta invidia, brama, ambizione, crudeltà e spietata ricerca della propria soddisfazione; ammette e giustifica la possibilità di uccidere su larga scala. Il soldato che in battaglia uccide più degli altri è un eroe agli occhi della società, e quando una società che professa una particolare religione sancisce l'uccisione su una scala vasta e disumana, allora evidentemente la religione che essa professa ha fallito. Per comprendere la rettitudine è necessario uscire dal sistema della società. Per società non intendo i mezzi organizzati della comunicazione, della fornitura di cibo, vestiario, alloggio e via dicendo, ma l'intera dimensione psicologica o morale che fa parte della società. Una persona che cerchi di comprendere la vera religione non può ovviamente appartenere a una società che accetta brama, invidia, ambizione personale, ricerca di potere e fama, e così via. Infatti non è possibile appartenere a una società basata sulla crudeltà e sull'interesse egoistico ed essere al tempo stesso persone religiose. Tuttavia le religioni organizzate in ogni angolo del mondo hanno giustificato una simile società. Le religioni organizzate non insistono nel tentativo di farvi rinunciare a brama, invidia e spietatezza. Si interessano molto di più a ciò in cui credete, ai rituali, all'organizzazione, al cerimoniale e all'armamentario che esiste all'interno di ogni

religione organizzata e intorno a essa. Quindi un uomo che voglia capire cosa sia la vera religione deve fondare la propria rettitudine sul fatto di essere privo di invidia, ambizione e brama di potere. Questa è una possibilità realistica: non sono un idealista. Gli ideali e la realtà sono incompatibili. Un uomo che persegua l'ideale della non-violenza indulge nella violenza. Non è interessato a smettere di essere violento, ma ad arrivare infine a uno stato che chiama non-violenza. Essendo violenta, la mente ha un ideale di non-violenza che si trova lontano; ci vorrà tempo per raggiungerlo e, nel frattempo, essa può continuare a essere violenta. Una mente simile è interessata non ad abbandonare la violenza, ma a cercare lentamente di diventare non-violenta. Le due condizioni sono del tutto diverse e penso sia molto importante comprenderlo. Porre fine alla violenza e alla brama non è questione di tempo né di ideali; è qualcosa che deve essere fatto immediatamente, non nel tempo. Quando ci preoccupiamo del tempo, ci lasciamo imprigionare nella gradualità degli ideali. Per favore, non traete conclusioni e non dite: "Senza ideali sarei perduto", ma ascoltate piuttosto quel che viene detto. Conosco tutti gli argomenti e tutte le giustificazioni a favore degli ideali. Ascoltate, se volete essere così cortesi, senza trarre una conclusione, e cercate di comprendere chi vi sta parlando; non bloccate la vostra comprensione dicendo: "Devo avere degli ideali". Gli ideali sono esistiti per secoli. Vari maestri religiosi hanno parlato di ideali, ma potrebbero essersi tutti sbagliati, e probabilmente è proprio così. Aderire a un ideale significa ovviamente rimandare nel tempo la liberazione della mente da violenza, brama, invidia, ambizione e desiderio di potere. Se si è interessati, come si dovrebbe, alla rettitudine, che è il fondamento sul quale si basa ogni vera indagine sull'essenza della religione, si dovrebbe allora investigare la possibilità di liberare la mente da violenza, brama, invidia e possessività non in un lontano futuro, ma ora. È assolutamente possibile che la mente si liberi subito da queste e da tutte le altre qualità correlate che la società ci ha imposto, o piuttosto che noi abbiamo coltivato nella nostra relazione con il prossimo, che è la società. La rettitudine di comportamento non è qualcosa da ottenere, cui arrivare, ma deve essere compresa momento per momento nella realizzazione della vita quotidiana. Ecco perché è importante la conoscenza di sé, sapere come pensate, come sentite, come agite e come rispondete. Tutto questo indica il modo in cui vi rapportate alla vita e lì si trova il fondamento della rettitudine, non in qualche utopia, ideale o credenza organizzata. Il reale fondamento deve essere trovato nella vita quotidiana. Ma la maggior parte di noi non è interessata a questo, bensì all'etichetta che chiamiamo religione. Se io e voi in quanto individui riflettiamo davvero su questo punto, capiremo che il mutamento non sorge attraverso ideali, tempo, pressione, convenienza o qualsiasi forma di attività politica, ma solo attraverso il profondo interesse a generare una radicale trasformazione in noi stessi. Scopriremo allora che è possibile liberare la mente da violenza, brama e così via, non nel tempo, ma al di fuori del tempo, poiché la virtù o rettitudine non è fine a se stessa. Se la virtù fosse fine a se stessa diventerebbe un'attività incentrata sul sé che condurrebbe a una mera rispettabilità, e una mente rispettabile è imitativa, si conforma a un sistema e perciò non è libera. La virtù consiste semplicemente nel mettere ordine nella mente, come quando si mette in ordine una casa, nient'altro che questo. Quando la mente è in ordine, possiede chiarezza ed è esente da confusione e conflitto, allora è

possibile andare oltre. Ma per un uomo in cerca di potere, interiormente divorato da ambizione, brama, invidia, crudeltà e via dicendo, parlare di religione e di Dio è davvero senza senso. Il suo Dio è solo il Dio della rispettabilità. Ecco perché è importante trovare il fondamento della rettitudine, ossia uscire dalla società attuale. Uscire dalla società non significa diventare eremiti, monaci o sannyasi, ma essere privi di brama, invidia, violenza e desiderio di potere. Dal momento in cui ne siete privi, siete fuori dal tempo, fuori dalla società che da essi è costituita. Pertanto la vera rivoluzione è religiosa e consiste nell'uscire dalla società attuale, nel non rimanere all'interno del suo dominio e nel tentare di modificarla. La maggior parte delle rivoluzioni si propone di modificare la società ma, per me, quelle non sono affatto rivoluzioni; rappresentano semplicemente il perpetuarsi del passato sotto un'altra forma. L'unica rivoluzione è quella religiosa, che consiste in un'uscita individuale da questa società complessa basata su invidia, brama, potere, rabbia, violenza e brutalità nelle relazioni tra esseri umani. Solo quando la mente è libera dalla violenza e da tutti questi sforzi per coltivare la virtù, è capace di indagare su cosa siano la Verità e Dio, sull'esistenza di Dio. Tale mente non assume alcuna posizione e, quando è capace di una simile indagine, l'indagine stessa diviene devozione. La devozione non è attaccamento a un idolo, a una rappresentazione, a una persona o a un simbolo. Quando la mente si è liberata da invidia e brama, quando ha messo ordine nella propria casa con la virtù, ed è perciò capace di indagare per scoprire ciò che è vero e se ci sia qualcosa oltre la dimensione della mente, allora quell'indagine e quella perseveranza sono vera devozione, senza la quale si ha solo irriverenza e mancanza di rispetto. Quindi l'uomo che intenda essere religioso non può appartenere ad alcuna fede organizzata, in grado solo di condizionare la mente, ma deve interessarsi al comportamento, ossia alla rettitudine; e non a quella degli altri, ma alla propria. La maggior parte di noi infatti è assai desiderosa di cambiare il prossimo, ma poco interessata a trasformare se stessa. Ciò che conta non è come si comportano i vostri amici, vostra moglie o vostro marito, ma come vi comportate voi. Se davvero considerate la questione in modo serio, capirete che l'educazione acquista così un significato alquanto diverso. Ciò che ora chiamiamo educazione è semplicemente un processo in cui veniamo addestrati a guadagnarci da vivere come avvocati, medici, soldati, uomini d'affari, scienziati e così via. La maggior parte di noi si interessa solo di questo. Ovviamente tale educazione è molto superficiale e, di conseguenza, le nostre vite lo sono altrettanto. Ma se comprendiamo l'indagine su cosa siano la vera religione, la Realtà e Dio, potremo aiutare i figli e la prossima generazione a crescere liberamente, in modo che non divengano macchine preda della routine di un ufficio o meri capifamiglia, ma siano in grado di sbarazzarsi della tirannia della religione organizzata e dei governi, e quindi di trasformare il mondo. Allora l'intera struttura della cultura, del comportamento e delle relazioni sarà completamente diversa, non solo quella dell'educazione. Ricordo ancora una volta che questo non è un semplice ideale, qualcosa da sperare vagamente per il futuro. Mi sembra quindi molto importante che le persone serie, e spero ce ne siano, si interessino alla comprensione di se stesse. Non si tratta di un'attività incentrata sul sé; lo diventa solo quando siete interessati alla comprensione di voi stessi per arrivare da qualche parte, per ottenere la libertà, per trovare Dio, per non essere gelosi e via dicendo. Se vi interessate a Dio, al sesso o al

raggiungimento del potere, la vostra mente è occupata; e una mente occupata, sia pure da Dio, è ovviamente incentrata sul sé. Dovete comprendere l'intero processo della conoscenza di sé, il fatto cioè che dovete conoscere voi stessi e non potete conoscere voi stessi se non siete consapevoli, osservatori, consci delle vostre parole, dei vostri gesti e della vostra maniera di parlare in relazione con gli altri. Essere consapevoli nella vostra relazione con gli altri consiste nell'osservare il modo in cui parlate alle donne, a vostra moglie, ai vostri figli, al conducente dell'autobus, al poliziotto; consiste nell'osservare quanto siete rispettosi del potente e sprezzanti nei confronti del debole. Essere consapevoli vuol dire essere consci dell'operato della mente, ma non potete esserlo se condannate ciò che scoprite. Scoprirete che da questa conoscenza di sé deriva una mente ben ordinata che non diventa virtuosa ma lo è, una mente capace di quiete perché non è più in contraddizione con se stessa, non è più mossa dal desiderio. Essere quieti richiede una gran quantità di energia, e l'energia diminuisce quando la mente è in contraddizione con se stessa, quando non è consapevole del proprio funzionamento, vale a dire quando non c'è conoscenza di sé. L'energia diminuisce fino a quando il desiderio preme in direzioni differenti, ma cessa quando c'è la totale conoscenza di sé. Scoprirete allora che la mente, essendo piena di energia, è capace di essere completamente quieta, e che una mente quieta è in grado di ricevere ciò che è eterno. Sono state poste molte domande: sul sesso, sulla religione organizzata, sul tipo di educazione che i genitori seri dovrebbero dare ai figli e così via. Ovviamente è impossibile rispondere a tutte, perché ogni domanda è molto complessa e non si può rispondere semplicemente 'sì' o 'no'. Nella vita non si risponde mai 'sì' o 'no'. Tuttavia, durante questi discorsi, abbiamo esaminato domande significative e, se ci riflettete, penso che troverete anche la risposta alle vostre domande. Sono stati stampati libri che potrebbero interessarvi oppure no. Questo riguarda voi. Ma, se avete prestato sufficiente attenzione a ciò che è stato detto, penso che troverete da soli la risposta alle vostre domande. Non c'è bisogno di alcuno sforzo per trovare la giusta soluzione a un problema. Al contrario, se sviscerate davvero con serietà il problema scoprirete che si risolve da solo.

Domanda: Le religioni hanno prescritto determinate pratiche di meditazione per la crescita spirituale. Tu quale pratica sostieni? La corretta meditazione può essere di aiuto nella vita quotidiana?

Krishnamurti: La meditazione è un argomento molto serio e complesso, e cercherò di affrontarlo passo dopo passo. Senza la meditazione, la vita è solo una questione di ambiente, circostanze, pressioni e influssi, e ha perciò poco significato. Senza meditazione non c'è alcun profumo di vita: non vi sono compassione né amore, e la vita si riduce a una questione meramente sensoriale. Inoltre, senza la meditazione la mente è incapace di scoprire ciò che è vero. Ma prima di chiederci come meditare o quale pratica sia necessaria allo scopo di meditare, non dobbiamo scoprire cos'è la meditazione? E l'indagine stessa su cosa sia la meditazione è meditazione. Vi pregherei, se potete, di ascoltare quello che sto dicendo, perché è molto importante. Come ho detto, una mente incapace di meditare è incapace di comprendere la vita. È perché non sappiamo cos'è la meditazione che la nostra vita è così stupida, superficiale e composta solo da conquiste, fallimenti, successi e miseria. Dunque, la meditazione è scoprire cos'è la meditazione; e

stasera voi e io indagheremo insieme questo aspetto. È davvero immaturo chiedere come meditare quando non sapete cos'è la meditazione. Come potete praticare ciò che non conoscete? I libri, i maestri e i sacerdoti vi diranno cos'è la meditazione e, magari, si sbagliano tutti perché sono degli interpreti. Un interprete è un traditore. Per favore signori, ascoltate, non c'è da ridere. Un interprete è un traditore perché interpreta secondo il suo condizionamento. La Verità non richiede alcuna interpretazione. Non ci può essere alcun interprete di ciò che è vero, perché sta a voi scoprire cos'è vero. Ora scopriremo insieme la verità sulla meditazione ma, se non seguite passo dopo passo, prestando la massima attenzione, non la comprenderete. Non sto parlando in modo dogmatico: dovrete vedere da soli la verità. Una preghiera, che è una supplica, una richiesta a livello conscio o inconscio, non è meditazione, anche se può essere esaudita. Il meccanismo secondo il quale una preghiera viene esaudita è qualcosa in cui non ci addentreremo adesso, perché è troppo complicato e richiederebbe una spiegazione di mezz'ora. Ma potete capire da voi che non è meditazione quella preghiera che è una supplica, una richiesta, una domanda, un accattonaggio: chiedete infatti qualcosa per voi stessi o per qualcun altro. Scoprirete poi che non è meditazione nemmeno il processo di controllo della mente. Ascoltate per favore, non buttate via tutto dicendo: "Che assurdità!". Stiamo indagando. Ora, in che modo ci si concentra nella cosiddetta meditazione? Voi cercate di fissare la mente su un'idea, un pensiero, una frase, un quadro o un idolo fatto dalla mano o dalla mente, ma sorgono costantemente altri pensieri. Così passate il tempo a eliminarli fino a quando, dopo anni di pratica nel tentativo di controllare la mente, riuscite a sopprimere tutte le idee eccetto una, e pensate di aver ottenuto qualcosa. Ciò che avete acquisito è una tecnica che consente di sopprimere, sublimare e sostituire un'idea con un'altra, un desiderio con un altro, ma si tratta di un processo conflittuale; c'è una divisione tra colui che compie lo sforzo e l'obbiettivo che spera di raggiungere mediante quello sforzo. Tale sforzo di controllare la mente per ottenere un risultato, che sia la pace, la felicità, il nirvana o altro, non è nient'altro che un'attività incentrata sul sé; perciò non è meditazione. Questo non significa che in meditazione sia consentito alla mente di vagare a piacimento. Analizziamo con calma la questione. Comprendiamo la verità che una mente interessata solo a controllo, disciplina e soppressione dei pensieri si rimpicciolisce; è una mente che esclude ed è incapace di comprendere cos'è la meditazione. È evidente che una mente che sopprime parte di se stessa e si concentra sull'idea di pace, su un'immagine fatta dalla mano o dalla mente, è spaventata dai propri desideri, ambizioni, invidie, brame e via dicendo, e nel sopprimere tutte queste cose non medita: per quanto ripeta migliaia di mantra e sieda in solitudine e silenzio in una foresta oscura o in una grotta montana, sarà incapace di comprendere la meditazione. Così, una volta compreso che il controllo non è meditazione, iniziate a chiedervi cosa siano questi pensieri confusi che si affastellano gli uni sugli altri, che vagano dappertutto come scimmie o si avvicendano svolazzando come farfalle. Non si tratta più di controllarli, perché capite che siete voi i diversi pensieri e i desideri contraddittori che si susseguono senza fine. Questi pensieri, questi desideri e queste contraddizioni sono parte di voi: non siete diversi da loro, come le qualità del diamante non sono diverse dal diamante stesso. Rimuovete le qualità del diamante e non ci sarà

alcun diamante; rimuovete le qualità, i pensieri della mente, e non ci sarà alcuna mente. È evidente pertanto che la meditazione non è questione di controllo. Ma cosa accade se non controllate i vostri pensieri? Che cominciate a indagarli. Comprendete, signori? La mente non sopprime più il pensiero, ma ne indaga la ragione, il retroterra culturale, e scoprirete che questa sua indagine ha uno straordinario effetto sulla mente, che cessa allora di produrre pensiero. Cercate di capire. Quando cominciate a indagare l'intero processo del pensiero senza sopprimere, condannare o giustificare nulla, senza cercare di concentrarvi su un pensiero escludendo tutti gli altri, scoprite che la mente non produce più pensiero. Ascoltate, per favore. La mente produce pensiero attraverso le sensazioni, la memoria e l'oggetto che intende ottenere; ma, nel momento in cui inizia a indagare il processo del pensiero, essa cessa di produrlo perché comincia a liberarsene. La mente inizia a comprendere se stessa in questo libero movimento grazie al quale esamina le proprie occupazioni e i propri dispiaceri, e questa comprensione ha origine dalla conoscenza di sé. Avete capito quindi che la preghiera, la quale implica condizionamento, richiesta, domanda, paura e via dicendo, non è meditazione. Né si ha meditazione quando una parte della mente che chiamate il sé inferiore, è dominata da un'altra parte, che chiamate il sé superiore o Atman. Questa contraddizione all'interno della mente è dovuta al fatto che un desiderio ne domina un altro ed è evidente che non si tratta di meditazione. Non è meditazione neanche sedere di fronte a un'immagine e ripetere un mantra. Cosa succede quando vi sedete in silenzio e ripetete determinate frasi? La mente non viene forse ipnotizzata? La mente poco a poco si addormenta e voi pensate di aver ottenuto la felicità, una pace meravigliosa. Potete scoprire cos'è la meditazione solo nella vita quotidiana, non nella ripetizione di determinate parole e frasi. Cos'è allora la meditazione se non è pregare, cantare, sedere di fronte a un'immagine e controllare il pensiero? La mente si è allontanata dalla falsità perché ha visto la verità in essa. Capite, signori? La mente ha compreso la falsità del controllo e questa comprensione l'ha liberata dal desiderio di controllare. La mente è perciò libera di indagare il processo del pensiero e giungere in tal modo alla conoscenza di sé: comincia cioè a comprendere se stessa osservando il proprio funzionamento senza condanne, giudizi o valutazioni. Scoprite allora che più che essere indotta alla calma, essa diviene calma. In genere cercate di rendere calma la mente; tutti i libri religiosi e i sacerdoti vi dicono di addestrare la mente a essere calma, a praticare la quiete. La mente che ha praticato la quiete, che si è addestrata a essere tranquilla, è come una scimmia che ha appreso un gioco di abilità. Non si giunge alla tranquillità attraverso il desiderio; il desiderio va compreso, non fuggito o soppresso. Poiché il desiderio è sempre contraddittorio, dovete comprenderlo e in questo processo di comprensione scoprirete che la mente diviene calma nella sua totalità, non soltanto nello strato superficiale occupato dalla vita quotidiana. Capite, signori? Essere preda di ambizione, invidia, brama, desiderio di potere e tuttavia parlare di meditazione, significa essere in uno stato di illusione. Questi due aspetti sono incompatibili, non procedono assieme. Solo quando c'è conoscenza di sé, ovvero comprensione della propria vita e delle proprie relazioni quotidiane, la mente diviene calma, senza essere disciplinata o forzata a esserlo. Scoprirete allora che la mente è tranquilla nella sua totalità, a livello sia conscio sia inconscio. La mente inconscia, che è la somma di tutte la vostre tradizioni,

memorie, motivazioni, ambizioni e brame, è molto più conservatrice di quella conscia, molto più vigorosa nei suoi desideri e obbiettivi, e può essere compresa solo grazie alla conoscenza di sé. Quando, grazie a questa conoscenza, la mente è completamente calma, nella calma scoprirete che non c'è nessuno sperimentatore che sperimenti, perché non c'è differenza tra lo sperimentatore e la cosa sperimentata. Comprenderlo richiede grande attenzione e molte indagini e scoperte. L'osservatore e l'osservato, colui che guarda e ciò che viene guardato, sono una cosa sola, non due entità separate. Colui che pensa non è diverso dal pensiero, sono essenzialmente la stessa cosa anche se, per ragioni di convenienza, sicurezza, permanenza e così via, il pensiero ha fatto di colui che pensa qualcosa di separato e permanente. Quindi, se avete seguito questa indagine su cos'è la meditazione e compreso l'intero processo del pensiero, scoprirete che la mente è completamente calma. In quella calma totale della mente non ci sono né sorveglianti né osservatori e, dunque, nemmeno qualcuno che faccia esperienza. Non c'è alcuna entità che accumuli esperienza, attività propria di una mente incentrata sul sé. Non dite: "Questo è il samàdhi"; è un'assurdità, perché ne avete solo letto in un libro e non l'avete scoperto da soli. C'è un'enorme differenza tra le parole e le cose. Le parole non sono le cose: la parola 'porta' non è la porta. Meditare dunque vuol dire purificare la mente dalla sua attività incentrata sul sé. Se andate così avanti nella meditazione, raggiungerete il silenzio, la totale vacuità. In questo stato la mente non è contaminata dalla società e non è più soggetta ad alcuna influenza né alla pressione di alcun desiderio. È completamente sola e, essendo sola e intatta, è innocente. Allora è possibile che ciò che è senza tempo ed eterno si manifesti. Questo intero processo è meditazione.

Primo discorso a Poona 21 settembre 1958

Penso che uno dei nostri grandi problemi sia sapere cos'è la libertà e il bisogno di comprenderlo deve essere davvero grande e persistente se c'è tanta propaganda da parte di così tanti specialisti, e così tante e varie forme di pressione interiore ed esteriore, oltre alle caotiche e contraddittorie forme di persuasione e di influenza. Sono sicuro che ci siamo posti la domanda: cos'è la libertà? Come io e voi sappiamo, l'autoritarismo si sta espandendo ovunque nel mondo, non solo a livello sociale, politico ed economico, ma anche al livello cosiddetto spirituale. C'è dappertutto una irresistibile pressione da parte dell'ambiente: i giornali ci dicono cosa pensare e siamo pieni di piani quinquennali, decennali o quindicennali. Ci sono poi gli specialisti nel settore economico, scientifico e burocratico e tutte le consuetudini tradizionali quotidiane che sanciscono cosa dobbiamo o non dobbiamo fare; c'è l'influenza pervasiva dei cosiddetti testi sacri e ci sono il cinema, la radio, i giornali. Tutto nel mondo cerca di dirci cosa fare, cosa pensare e cosa non pensare. Non so se vi siate resi conto di quanto è diventato sempre più difficile pensare per conto nostro. Siamo diventati davvero bravi a citare ciò che le altre persone dicono o hanno detto, ma dov'è la libertà in mezzo a questa accozzaglia di autorità? Cosa intendiamo poi con libertà? Esiste una cosa simile? Uso la parola 'libertà' nel suo significato più semplice, che include la liberazione e la mente liberata. Questa sera vorrei, se mi permettete, affrontare questo aspetto. Prima di tutto, penso che dobbiamo comprendere che la mente non è realmente libera. La mente è modellata da tutto ciò che

vediamo e da ogni nostro pensiero; è modellata da qualsiasi cosa pensiate ora, abbiate pensato in passato e penserete in futuro. Voi pensate ciò che vi è stato detto dall'uomo di religione, dal politico, dall'insegnante a scuola, o dai libri e dai giornali. Tutto ciò che vi circonda influenza il vostro pensiero. Quello che mangiate, guardate e ascoltate, vostra moglie, vostro marito, vostro figlio, il vostro vicino: tutto modella la mente. Credo sia abbastanza evidente. Persino il fatto di credere o non credere in Dio denota l'influenza della tradizione. La mente dunque è teatro di influenze contraddittorie in lotta l'una contro l'altra. Per favore, prestate ascolto a tutto questo perché, come ho detto, non serve a nulla sentirne parlare se non lo sperimentate voi stessi. Vi prego di credermi: questi discorsi non avranno alcun significato se non fate esperienza di quanto viene detto; e non dovete limitarvi a seguirne la descrizione, ma dovete essere consapevoli, dotati di cognizione, conoscere le vie del pensiero e farne esperienza. Dopo tutto, sto solo descrivendo ciò che avviene realmente nella vita e nell'ambiente di ognuno, in modo che possiamo esserne consapevoli e vedere se riusciamo a farvi breccia, con tutte le implicazioni del caso. Perché ovviamente ora siamo schiavi: schiavi indù, cattolici, russi o di altro genere. Siamo tutti schiavi di certe forme di pensiero e, nel bel mezzo di tutto questo, ci chiediamo se è possibile essere liberi e parliamo dell'anatomia della libertà, dell'autorità e così via. Penso che sia abbastanza evidente alla maggior parte di noi il fatto che il pensiero è condizionato. Qualsiasi pensiero, che sia nobile e vasto o piccolo e limitato, è condizionato e, se lo incoraggiate, non ci può essere libertà di pensiero. Il pensiero stesso è condizionato perché è la reazione della memoria e la memoria è il residuo di tutte le vostre esperienze che, a loro volta, sono il risultato del vostro condizionamento. Se, quindi, comprendiamo che ogni pensiero, a qualsiasi livello, è condizionato, comprenderemo anche che non è lo strumento per fare breccia in questa condizione limitata; il che non significa che dobbiamo entrare in un silenzio vuoto o speculativo. In realtà, il fatto è che i pensieri, le sensazioni e le azioni si conformano, vengono condizionati e influenzati, non è così? Per esempio, arriva un santo e vi influenza con la retorica, i gesti, gli sguardi e le citazioni. Noi vogliamo essere influenzati, temiamo di allontanarci da ogni forma di conformismo per vedere se siamo in grado di andare in profondità sino a scoprire se c'è uno stato dell'essere incondizionato. Perché veniamo influenzati? Come sapete, influenzarci è il mestiere del politico; e ogni libro, maestro o guru ci impone il suo pensiero, il suo stile di vita, la sua condotta: più efficace ed eloquente è, più lo apprezziamo. La vita quindi è una guerra tra idee e influenze, e la vostra mente è il campo di battaglia. Il politico vuole la vostra mente; il guru vuole la vostra mente; il santo dice: "Fate questo e non quello", e anche lui vuole la vostra mente; ogni forma di abitudine o costume influenza, guida, modella e controlla la vostra mente. Penso sia alquanto evidente e sarebbe assurdo negarlo; è un fatto. Signori, se mi è permessa una piccola digressione, penso che sia fondamentale apprezzare la bellezza: la bellezza del cielo, del sole sulla collina, di un sorriso, di un volto, di un gesto, la bellezza del chiarore lunare sull'acqua, delle nuvole che si dissolvono, del canto di un uccello. È fondamentale osservare la bellezza, sentirla, essere in comunione con essa. Penso che questo sia davvero il primo requisito di un uomo che vuole cercare la Verità. La maggior parte di noi si disinteressa di questo straordinario universo che ci circonda: non

notiamo mai nemmeno l'ondeggiare di una foglia nel vento; non osserviamo mai un filo d'erba, toccandolo per conoscerne l'essenza. Non si tratta affatto di essere poetici, vi prego quindi di non cadere in uno stato emotivo incline alla speculazione. Io dico che è essenziale avere questo profondo sentimento della vita e non lasciarsi imprigionare da speculazioni e discussioni intellettuali, esami da superare, citazioni senza dare per scontato ciò che è nuovo. L'intelletto non è la via, non risolverà i nostri problemi né è fonte eterna di nutrimento. L'intelletto può ragionare, discutere, analizzare, giungere a una conclusione in seguito a deduzioni e così via, ma è limitato perché è il risultato del nostro condizionamento. La sensibilità è diversa: è priva di condizionamenti e vi sottrae al dominio della paura e delle ansie. Una mente priva di sensibilità per tutto ciò che la circonda (le montagne, quel palo della luce, questa lampada, la voce, il sorriso e tutto il resto) è incapace di trovare ciò che è vero. Noi però passiamo giornate e anni interi a coltivare l'intelletto, ad argomentare, discutere, combattere, lottare per essere qualcuno e via dicendo, e tuttavia questo mondo straordinario e meraviglioso, questa terra così ricca è nostra, vostra e mia, e non mi riferisco alla terra di Bombay, del Punjab, della Russia o dell'America, ma alla terra nella sua interezza: non si tratta di una sciocchezza sentimentale, ma di un fatto. Sfortunatamente però abbiamo diviso il mondo con la nostra meschinità e il nostro provincialismo, e sappiamo perché l'abbiamo fatto: per ottenere sicurezza, più lavoro e impieghi migliori. Questo è il gioco politico che regola il mondo e ci dimentichiamo così che siamo esseri umani, che possiamo vivere felici su questa nostra terra e farne qualcosa. È perché non abbiamo quel senso della bellezza che non ha una natura sentimentale, corrotta o sessuale, ma è invece un senso di premura, è perché abbiamo perso quel senso, o forse non l'abbiamo mai avuto, che ci scontriamo e combattiamo riguardo alle parole e non abbiamo un'immediata comprensione di nulla. Guardate cosa state facendo in India: la terra viene frazionata, si combatte, si massacra; e questo avviene in tutto il mondo, e per cosa? Per avere impieghi migliori, più lavoro e più potere? In questa battaglia perdiamo la qualità della mente che è in grado di vedere le cose in modo libero, felice e senza invidia. Non sappiamo guardare qualcuno che guida felice un'auto di lusso ed essere contenti per lui, né sappiamo come essere solidali con chi è davvero molto povero. Siamo invidiosi dell'uomo con l'auto ed evitiamo l'uomo che non ha nulla. Non c'è quindi amore, e senza quella qualità dell'amore che è realmente la vera essenza della bellezza potete fare ciò che volete, andare a tutti i pellegrinaggi del mondo, visitare ogni tempio e coltivare tutte le virtù cui potete pensare, ma non arriverete da nessuna parte. Per favore, credetemi, non otterrete quel senso della bellezza e dell'amore nemmeno se sedete in meditazione a gambe incrociate e trattenete il respiro per i prossimi diecimila anni. Voi ridete, ma non vedete quanto è tragico tutto questo. Non siamo in quello stato sensibile della mente che riceve e vede immediatamente qualcosa di vero. Sapete che una mente sensibile è indifesa e vulnerabile, e la mente deve essere vulnerabile perché la verità possa farsi strada: il fatto è che siete privi di solidarietà, che siete invidiosi. Quindi è essenziale provare questo senso della bellezza, poiché è il senso stesso dell'amore. Come dicevo, ho fatto una piccola digressione, ma penso sia significativa in relazione a quanto stiamo dicendo. Stiamo dicendo che una mente influenzata, modellata e soggetta all'autorità

evidentemente non può mai essere libera; qualunque cosa pensi e per quanto elevati, sottili e profondi siano i suoi ideali, essa è ancora condizionata. Penso sia molto importante comprendere che la mente è modellata e condizionata dal tempo, dall'esperienza e dalle molte migliaia di giorni passati, e che la via d'uscita non è il pensiero. Ciò non significa che dovete farne a meno; al contrario. Quando sarete capaci di una comprensione molto profonda, vasta e acuta, soltanto allora vi renderete conto pienamente di quanto è insignificante il pensiero, di quanto è piccolo. Si produrrà allora una breccia nel muro di quel condizionamento. Pertanto, come possiamo non riconoscere che l'intero pensiero è condizionato? Il pensiero è condizionato, che sia quello del comunista, del capitalista, dell'indù, del buddhista o di chi vi sta parlando. Dunque, è evidente che la mente è il risultato del tempo, delle reazioni di diecimila anni e di quelle di ieri, di un secondo fa e di dieci anni fa; è il risultato del periodo in cui avete imparato e sofferto e di tutte le influenze del passato e del presente. Ora, è chiaro che una mente simile non può essere libera e, tuttavia, è proprio ciò che cerchiamo, non è vero? Sapete che persino in Russia e in tutti i paesi totalitari, dove tutto è controllato, c'è questa ricerca della libertà. Questa ricerca è presente all'inizio in ognuno di noi, quando siamo giovani, perché allora siamo rivoluzionari, scontenti, curiosi, battaglieri e vogliamo conoscere; presto però quella scontentezza viene deviata verso vari canali e lì si spegne lentamente. C'è sempre quindi, dentro di noi, la richiesta, il bisogno imperioso di essere liberi, ma non comprendiamo, non vagliamo e non indaghiamo quella profonda richiesta istintiva. Quando siamo giovani siamo scontenti e insoddisfatti di come stanno le cose e della stupidità dei valori tradizionali, ma gradualmente, col passare degli anni, cadiamo nei vecchi schemi che la società ha stabilito e ci smarriamo. È molto difficile mantenere la pura scontentezza, la scontentezza che dice: "Non è abbastanza, ci deve essere qualcos'altro". Conosciamo tutti quella sensazione, la sensazione di essere altro, cui diamo subito il nome di Dio o nirvana; leggiamo allora un libro in proposito e ci perdiamo, ma questa sensazione di essere altro, la ricerca e l'indagine, penso che rappresentino l'inizio del vero bisogno imperioso di essere liberi da tutte queste influenze politiche, religiose e tradizionali e di fare breccia in questo muro. Vediamo di esaminare questo aspetto. Sicuramente, ci sono vari tipi di libertà. C'è la libertà politica; la libertà che è frutto della conoscenza, dell'abilità di fare qualcosa, il 'know-how'; la libertà di un uomo ricco che può girare il mondo; la libertà che ci dà la capacità: di scrivere, di esprimersi e di pensare in modo chiaro. C'è poi la libertà da qualcosa: libertà dall'oppressione, dall'invidia, dalla tradizione, dall'ambizione e così via, e c'è inoltre la libertà guadagnata, noi lo speriamo, alla fine: alla fine dell'addestramento, dell'acquisizione di virtù, alla fine di uno sforzo; è la libertà finale che speriamo di ottenere facendo determinate cose. Quindi la libertà dovuta alle capacità, la libertà da qualcosa e la libertà come presumibile premio di una vita virtuosa, sono i tipi di libertà che tutti conosciamo; ma questi diversi tipi di libertà non sono semplicemente reazioni? Quando dite: "Voglio essere libero dalla rabbia", si tratta di una mera reazione, non della libertà dalla rabbia. Anche la libertà che pensate di ottenere al termine di una vita virtuosa attraverso la lotta e la disciplina è una reazione a ciò che è stato. Signori, vi prego di seguire con attenzione perché quello che sto per dire vi apparirà difficile, in quanto non fa parte delle vostre abitudini. C'è un senso

di libertà che non è libertà da qualcosa, che non ha causa; è libertà come stato dell'essere. Vedete, la libertà che conosciamo si raggiunge sempre con la volontà, non è vero? Sarò libero, imparerò una tecnica, diventerò uno specialista, studierò e tutto questo mi darà libertà. Usiamo quindi la volontà come mezzo per raggiungere la libertà, non è così? Non voglio essere povero e perciò esercito la mia capacità, la mia volontà, tutto, per diventare ricco. Oppure sono vanitoso ed esercito la volontà per non esserlo. Pensiamo dunque di ottenere la libertà attraverso l'esercizio della volontà. Ma la volontà non porta alla libertà; al contrario, come ora vi mostrerò. Cos'è la volontà? Sarò, non devo essere, lotterò per diventare qualcuno, apprenderò. Sono tutti modi di esercitare la volontà. Ma cos'è questa volontà e come si forma? Ovviamente, attraverso il desiderio. I nostri numerosi desideri, con le conseguenti frustrazioni, costrizioni e soddisfazioni, si dispongono come se fossero i fili di una corda, di una fune. Questa è la volontà, non è vero? I vostri numerosi e contraddittori desideri formano insieme una fune molto resistente con la quale cercate di issarvi sino al successo e alla libertà. Ora, il desiderio porta alla libertà? Oppure, proprio il desiderio di libertà ne è la negazione? Per favore, osservate voi stessi, signori, osservate i vostri desideri, la vostra ambizione e la vostra volontà. E se qualcuno è privo di volontà e si lascia semplicemente guidare, si tratta comunque di volontà: la volontà di resistere e di andare con la corrente. Grazie alla spinta del desiderio e a quella fune, speriamo di issarci fino a Dio, alla felicità o qualunque cosa sia. Vi chiedo allora: la vostra volontà è un fattore liberatorio? La libertà giunge attraverso la volontà? Oppure la libertà è qualcosa di completamente diverso, che non ha nulla a che fare con la reazione e non può essere raggiunta attraverso capacità, esperienza, disciplina e continuo conformismo? Non è forse ciò che dicono tutti i libri? Adeguatevi al sistema e alla fine sarete liberi; fate queste cose, obbedite e alla fine ci sarà la libertà. Per me tutto ciò è del tutto privo di senso, perché la libertà si trova all'inizio, non alla fine, come vi mostrerò. Vedere qualcosa di vero è possibile, non è così? Potete vedere che il cielo è blu perché lo hanno detto migliaia di persone, ma potete anche vederlo da soli. Potete vedere da soli il tremito di una foglia, se siete sensibili. Sin dall'inizio c'è la capacità di percepire ciò che è vero, istintivamente e non attraverso qualche forma di costrizione, regolazione o conformismo. Ora, signori, vi mostrerò un'altra verità. Io dico che un capo, un seguace e un uomo virtuoso non conoscono l'amore. Vi dico questo. A voi che siete capi, seguaci e in lotta per essere virtuosi, io dico che non conoscete l'amore. Per un attimo non cercate di discutere con me; non dite: "Dacci la prova". Ragionerò insieme a voi e vi mostrerò ciò che intendo ma, prima, ascoltate per favore quanto vi dirò, senza mettervi sulla difensiva o diventare aggressivi, senza approvare o negare. Io dico che un capo, un seguace o un uomo che cerca di essere virtuoso non sa cos'è l'amore. Se davvero ascoltate quest'affermazione senza un atteggiamento mentale aggressivo o sottomesso, ne vedrete la concreta verità. Se non ne vedete la verità è perché non volete farlo, oppure siete così soddisfatti di chi vi comanda, della vostra condizione di seguaci o delle vostre cosiddette virtù da negare qualsiasi altra cosa. Ma se siete sensibili, dediti alla ricerca e aperti come quando guardate fuori da una finestra, dovete allora vedere questa verità, siete obbligati a farlo. Ora vi fornirò delle ragioni, perché siete tutti persone abbastanza ragionevoli e

intellettuali e potete essere convinti; ma, in realtà, non conoscerete mai la verità attraverso l'intelletto o la ragione. Sarete convinti attraverso la ragione, ma essere convinti non equivale a percepire ciò che è vero. Tra queste due cose c'è una grande differenza. Un uomo convinto di qualcosa è incapace di vedere ciò che è vero. Un uomo convinto può essere dissuaso e convinto altrimenti. Ma un uomo che vede ciò che è vero non è 'convinto': egli semplicemente vede ciò che è. Come ho detto, un capo che dica: "Conosco la via, so tutto sulla vita, ho fatto esperienza della Realtà ultima, possiedo le virtù", è ovviamente interessato a se stesso e alle sue vedute, e a trasmettere queste vedute al povero ascoltatore; un capo vuole condurre le persone verso qualcosa che pensa sia giusto. Il capo quindi non prova amore, indipendentemente dal fatto che sia un capo politico, sociale, religioso, che sia vostra moglie o vostro marito. Egli può parlare dell'amore, può offrirsi di mostrarvi la via dell'amore, può fare tutto quello che si pensa sia amore, ma non è dotato del vero sentimento dell'amore, perché è un capo. Se c'è amore cessate di essere capi, perché l'amore non esercita alcuna autorità. Lo stesso discorso vale per il seguace. Nel momento in cui seguite qualcuno ne accettate l'autorità, non è così? L'autorità che vi offre sicurezza, un posto sicuro in paradiso o in questo mondo. Seguite qualcuno perché cercate sicurezza per voi stessi, la vostra famiglia, il vostro popolo, il vostro paese: e un uomo che cerca sicurezza non conosce alcuna forma d'amore. La stessa cosa vale per l'uomo virtuoso. L'uomo che coltiva l'umiltà sicuramente non è un virtuoso. L'umiltà non è qualcosa che si possa coltivare. Sto cercando di mostrarvi che una mente sensibile, dedita alla ricerca e davvero disposta all'ascolto, può immediatamente percepire la verità di qualcosa. Ma la verità non può essere 'applicata': se la vedete, essa opera senza sforzo cosciente, di propria iniziativa. L'insoddisfazione è quindi l'inizio della libertà e fino a quando cercherete di manipolarla, di eliminarla e di immetterla in canali sicuri accettando l'autorità, avrete già perso quel sentimento originario fatto di autentica emozione. La maggior parte di noi non è forse scontenta del proprio lavoro, delle proprie relazioni e di qualsiasi cosa faccia? Volete che succeda qualcosa, che qualcosa si muova e vi permetta di aprirvi un varco, che ci sia un cambiamento. Non sapete quel che volete. C'è una ricerca continua, specialmente quando si è giovani, aperti e sensibili. In seguito, invecchiando, vi adagiate nelle vostre abitudini e nel vostro lavoro, perché la vostra famiglia è al sicuro e vostra moglie non se ne scapperà via. Questa straordinaria fiamma allora scompare e voi diventate rispettabili, meschini e menefreghisti. Così, come ho fatto notare, la libertà da qualcosa non è libertà. Voi cercate di liberarvi dalla rabbia e io non dico che non dobbiate esserne liberi, ma dico che questa non è libertà. Posso essere libero da brama, meschinità, invidia o da una dozzina di altre cose e, tuttavia, non essere libero. La libertà è una qualità della mente che non sorge attraverso ricerche attente e rispettabili, analisi accurate o mettendo insieme delle idee. Ecco perché è importante capire che la libertà che cerchiamo incessantemente è sempre libertà da qualcosa, come la libertà dal dolore. Non è che non ci debba essere libertà dal dolore, ma la richiesta di esserne liberi è semplicemente una reazione e perciò non ve ne libera. Sono abbastanza chiaro? Soffro per varie ragioni e dico che devo essere libero. Il desiderio urgente di essere liberi dal dolore è nato dal dolore stesso. Soffro a causa di mio marito, di mio figlio o di qualcun altro, non mi piace

la situazione in cui mi trovo e voglio uscirne. Questo desiderio di libertà è una reazione, non è libertà. Si tratta solo di un altro stato desiderabile, che voglio contrapporre a 'ciò che è'. L'uomo che si può permettere di viaggiare per il mondo perché ha molto danaro, non è necessariamente libero, né lo è l'uomo intelligente o efficiente, perché il loro desiderio di libertà è semplicemente une reazione. Come non vedere allora che la libertà e la liberazione non possono essere apprese, acquisite o cercate attraverso una reazione? Devo perciò comprendere la reazione e devo anche rendermi conto che la libertà non ha origine da uno sforzo di volontà. Volontà e libertà sono in contraddizione, come lo sono pensiero e libertà. Il pensiero non può produrre libertà perché è condizionato. Dal punto di vista economico, forse, potete organizzare il mondo in modo che l'uomo abbia maggiori comodità, più cibo, vestiti e riparo, e magari pensate che questa sia libertà. Sono cose necessarie ed essenziali, ma non costituiscono la libertà nella sua interezza. La libertà è uno stato e una qualità della mente ed è questa qualità che stiamo indagando. Senza di essa potete pure fare ciò che volete e coltivare tutte le virtù del mondo, ma non avrete la libertà. Come sorge allora quel senso di ciò che è altro, quella qualità della mente? Non la potete coltivare perché nel momento in cui usate il cervello usate il pensiero, che è limitato. Ogni pensiero è limitato, che sia quello del Buddha o di chiunque altro. La nostra indagine quindi deve essere negativa; dobbiamo giungere a quella libertà per vie traverse, non in maniera diretta. Comprendete, signori? Vi sto dando qualche indicazione o no? Quella libertà non deve essere cercata in modo aggressivo, non deve essere coltivata con divieti e disciplina, esaminando e torturando se stessi, facendo esercizi di vario tipo e così via. Deve arrivare senza che ve ne accorgiate, come la virtù. Una virtù coltivata non è virtù; la vera virtù non è cosciente di sé. Sicuramente, un uomo che ha coltivato l'umiltà e che si è reso umile grazie alla presunzione, alla vanità e all'arroganza, non ha un autentico senso dell'umiltà. L'umiltà è uno stato in cui la mente non è cosciente delle proprie qualità, come un fiore fragrante non è cosciente del suo profumo. Questa libertà, dunque, non può essere ottenuta attraverso alcuna forma di disciplina, né può essere compresa da una mente indisciplinata. Voi vi servite della disciplina per ottenere un risultato, ma la libertà non è un risultato; se fosse un risultato, non sarebbe più libera, perché sarebbe un prodotto. Come può allora la mente avere la qualità della libertà se è piena di una moltitudine di influenze, costrizioni, varie forme di desideri contraddittori e se è un prodotto del tempo? Capite, signori? Sappiamo che tutte le cose di cui ho parlato non sono la libertà, ma sono create dalla mente sotto la spinta di varie costrizioni e influenze. Pertanto, se sono in grado di rapportarmi alla mente in modo negativo, pienamente consapevole che tutte quelle cose non sono la libertà, la mente sarà già disciplinata, ma non per ottenere un risultato. Vediamo brevemente questo punto. La mente dice: "Devo darmi una disciplina per ottenere un risultato". È comprensibile. Ma tale disciplina non porta libertà. Porta a un risultato perché avete una motivazione, una causa che produce un risultato, ma quel risultato non è mai la libertà, è solo una reazione. È abbastanza chiaro. Se comincio a comprendere il funzionamento di quel tipo di disciplina, allora nel processo di comprensione, indagine e approfondimento la mia mente si disciplina davvero. Non so se siete in grado di afferrare con rapidità ciò che intendo. L'esercizio della volontà per ottenere un risultato è chiamato disciplina;

mentre la comprensione dell'intero significato della volontà, della disciplina e di ciò che chiamiamo risultato richiede una mente assai chiara, che è 'disciplinata' non grazie alla volontà, ma grazie alla comprensione negativa. Così, col sistema negativo, ho compreso fino in fondo cosa non è la libertà. L'ho esaminata, ho sondato il mio cuore, la mia mente e i recessi del mio essere per comprendere che cos'è, e ho capito che non è libertà nessuna delle azioni che abbiamo descritto, in quanto basate su desideri, costrizioni, sforzi di volontà, risultati: allora, sono tutte reazioni. Vedo, in sostanza, che non sono la libertà. Perciò, una volta compreso tutto ciò, la mia mente è pronta a scoprire o a ricevere ciò che è libero. Dunque la mia mente ha una qualità che non è quella di una mente disciplinata in cerca di un risultato, né quella di una mente indisciplinata che vagabonda: ha compreso, col sistema negativo, sia 'ciò che è' sia 'ciò che dovrebbe essere', e può così percepire e comprendere quella libertà che non deriva da qualcosa e non è un risultato. Signori, ciò richiede una grande capacità d'indagine. Non ha senso limitarsi a ripetere che c'è una libertà che non deriva da qualcosa. Quindi, per favore, non ditelo. Se infatti dite: "Voglio ottenere quell'altra libertà", siete ancora sulla strada sbagliata, perché non ne siete in grado. L'universo non può entrare nella mente limitata; l'incommensurabile non può penetrare in una mente che conosce la misura. Tutta la nostra indagine consiste pertanto nell'aprirci un varco nella misura, che non significa che devo ritirarmi in un ashram, diventare nevrotico, devoto e tutte queste sciocchezze. Allora a questo punto, se così posso dire, ciò che conta è l'insegnamento, non l'insegnante. La persona che sta parlando qui in questo momento non è importante; gettatela a mare. L'importante è quanto viene detto. La mente quindi conosce solo il misurabile, la propria dimensione, i confini, le ambizioni, le speranze, la disperazione, la miseria, i dolori e le gioie. Una mente simile non può invitare la libertà. Tutto quel che può fare è essere consapevole di se stessa e non condannare ciò che vede; non condannare il brutto né aderire al bello, ma vedere 'ciò che è'. La semplice percezione di 'ciò che è' è l'inizio dell'abbattimento della misura della mente, delle sue frontiere e dei suoi sistemi. Semplicemente vedere le cose come sono. Allora scoprirete che la mente può giungere a quella libertà senza volerlo e senza saperlo. Questa trasformazione nella mente stessa è la vera rivoluzione. Tutte le altre rivoluzioni sono reazioni, anche se usano la parola 'libertà' e promettono l'utopia, il paradiso e tutto il resto. L'unica vera rivoluzione sta nella qualità della mente.

Primo discorso a Madras 26 ottobre 1958

Penso che sarebbe bello se potessimo, voi e io, parlare con calma da soli dei nostri problemi, come fanno due esseri umani fra loro. Ritengo che potremmo arrivare molto più lontano se provassimo questo sentimento, invece di pensare che siamo a una conferenza con tanto di conferenziere. Penso che arriveremmo molto più lontano se io potessi ritirarmi con ognuno di voi in una stanza tranquilla e analizzare i problemi, ma sfortunatamente questo non è possibile. Ci sono troppe persone e il tempo è assai limitato. Bisogna quindi organizzare una grande conferenza e inevitabilmente generalizzare, e quando si generalizza le particolarità, i dettagli vengono naturalmente omessi. Ma per la maggior parte di noi gli aspetti generali sembrano avere scarso

significato, mentre il problema specifico, la questione e il conflitto particolare, assumono la massima rilevanza. Ci si dimentica delle questioni più vaste e profonde perché ci si trova faccia a faccia con i piccoli problemi di ogni giorno. Dunque, nel discutere e nel parlare insieme, penso che dobbiamo tenere a mente entrambe le questioni: non solo quelle generali, ma anche quelle particolari. Le questioni più vaste e profonde sfuggono alla maggior parte di noi ma, se non le si comprende, avrà scarso significato l'approccio ai piccoli problemi, alle meschine trivialità e ai conflitti quotidiani. Penso che dobbiamo avere ben chiaro questo punto sin dall'inizio: che se si vogliono risolvere i problemi quotidiani dell'esistenza, quali che siano, bisogna prima di tutto affrontare le questioni più vaste e poi arrivare ai dettagli. Dopo tutto, il grande pittore e il grande poeta vedono l'insieme con un solo sguardo: vedono tutti i paradisi, tutti i cieli blu e i raggi di tutti i tramonti; con un'occhiata vedono tutto nella sua interezza. L'artista e il poeta stabiliscono un'immediata e diretta comunione con il meraviglioso mondo della bellezza. Allora cominciano a dipingere, a scrivere, a scolpire e lavorano ai dettagli. Se voi e io potessimo fare la stessa cosa, saremmo in grado di affrontare i nostri problemi, per quanto contraddittori e conflittuali, molto più liberalmente e saggiamente, con maggior profondità e sentimento. Non si tratta di semplici chiacchiere romantiche perché è davvero così, ed è di questo che vorrei parlare - ora e tutte le volte che ci incontriamo. Dobbiamo afferrare l'insieme e non farci trascinare dai dettagli, per quanto pressanti, immediati e angosciosi. Penso che la rivoluzione cominci da qui. Vi prego di tenere a mente che non sto parlando a un grande uditorio ma che mi rivolgo, se me lo permettete, a te e a ognuno di voi. E spero che siamo in grado di comprendere questo fondamentale principio della discussione diretta ed essenziale. Dopo tutto, abbiamo tanti problemi: non solo personali, ma anche collettivi, come la fame, la guerra, la pace e politici terribili. Dico 'terribili' in senso letterale, non li sto condannando: sono persone superficiali che parlano dei problemi come se li potessero risolvere con poche parole. I nostri problemi personali riguardano le relazioni, il lavoro, la realizzazione e la frustrazione, la paura, l'amore, la bellezza, il sesso e così via. Ora, ciò che succede alla maggior parte di noi è che cerchiamo di risolvere questi problemi separatamente, uno alla volta. Ho per esempio il problema della paura e cerco di risolverlo, ma non sarò in grado di farlo se lo considero come qualcosa di separato, perché è collegato a una situazione estremamente complessa, a un campo più vasto. Se non si comprende il problema che sta più a fondo, limitarsi ad affrontare semplicemente quello particolare, vale a dire un angolo del campo invece del campo intero, crea solo ulteriori problemi. Spero che questo punto sia chiaro. Se stabiliamo che voi e io siamo persone che comunicano reciprocamente, avremo allora risolto una questione importante perché, dopo tutto, in questo consiste la comunicazione, non è vero? Cosa significa comprendere qualcosa? Non significa forse afferrarne il senso nella sua totalità? Altrimenti non vi è comprensione, c'è solo l'attività dell'intelletto, mera verbalizzazione: il gioco della mente. Se non comprendete la totalità del vostro essere, limitarsi a prendere uno strato di quell'essere e trattarlo separatamente, come un compartimento stagno scollegato dalla totalità, conduce solo a nuove complicazioni, a ulteriore sofferenza. Se riusciamo davvero a capirlo, a sentirne la verità, saremo in grado di scoprire come affrontare i nostri problemi individuali e immediati. Dopo tutto, signori,

le cose stanno così. Non potete vedere il cielo se guardate da una finestra, ne vedrete ovviamente solo una parte. Dovete uscire all'aperto per vedere l'intero, vasto orizzonte, il cielo illimitato. La maggior parte di noi però vede il cielo attraverso una finestra e, da una prospettiva così ristretta e limitata, pensa di poter risolvere non solo un problema particolare, ma tutti i suoi problemi. È la maledizione della società e di tutte le organizzazioni. Se però avvertite la necessità di comprendere la totalità e approfondirla, qualsiasi cosa sia, vuol dire che la mente ha già una diversa visuale, un diverso potenziale. Se è chiaro che siamo come due individui e non relatore e ascoltatore, guru e discepolo, tutte sciocchezze da cancellare per quanto mi riguarda, allora possiamo andare avanti. Qual è quindi la questione, la vasta e profonda questione? Se posso vederla nella sua totalità, sarò in grado di affrontarla nel dettaglio. Potrei spiegarla a parole, ma la parola non è la cosa. La parola 'cielo' non è il cielo, e la parola 'porta' non è la porta. Dobbiamo essere molto chiari sulla differenza che corre tra la parola e il fatto, tra la parola e la cosa stessa. La parola 'libertà' non è la condizione di libertà, e la parola 'mente' non è la cosa concreta, che in realtà è del tutto indescrivibile. Se quindi avete ben chiaro che la parola non è la cosa, possiamo allora procedere nella nostra comunicazione. Io voglio infatti comunicarvi qualcosa e voi volete comprendere, ma si innalzerà una barriera nella comunicazione se vi aggrappate alle parole e non al significato. Qual è quella cosa che, una volta compresa, esplorata e pienamente afferrata nel suo significato, ci aiuterà a svelare e risolvere il dettaglio? Senza dubbio si tratta della mente, non è vero? Ora, quando uso la parola 'mente', ognuno di voi la interpreterà in modo diverso a seconda dell'educazione, della cultura e della condizione. Quando uso la parola 'mente', è normale che abbiate una reazione a questa parola, e tale reazione dipende dalle vostre letture, dal vostro condizionamento ambientale, dalla misura in cui ci avete pensato, e via dicendo. Dunque, cos'è la mente? Se riesco a comprendere i processi di quella cosa straordinaria chiamata mente, la sua totalità, il sentimento, la natura, la sua sorprendente capacità, profondità, ampiezza e qualità, posso allora affrontare qualunque sua reazione, che è semplicemente il prodotto della cultura, dell'ambiente, dell'educazione, delle letture e così via. Quello che faremo, se ci riusciamo, è esplorare questa cosa chiamata mente. Ma è evidente che non possiamo farlo se abbiamo già un'idea in proposito. Se dite: "La mente è l'Atman", siete già giunti a una conclusione, avete interrotto qualsiasi esplorazione, investigazione e indagine. Oppure, se siete comunisti, direte che la mente è soltanto il prodotto di qualche condizionamento, e anche in questo caso sarete incapaci di compiere un'indagine. È molto importante comprendere che, se affrontate un problema con una mente già predisposta, avete già smesso di indagarlo e ne avete pregiudicato la comprensione. I socialisti, i capitalisti e i comunisti che affrontano il problema della fame, lo fanno per mezzo di un sistema, di una teoria, e cosa succede? Che sono incapaci di compiere un ulteriore esame del problema. La vita non si ferma, è un movimento e, se la avvicinate con una mente statica, non riuscirete a toccarla. È abbastanza chiaro, no? Procediamo allora. Quando uso la parola 'mente', guardo quest'ultima senza trarre alcuna conclusione, per questo sono capace di esaminarla, o meglio: poiché la mente non trae conclusioni su di sé, è capace di guardare se stessa. Una mente che comincia a pensare partendo da una conclusione non sta

realmente pensando. Esaminare un problema senza trarre alcuna conclusione è molto impegnativo per la mente, non è vero? Non so se vi rendete conto che, per la maggior parte di noi, il pensiero comincia con una conclusione di questo tipo: c'è Dio oppure no, esiste la reincarnazione o non esiste, il sistema comunista salverà il mondo o ci riuscirà quello capitalista. Cominciamo con una conclusione e passiamo a un'altra, e chiamiamo pensiero questo processo in cui saltiamo di conclusione in conclusione; se però lo osserviamo, vediamo che non si tratta affatto di pensiero. Pensare implica un movimento continuo, un esame e una consapevolezza costante del moto del pensiero, non consiste nello stare in una rigida posizione per poi passare a un'altra. Cerchiamo allora di scoprire cos'è questa cosa straordinaria chiamata mente, perché in ciò risiede il problema e in nient'altro. È la mente che crea il problema; è il pensiero, la mente condizionata, la mente meschina, ristretta e bigotta che ha creato le fedi, le idee e la conoscenza e che si fa limitare da concetti, vanità, brama, ambizioni e frustrazioni. È dunque la mente che deve essere compresa, non un sé più elevato; quella mente è l'io, quella mente è il sé. La mente inventa un sé più elevato e dice di essere un semplice strumento di quel sé. Un pensiero simile è assurdo e immaturo. È la mente che inventa tutte queste vie di fuga, da cui poi prendono le mosse le sue asserzioni. Stiamo per scoprire cos'è la mente, ma non è possibile farlo partendo dalle mie descrizioni. Sto per parlarne ma, se vi basate semplicemente su descrizioni, allora non conoscerete lo stato della vostra mente. Spero che lo comprendiate. Ora, io dico che la bellezza è la condizione della mente e che, senza conoscerla, senza avere la piena comprensione del suo sentimento, senza cioè sentire la bellezza, non comprenderete mai la mente. Ho fatto quest'affermazione e voi l'avete udita. Che succede allora? La vostra mente dice: "Cos'è la bellezza?", non è così? Allora iniziate ad argomentare dentro di voi per trovare le parole, e cercate di sentire la bellezza per mezzo di una definizione. Dipendete quindi dalle parole per evocare un sentimento, non è vero? Indago sulla natura di questa mente straordinaria, che è il prodotto del tempo, il prodotto di migliaia di anni. Ora non pensate subito alla reincarnazione. La mente è il prodotto del passato, il risultato di mille influenze, della tradizione, dell'abitudine, ed è composta da varie culture. Conosce la disperazione e la speranza. Conosce il passato, è il presente e crea il futuro. Ha accumulato la conoscenza, le scienze della tecnologia, della fisica, della medicina e innumerevoli altre. È capace di invenzioni straordinarie e anche di indagare oltre se stessa, di cercare la verità e di aprire un varco nel proprio condizionamento. La mente è tutto questo e molto altro e, se non è consapevole di se stessa e della grande complessità delle cose e si concentra solo sui dettagli, distrugge la totalità. Spero che stiate ascoltando con attenzione perché, in caso contrario, ve ne andrete dicendo: "Di che cosa ha mai parlato?"; ma se ascoltate in modo corretto, ed è un'arte, avete già scoperto quant'è straordinaria la mente. Non lo si deve scoprire alla fine; è durante l'ascolto stesso che scoprite la mente. C'è una differenza abissale tra il farsi dire che la mente è una cosa sbalorditiva e il compiere la scoperta da soli. I due stati sono completamente diversi. Quando dite: "So cos'è la fame", vuol dire che ne avete avuto diretta esperienza, ma anche l'uomo che non l'ha mai provata può dire la stessa cosa. I due stati di 'conoscenza' sono del tutto diversi: uno è esperienza diretta e l'altro è conoscenza descrittiva. Potete fare diretta esperienza di questa mente

così complessa, della sua vastità e immensità? Essa non è limitata da nessuna specificità (come potrebbe essere la mente di un avvocato, di un primo ministro o di un cuoco), ma comprende tutto: anche l'avvocato, il primo ministro, il cuoco, il pittore, l'uomo timoroso, geloso, ansioso, ambizioso e frustrato. È tutto questo, ed è la mente stessa a creare il problema, a seconda delle influenze ambientali. In questo paese il problema occupazionale è diventato importante e immediato a causa della sovrappopolazione, del sistema delle caste, della fame e di tutto il resto. La mente allora, questa cosa complessa, a causa della pressione e della richiesta immediata, risponde solo a un determinato livello e spera di risolvere il problema a quel livello. L'uomo che non è coinvolto nell'enorme e immediato problema della fame e della guerra si rifugia in qualche altra forma di problema immediato. Ciò che è necessario però, è investigare la totalità della mente e, per fare questo, è essenziale la libertà, non l'autorità. Penso sia davvero molto importante comprenderlo, perché l'autorità è ciò che sta distruggendo questo sfortunato paese. Non dite: "Non stanno forse distruggendo anche gli altri paesi?". Lo stanno facendo, ma voi e io, in questo momento, siamo coinvolti in ciò che accade qui, e questo è un paese idolatra. Qui esiste il culto dell'autorità, del successo e dei grandi uomini. Guardate il modo in cui trattate il vostro cuoco e quello in cui trattate l'uomo di successo, il membro del consiglio dei ministri, l'uomo dotato di conoscenza, il santo, e altri personaggi del genere. Venerate l'autorità e per questo non siete mai liberi. La libertà è la prima richiesta, non l'ultima, di una mente che dice: "Devo scoprire, devo guardare, devo indagare". La mente deve essere libera di indagare se stessa, i problemi del suo funzionamento e ciò che va oltre le sue limitazioni, all'inizio, non alla fine. C'è un'immediata rivoluzione se sentite questo e ne vedete la necessità. La rivoluzione non consiste nel fare ciò che volete perché immaginate di essere liberi, ma nel vedere la necessità che la mente sia libera. Allora essa diviene capace di correggersi attraverso la libertà, non attraverso la schiavitù e l'autorità. Sono stato chiaro? Diamo ancora un'occhiata alla questione. A causa della sovrappopolazione, dell'eccesso di organizzazione, della comunicazione ordinaria, della paura di perdere il lavoro e di non essere all'altezza di un compito, a causa di tutte le pressioni della civiltà moderna con la sua sbalorditiva tecnologia, le sue minacce di guerra, odio e via dicendo, a causa di tutto ciò è evidente che la mente sia confusa e cerchi un'autorità: l'autorità di un Hitler, di un primo ministro, di un guru o di un libro. È questo che fate e perciò siete succubi dell'autorità, idolatri. Magari non venerate una statua, un oggetto fatto con le mani, ma venerate l'uomo di successo, che sa molto o possiede molto. Tutto ciò denota una mente idolatra, cioè in sostanza una mente intrappolata da un modello, da un eroe. L'eroe è sinonimo di autorità, e una mente che venera l'autorità è incapace di comprensione. Osserviamo ora questo straordinario campo della mente, vediamo cos'è capace di fare. Gli sputnik e i missili sono frutto della mente. È la mente che, per mezzo delle chiese e dei dittatori, ha massacrato e ucciso migliaia di persone, nascondendosi dietro ai suoi dogmi: è la mente spaventata. È la mente che dice: "Devo sapere se esiste Dio oppure no". Per comprendere questa mente, dovete cominciare dalla libertà. Ma è molto difficile essere liberi, perché la mente che vuole essere libera è al tempo stesso spaventata dalla libertà. In fin dei conti, la maggior parte delle persone vuole essere sicura; vuole

sicurezza nelle relazioni, nel lavoro, nelle idee, nelle professioni, nelle attività, nella fede. Osservate la vostra mente e vedrete cosa succede: volete essere sicuri e, tuttavia, sapete che dovete essere liberi. Sussiste pertanto una contraddizione. Una mente convinta della necessità della pace e che tuttavia crei e sostenga la guerra è schizofrenica e contraddittoria. In questo paese parlate di pace e non-violenza e, tuttavia, preparate la guerra. La mente pacifica e quella violenta coesistono. C'è dunque un conflitto all'interno della mente. La libertà è così il primo requisito per ogni indagine, per ogni nuova vita, per ogni comprensione. Voi però non chiedete libertà, chiedete sicurezza e, nel momento in cui volete sicurezza fisica, vi organizzate per ottenerla. Ciò significa che instaurate varie forme di autorità, di dittatura, di controllo, mentre al tempo stesso volete la libertà. Il conflitto quindi inizia all'interno della mente. Ma una mente che sia consapevole della sua conflittualità deve scoprire cos'è di primaria importanza: la libertà o la sicurezza. Esiste poi davvero quella cosa chiamata 'sicurezza'? Potete anche volerla, ma esiste? Gli eventi dimostrano che non esiste qualcosa di simile, tuttavia la mente si attacca all'idea. Se la mente richiede come prima cosa la libertà, otterrà allora anche la sicurezza; ma se come prima cosa cercate la sicurezza, non avrete mai la libertà e vi procurerete invece varie forme di conflitto, miseria e dolore. Tutto ciò è evidente. Per comprendere la qualità della mente e la sua immensità deve esserci libertà, libertà da ogni condizionamento e conclusione. Solo una mente del genere è una mente giovane, e solo una mente giovane può muoversi liberamente, investigare ed essere innocente. Nella libertà allora mi sembra che si trovi il senso della bellezza. Pochi fra noi sono consapevoli della bellezza delle cose che ci circondano. La bellezza della notte, di un volto, di un sorriso, di un fiume, delle nuvole attraversate dai raggi del tramonto, del chiarore lunare sull'acqua; siamo assai poco consapevoli di questa straordinaria bellezza perché siamo insensibili. La sensibilità è indispensabile per essere liberi, ma non potete esserlo se siete soffocati dalla conoscenza. Nessuna mente è sensibile se è oppressa dalla conoscenza. E penso che nella libertà si trovi anche l'amore, per usare una parola ormai confusa con un sentimento assurdo e sbiadito. L'amore non ha nulla a che fare col sentimento. L'amore è duro, nel senso che è come cristallo trasparente e ciò che è trasparente può essere duro. L'amore non è quel che pensate che sia, vale a dire un semplice sentimento. Se potessimo comprendere questo punto e farlo nostro, capiremmo che le cose davvero essenziali per compiere delle scoperte sono libertà, bellezza e amore, non conoscenza, esperienza, credenze religiose o appartenenza a qualche organizzazione. Non essere alcunché è l'inizio della libertà. Quindi, se sarete capaci di sentire e fare vostro questo aspetto, ne diverrete consapevoli e scoprirete che non siete liberi, che siete legati a molte cose differenti e che al tempo stesso la mente desidera essere libera. Allora vi renderete conto che le due cose sono in contraddizione. La mente dunque deve investigare sulle ragioni che la portano ad attaccarsi a qualcosa e questo comporta un lavoro duro. È molto più arduo di recarsi in ufficio, di eseguire un lavoro fisico e di tutte le scienze messe insieme, perché la mente umile e intelligente si interessa a se stessa senza essere incentrata su di sé, perciò deve essere straordinariamente all'erta e consapevole, e questo implica davvero un duro lavoro ogni giorno, ogni ora e ogni minuto. È perché non siamo disposti a farlo che abbiamo dittatori, politici, guru,

presidenti di società e porcherie del genere. Non bisogna desistere perché la libertà non giunge facilmente. Ogni cosa la ostacola: mogli, mariti, figli, vicini, Dio, religione e tradizione. Tutte queste cose vi ostacolano, ma siete voi che le avete create in nome della sicurezza. La mente che cerca la sicurezza non può mai trovarla. Se avete osservato un pò il mondo, avrete notato che questa sicurezza non esiste. Accade sempre qualcosa: la moglie muore, il marito muore o il figlio se ne va. La vita non è statica, anche se vorremmo fare in modo che lo fosse. Nessuna relazione è statica perché l'intera vita è movimento e va colta. Questa verità va vista e sentita, non è qualcosa di cui discutere. Vi renderete allora conto, non appena iniziate a investigare, che si tratta di un processo di meditazione. Non fatevi ipnotizzare da questa parola: la meditazione consiste nell'essere consapevoli di ogni pensiero e nel conoscerne l'origine e l'intenzione. Conoscere l'intero contenuto di un pensiero rivela l'intero processo della mente. Se siete in grado di partire dalla libertà, scoprirete allora gli aspetti più straordinari della mente e realizzerete che essa stessa è la Realtà totale. Non è che ci sia una Realtà verso la quale la mente si diriga: la mente stessa è la dimensione eterna e innominabile, in quanto è quella cosa straordinaria priva di contraddizione, ansia, paura e desiderio di successo; ma speculare sull'eternità senza comprendere l'intero processo della mente è solo un passatempo infantile, un gioco immaturo praticato dagli studiosi, coloro che voi venerate. Sarebbe bene quindi che voi e io potessimo davvero andare a fondo nella questione, senza eroismi né sciocchezze spettacolari, ma come esseri umani interessati alla soluzione dei nostri problemi, che sono anche quelli del mondo. Il problema personale non è diverso da quello mondiale. Se dunque voi e io riusciamo ad affrontarlo con umiltà, conoscendo le nostre condizioni e indagando per tentativi, scopriremo che, senza che l'abbiamo richiesta o invitata, c'è 'quella cosa' incontrollabile e innominabile verso la quale non esiste sentiero. Soltanto allora, dando inizio all'indagine, vedrete quanto sarà straordinariamente facile per voi risolvere i problemi, compreso un problema enorme come quello della fame. Ma non lo potete affrontare senza aver compreso la mente. Quindi, per favore, fino al prossimo incontro osservate la vostra mente e approfondite la sua conoscenza, non solo quando non avete nulla da fare, ma dal momento in cui vi alzate fino a quello di andare a letto, dal momento del risveglio fino a quello di andare a dormire. Osservate il modo in cui parlate al domestico, al capo, alla moglie, ai figli; il modo in cui guardate il conducente dell'autobus, il modo in cui guardate la luna, una foglia e il cielo. Comincerete allora a scoprire una straordinaria ricchezza: non nella conoscenza, ma nella natura della mente stessa. Al tempo stesso, nella mente, si trova anche l'ignoranza. Dissiparla è la cosa che più conta, non l'acquisizione di conoscenza. Perché dissipare l'ignoranza è un processo negativo mentre la conoscenza è un processo positivo. E un uomo in grado di pensare nella modalità negativa possiede la più elevata capacità di pensiero. La mente che può dissipare l'ignoranza senza accumulare conoscenza è innocente, e solo la mente innocente può scoprire ciò che va oltre la misura.

Secondo discorso a Madras 12 novembre 1958

Penso che quasi tutte le persone serie abbiano riflettuto molto sulla necessità di apportare un radicale cambiamento alla qualità della mente. Vediamo, per come vanno le

cose nel mondo, che la mente umana non è cambiata in modo significativo. Naturalmente, c'è un cambiamento dovuto alla pressione economica e sociale, alle varie forme di timore religioso, alle nuove invenzioni e via discorrendo, ma tale cambiamento è sempre secondario ed esteriore e non comporta pertanto un profondo, radicale mutamento nella qualità della mente. Vi sarete resi conto del fatto che la società segue sempre un sistema e determinate formule; proprio come ogni individuo, muovendosi sempre all'interno di quel sistema, segue determinati concetti e ideali. Vi sarete accorti che questo vale non solo per voi stessi e per la società, ma per tutte le nostre relazioni, e vi sarete chiesti come determinare un cambiamento profondo, duraturo e integrato, in modo che l'interazione tra l'interiore e l'esteriore non generi corruzione. Con 'interiore' non intendo alcunché di misterioso. Sto parlando della qualità interiore della mente, non delle cose che la mente immagina al suo interno e sulle quali specula. L'intera società e tutta l'esistenza umana si basano su questa relazione tra l'esteriore e l'interiore, che è costantemente incerta e si modifica in continuazione. E, se posso, vorrei parlare della possibilità di un cambiamento radicale, perché penso che ciò sia molto importante. Dopo tutto, siamo entità sociali e dobbiamo vivere in azione. La vita è azione. Non si può stare semplicemente seduti e speculare, né si può rimanere nella corruzione perché, come sappiamo, tutto ciò genera solo contraddizioni e incessanti tormenti interiori. Ma come può cambiare la mente? Come ci può essere un radicale mutamento nell'intera coscienza, non solo ai livelli superficiali della mente, ma anche a quelli più profondi, e non secondo un sistema stabilito? Seguire un sistema non comporta affatto un cambiamento, ma significa perpetrare ciò che è stato con una semplice modifica. Come si può realmente cambiare la qualità, la sostanza della propria coscienza, e farlo in modo totale? Non so se avete riflettuto al riguardo, o se siete interessati semplicemente ai cambiamenti esteriori prodotti da ogni forma di rivoluzione sociale ed economica o da ogni nuova invenzione. Se siamo interessati a un totale mutamento della coscienza, della qualità della mente, ritengo allora che dobbiamo pensare negativamente. La più alta forma di pensiero è infatti quella negativa, non quella che viene chiamata positiva. La positiva consiste nella semplice ricerca di una formula, di una conclusione, e un simile pensiero è del tutto limitato e condizionato. Spero che stiate ascoltando e non solamente sentendo perché, se ne sono in grado, vorrei affrontare un aspetto piuttosto difficile e spero che riusciremo a procedere insieme nell'indagine. Se però vi limitate a sentire invece di ascoltare, sarete imprigionati al livello verbale e le parole prenderanno il sopravvento sul significato. Esse sono solo lo strumento per comunicare qualcosa. Spero dunque che ascolterete senza alcun desiderio di comprendere idee vere e proprie. Io non ho idee perché penso che esse siano la più stupida delle cose; non hanno sostanza né realtà, sono solamente parole. Spero dunque che stiate ascoltando nel tentativo di vedere il problema, di vederlo solamente nella sua straordinaria complessità, senza lottare per comprenderlo o per risolverlo. Il problema consiste nel generare un cambiamento totale nella coscienza, nella mente. Come stavo dicendo, quella negativa è la forma più elevata di pensiero. Noi non pensiamo mai con un procedimento negativo; pensiamo sempre con un procedimento positivo. Nel pensare, passiamo da una conclusione a un'altra, da un modello a un altro, da un sistema a un altro. Pensiamo di dover essere in un certo modo, di dover acquisire

determinate virtù, seguire questo o quel cammino e praticare determinate discipline. Il pensiero positivo si incanala sempre nei solchi del pensiero condizionato (spero stiate osservando la vostra mente e il vostro pensiero) e questa via conduce solo a un'ulteriore limitazione e restrizione della mente, alla meschinità dell'azione; rafforza sempre l'attività incentrata sul sé. Il pensiero negativo è qualcosa di completamente diverso, ma non è l'opposto di quello positivo. Se sono in grado di comprendere le limitazioni del pensiero positivo, che conduce invariabilmente all'attività incentrata sul sé, e se la mia comprensione non è solo verbale e intellettuale, ma rispecchia l'intero processo del pensiero umano, allora il pensiero negativo genererà un nuovo risveglio. La maggior parte di noi è attaccata a qualcosa: una proprietà, una persona, un'idea, un credo religioso o un'esperienza, non è così? Siete attaccati alla vostra famiglia, al vostro buon nome, alla vostra professione, al vostro guru, a questo e quello. Ora, questo attaccamento genera invariabilmente sofferenza e conflitto, perché la cosa cui vi attaccate è, ovviamente, in continuo cambiamento. Voi però non volete che cambi e desiderate attaccarvi a essa in modo permanente. Essendo allora consapevoli che l'attaccamento porta dolore, pena e sofferenza, cercate di coltivare il distacco, ma è chiaro che l'attaccamento e il distacco sono entrambi modi positivi di pensare. Il distacco non è la negazione dell'attaccamento, è semplicemente la continuazione dell'attaccamento in una diversa forma verbale. Il processo mentale è esattamente la stessa cosa, se ci avete fatto caso. Mettiamo, a esempio, che io sia attaccato a mia moglie. Provo allora dolore, conflitto, gelosia, frustrazione e, per sfuggire a tutto ciò, dico: "Devo essere distaccato, devo amare in modo impersonale", qualunque cosa questo significhi. Dico: "Devo amare senza limiti" e cerco di coltivare il distacco, ma che si tratti di attaccamento o distacco, al centro della mia attività c'è esattamente la stessa cosa. Il pensiero che chiamiamo 'positivo' è quindi un conflitto fra opposti, o un tentativo di rifugiarsi in una sintesi che crea un nuovo opposto. Prendete il comunismo. È l'antitesi del capitalismo e i comunisti, attraverso la lotta, sperano infine di creare una sintesi; tale sintesi però, essendo sorta da un conflitto fra opposti, creerà un'antitesi. Dunque, questo processo è ciò che chiamiamo pensiero positivo, non solo esteriormente, socialmente, ma anche interiormente. Se si comprende questo intero processo, non solo intellettualmente ma concretamente, si vedrà che sorge un modo di pensare nuovo. Si tratta di un processo negativo, non collegato a quello positivo. Il modo di pensare positivo conduce all'immaturità, a una mente condizionata e modellata, e questo è esattamente ciò che succede a tutti noi. Quando dite di voler essere felici, di volere la Verità, Dio e un mondo diverso, lo fate sempre nei termini del modo di pensare positivo, che consiste nel seguire un sistema che produrrà il risultato desiderato, e il risultato è sempre il conosciuto che diviene a sua volta causa. La causa e l'effetto non sono due cose diverse: l'effetto di oggi sarà la causa di domani. Non esistono cause isolate che producono effetti; sono strettamente correlati. Non esiste alcuna legge di causa ed effetto, vale a dire che, in realtà, non esiste quel che chiamiamo 'karma'. Crediamo che il karma indichi l'effetto di una causa precedente, ma tra l'effetto e la causa c'è un intervallo di tempo. Durante quel tempo c'è un cambiamento enorme e perciò l'effetto non è mai lo stesso. E produrrà un'altra causa che non ne sarà mai semplicemente il risultato. Non dite: "Non credo al

karma". Il punto non è affatto questo. Il karma indica, molto semplicemente, l'azione e il suo risultato, che si fa a sua volta causa. Piantate un seme di mango e sarà destinato a produrre un albero di mango. La mente umana però non funziona così. La mente umana è in grado di provocare una trasformazione al proprio interno e di giungere a un'immediata comprensione, il che significa sempre un allontanamento dalla causa. Pensare in modo negativo, quindi, non vuol dire pensare secondo dei modelli, perché i modelli implicano una causa che produrrà un risultato che la mente può manipolare, controllare e cambiare. Abbiamo tutti grande familiarità con questo processo. Ciò su cui sto cercando di porre l'attenzione è un pensiero negativo avulso dal rapporto fra causa ed effetto. Può sembrare del tutto assurdo, ma ora approfondiremo la questione e capirete. La affronteremo in modo diverso. La maggior parte di noi non è forse insoddisfatta? Siamo insoddisfatti del lavoro, delle mogli, dei mariti, dei figli, dei vicini, della società e di qualunque altra cosa. Vogliamo una posizione, denaro e amore. Conosciamo bene tutto questo. Ora, essere insoddisfatti di qualcosa è positivo, ma l'insoddisfazione in sé negativa. Mi spiego: quando siamo insoddisfatti, cosa avviene in realtà? Se sono insoddisfatto del mio lavoro, di me stesso, cosa succede? Che voglio trovare soddisfazione tramite questa o quella cosa. L'insoddisfazione viene dunque canalizzata fino a quando non trova qualcosa di soddisfacente, e poi svanisce. Questo è ciò che chiamiamo azione positiva: trovare qualcosa che ci renderà felici. Ma senza la fiamma dell'autentica insoddisfazione, che non è l'insoddisfazione di qualcosa, la vita non ha significato. Potete avere un lavoro meraviglioso, un cervello straordinario, conseguire titoli ed essere abili nelle discussioni e nelle citazioni, ma la vostra insoddisfazione ha semplicemente assunto l'aspetto dell'intelligenza ed ecco che siete completamente sterili. Avete iniziato essendo insoddisfatti e forse eravate molto bravi a scuola ma, una volta cresciuti, quell'insoddisfazione è entrata a far parte della destrezza o di qualche tipo di tecnica ed ecco che siete soddisfatti perché sentite di essere capaci e di poter funzionare. Anche questo è pensiero positivo. Il pensiero negativo invece consiste nell'essere semplicemente in uno stato di insoddisfazione, e una simile mente è assai disturbata. Non è soddisfatta e non è in cerca di soddisfazione, perché vede che tale soddisfazione conduce solo all'azione positiva che tutti cercano. Cercare un modo per essere continuamente soddisfatti significa essere morti. Questo è ciò che volete; lo chiamate pace della mente e dite: "Per l'amor di Dio, datemi un posticino nell'universo dove possa morire in pace". L'azione positiva dunque porta sempre alla morte. Se siete in grado di capirlo, vedrete allora che sta prendendo piede un modo negativo di pensare. Tale modo perciò non parte mai da una conclusione, perché è evidente dove portano le conclusioni. Il modo negativo di pensare rappresenta dunque il mantenimento e il sostegno dell'insoddisfazione, che non è insoddisfazione di qualcosa, ma insoddisfazione in quanto tale. Vi prego di non limitarvi alle sole parole, ma di cercare di vedere il senso di tutto questo. Dobbiamo comprendere che un pensiero positivo è un pensiero condizionato che non offre possibilità di cambiamento: c'è in esso una modifica ma non una trasformazione radicale. La trasformazione radicale si trova solo nel pensiero negativo, come abbiamo visto in relazione all'attaccamento e all'insoddisfazione. Il pensiero positivo conduce solo a una mente ottusa, insensibile, incapace di recepire e che pensa solo in ragione della

propria sicurezza, che si tratti della sicurezza individuale o familiare, come gruppo o come etnia, e questo lo possiamo osservare con grande chiarezza nel mondo politico. Dopo tutto, questa terra è nostra, vostra e mia. Questa terra così bella, meravigliosa e ricca è a nostra disposizione perché ci si possa vivere felicemente, senza bisogno che sia frammentata e spezzettata in settori diversi chiamati Inghilterra, Germania, Russia e India. Tuttavia ci battiamo per mantenere le separazioni. Nessuno pensa al mondo intero come nostro, nessuno dice: "Facciamo qualcosa insieme per esso". Adoperiamo invece questo modo di pensare frammentario che chiamiamo positivo, o perseguiamo qualche idea internazionalista altrettanto stupida. Se sono in grado di vedere questo, ci sarà allora un approccio diverso, un sentimento diverso della mente, indipendentemente dal fatto che essa sia russa o tedesca. Non esisterà allora un'assurdità come il patriottismo ma ci sarà l'amore per la terra: non la vostra o la mia, dove ognuno coltiva il suo orticello e litiga a causa di esso, ma la nostra terra. Ora, quando vediamo che questo modo positivo di pensare è distruttivo, sorge allora il modo negativo. Per pensare negativamente ci deve essere sensibilità nei confronti sia del bello sia del brutto. L'uomo che insegue ciò che chiama il bello e rifugge dal brutto non è sensibile. L'uomo che ricerca la virtù senza comprendere ciò che non è virtuoso e limitandosi a evitarlo, diventa immancabilmente insensibile. Per favore, riflettete su questo punto insieme a me, sentitelo e capirete. Apprezzare la bellezza di un albero, di una foglia, del riflesso sull'acqua calma non è segno di sensibilità, se non siete anche consapevoli dello squallore, della sporcizia, del modo in cui mangiate, del modo in cui parlate, pensate e vi comportate. Sotto quest'albero si sta bene, è molto tranquillo, c'è una piacevole penombra, e poco lontano da qui c'è un sordido villaggio con tutto il suo squallore, la sua miseria e gli sfortunati esseri umani che ci vivono, ma voi non ne siete consapevoli. Cerchiamo sempre la bellezza, la Verità e Dio, e rifuggiamo il resto. Questa ricerca appartiene al modo positivo di pensare e conduce all'insensibilità, se non siamo consapevoli anche del resto. L'atteggiamento positivo di erigere edifici dove ballare e di fondare scuole speciali per la danza, diventa solo un'attività personale in grado di soddisfare la mente che si limita a pensare positivamente. La creazione non è mai positiva, è lo stato della mente in cui non c'è alcuna azione positiva così come noi la conosciamo. Pertanto, solo quando è presente questo pensiero negativo ha luogo una radicale trasformazione della mente. Come ho detto l'altro giorno, il pensiero che conosciamo è sempre sotto forma di parole o di simboli. Non so se vi siate resi conto che c'è un pensiero senza parole, ma che è ancora il risultato della parola positiva. Mi spiego: voi pensate sempre in parole e simboli, non è così? Fate attenzione, per favore. La parola e il simbolo diventano molto importanti per il pensiero. Sono la base di tutto il nostro pensiero. Si crea un'associazione grazie a un ricordo che può essere un quadro o una parola, e da esso si procede a pensare di nuovo in simboli o parole. Questo è tutto quel che conosciamo e, se siete molto all'erta e consapevoli, sarete in grado di vedere che è possibile pensare senza parole e simboli. Non vi offrirò un esempio perché vi smarrireste, cercate quindi, per favore, di afferrare il significato, perché il pensiero negativo non è collegato con il pensiero-con-la-parola. Se non lo capite, non afferrerete quanto segue. Sto pensando ad alta voce; non ho preparato tutto questo a casa per poi venire qui a

riferirlo. Cercate quindi di capire, non semplicemente a livello verbale o speculativo, e fate concreta esperienza del fatto che il pensiero funziona con parole e simboli ma anche senza la parola e il simbolo. Questi sono entrambi modi di pensare positivi perché ricadono ancora nel dominio degli opposti. Lasciatemi porre la questione in maniera diversa. Avete forse osservato la mente e visto come se ne va errabonda qua e là, inseguendo una serie di pensieri. Quando cercate di esaminare un pensiero, ne sorge un altro. La mente è perciò dominata da questo movimento, ovvero dall'agitazione del pensiero. La mente è sempre occupata dal pensiero. Esso è lo strumento della mente, che quindi non è mai quieta. Non dite subito: "Come posso calmare la mente?". È una richiesta del tutto stupida e immatura, perché indica di nuovo un perseguimento positivo di qualche modello. Perciò, una volta visto e compreso l'incessante meccanismo di produzione del pensiero attraverso la memoria e l'associazione di idee, non può la mente sbarazzarsene? Non chiedete come, ma ascoltate, perché la comprensione è istantanea; non è un processo che, alla fine, svuoterà la mente dal pensiero. Se vedete il modo positivo e distruttivo in cui l'attività mentale produce pensiero, è controllata da esso e cerca poi di svuotare la mente, se riuscite a vederne la falsità o la verità, allora vedrete anche che la mente può svuotare se stessa da se stessa, dalle proprie limitazioni, dal proprio egocentrismo e dalla propria attività centrata sul sé. Per favore, seguitemi ancora. La mente, ininterrottamente attiva, produce e controlla il pensiero. Quando se ne rende conto, dice: "Devo essere calma", ma generalmente fa riferimento a una calma conseguita per mezzo del controllo e cioè ancora qualcosa di positivo, distruttivo e limitante. Ma capirete, se andate un poco oltre, che la mente può essere svuotata dal pensiero, può liberarsi dal passato e non esserne più oppressa. Non significa che i ricordi non siano lì, essi però non modellano la mente né la controllano. Tutto questo però è ancora pensiero positivo. Se ne vedete la falsità, la mente non potrà che procedere oltre e non sarà più schiava del pensiero, ma potrà pensare ciò che vuole. Non so come presentare le cose; come ho detto, sto pensando a voce alta insieme a voi e mi dovete scusare se tento diverse vie per esprimermi. Non so se abbiate mai provato a pensare senza essere schiavi del pensiero. La mente della maggior parte di noi è schiava del pensiero; persegue il pensiero, il pensiero contraddittorio, e tutto il resto. Se lo percepite e svuotate la mente, essa sarà allora in grado di pensare, libera dai pensieri associati alla memoria; e, se proseguite, vedrete che la mente libera, non nel senso dell'opposto della schiavitù, ma libera in se stessa, svuotata della memoria, è in grado di pensare in modo negativo. Capirete allora che la mente, del tutto vuota di sistemi, formule, speculazioni, pensieri associati alla memoria, esperienze e così via, può percepire che c'è uno stato capace di azione in questo mondo; un'azione che non proviene dalla pienezza, ma dalla vacuità. Vedete, noi ora agiamo con menti piene, congestionate, incessantemente attive: menti preda della contraddizione, che lottano e si adeguano, ambiziose, invidiose, gelose, brutali o gentili e via dicendo. State seguendo? Agiamo a quel livello. La mente, che è piena, agisce. Quest'azione però non può mai generare una mente nuova, una nuova qualità della mente, una mente fresca e innocente, e solo una mente fresca e innocente è in grado di creare, si trova in uno stato creativo. La mente lo vede e, se riesce a svuotare se stessa, allora l'azione sorge dalla vacuità e tale azione è la vera azione positiva, non

quell'altra. Essa è l'unica azione vera, positiva e creativa, perché è nata dalla vacuità. Se talvolta avete dipinto, scritto una poesia o una canzone, avrete visto che il sentimento profondo scaturisce dalla nullità. Una mente congestionata invece non è mai in grado di sentire quella nullità e perciò non può mai essere sensibile. Bisogna che ci sia un radicale cambiamento nella qualità della mente ed è ora assolutamente necessario perché la società attuale è una società morta, che si anestetizza in vari modi e si gonfia di attività. Se riuscite, come individui, a cambiare fondamentalmente, radicalmente e profondamente voi stessi e quindi la società, potrà realizzarsi tutto quel che ho descritto. La bellezza acquisterà allora un diverso significato, proprio come la bruttezza, perché la bellezza non è il contrario della bruttezza. Un volto brutto può essere bello, ma tale bellezza è inconcepibile per la mente che ha respinto la bruttezza. È sufficiente che abbiate veramente ascoltato senza cercare di fare nulla al riguardo, perché qualsiasi cosa facciate rappresenterà la cosiddetta azione positiva, e quindi sarà distruttiva. È come vedere qualcosa di bello e lasciarlo andare, senza cercare di catturarlo, senza portarlo a casa e soffocarlo con il pensiero. Se avete capito da soli e non attraverso la mia persuasività, le mie parole e la mia influenza, se avete sentito la bellezza e la straordinaria qualità della mente vuota, da quella vacuità avrà origine una nuova nascita. C'è bisogno di questa nuova nascita, non di tornare al Mahabharata, al Ramayana, a Marx, a Engels o al revivalismo. La mente davvero creativa è la mente vuota, non quella ottusa o che si limita a desiderare di essere creativa. Solo la mente vuota può comprendere completamente lo straordinario processo del pensiero in generale e del pensiero che si svuota del proprio impeto. Capirete allora che avviene un cambiamento radicale e profondo, non generato da influenze esterne, circostanze, cultura e società. Tale mente creerà una società nuova che, dal momento in cui verrà creata, sarà già in decadenza. Tutte le società sono in decadenza perché ciò che viene creato è effimero. Vedere perciò che nessuna società, tradizione o conoscenza è permanente, significa vedere che la mente vuota è creativa, è in una condizione favorevole alla creazione.

Primo discorso a Bombay 28 dicembre 1958

Questo sarà l'ultimo discorso e vorrei sapere non ciò che ognuno di voi ha ricavato dall'ascolto, ma quanto davvero è andato in profondità all'interno di se stesso e se ha scoperto qualcosa al proprio riguardo. Non è semplicemente questione di ciò che è stato o sarà detto, quanto piuttosto di capire se ognuno, grazie al suo sforzo sincero, abbia scoperto il processo straordinariamente complesso della meli te, quanto lontano ognuno di noi abbia percorso le vie della coscienza e quanto a fondo abbia provato personalmente le cose di cui ab biamo finito di parlare. Mi sembra che la mera ripetizione di parole o di ciò che avete letto abbia il solo effetto di intorpidire la mente e renderla pigra. Una mente sincera non si limita a ripetere ciò che ha letto nei testi sacri religiosi o nei libri più recenti, considerati ugualmente sacri, su Marx, capitalismo, socialismo o psicologia. La mera ripetizione non apre la porta all'esperienza diretta. Parlare per esperienza, comprensione e conoscenza diretta è cosa alquanto diversa, perché si tratta allora di ciò che ognuno ha pensato e sentito in modo autentico e profondo. Chi semplicemente impara a memoria o ripete quanto ha appreso, udito o letto, non è

certamente una persona seria, né è serio chi indulge nel pensiero teoretico e astratto. Sicuramente, un uomo sincero è colui che va dentro se stesso, osserva il proprio dolore e la propria sofferenza, è sensibile nei confronti della fame nel mondo, della degradazione, delle guerre e delle ingiustizie, e che, partendo dall'osservazione delle cose esteriori, inizia a indagare al suo interno. Un uomo sincero è un uomo del genere, non colui che si accontenta di semplici spiegazioni e non finisce mai di citare, teorizzare o cercare lo scopo della vita. L'uomo che cerca uno scopo nella vita vuole solo dare un senso alla propria esistenza, e questo senso dipenderà dal condizionamento. Ma la mente che, grazie all'osservazione degli avvenimenti, delle relazioni, delle attività e delle sfide quotidiane, comincia a indagare, va sempre più dentro se stessa e scopre ciò che è nascosto. Dopo tutto, è lì che deve aver luogo il cambiamento fondamentale. Sebbene siano necessari innumerevoli cambiamenti esterni, come mettere fine alle guerre e così via, l'unico cambiamento radicale riguarda l'interiorità. Allora uno dei nostri problemi maggiori è: cosa può far sì che qualcuno cambi? Cosa può far sì che la mente, che è tradizionalista, condizionata, sofferente, gelosa, invidiosa e ambiziosa, cessi di essere tutto ciò e diventi fresca, nuova e chiara? Se cambiate a causa della pressione esercitata su di voi dalle nuove invenzioni, dalla legislazione, dalla rivoluzione, dalla famiglia e così via, tale cambiamento, così diretto, sarà forse un vero cambiamento? Un cambiamento del genere rappresenta solo un adeguarsi, un essere conformi alle leggi o a un modello di esistenza e, se ve ne rendete conto dentro di voi, vedrete che cambiare in seguito a costrizione e ansietà vuol dire solo continuare a fare ciò che si è fatto in precedenza modificandolo un pò. Penso sia molto importante comprendere cosa fa sì che un uomo cambi totalmente. La conoscenza tecnologica ovviamente non porta a una trasformazione interiore; essa può alterare il nostro punto di vista ma non comporta quella trasformazione interiore priva di conflitto e nella quale vi sia un'intelligenza attiva e illuminata. Mi chiedo se vi siate mai domandati che cos'è che vi fa cambiare. Naturalmente, se il medico vi dice che continuando a fumare avrete un cancro ai polmoni, è possibile che per la paura vi asteniate dal fumare. La pressione della paura o la promessa di una ricompensa possono farvi smettere una certa attività, ma si tratta di un cambiamento autentico? Cambiare, modificarsi e adeguarsi sotto la spinta della pressione e della paura non significa trasformarsi, ma continuare semplicemente a essere quello che si era in forma diversa. Cos'è allora che vi consente davvero di trasformarvi? Penso che una simile trasformazione non possa avvenire attraverso sforzo, lotta, pressione, ricompensa o punizione, ma irrompa in modo istantaneo, immediato e spontaneo quando c'è comprensione, percezione totale. Sto approfondendo la questione ma, come ho già detto, ascoltare semplicemente le parole non vi aiuterà ad afferrare quanto viene detto. Bisogna vedere l'esistenza umana nel suo insieme, non solo una sua parte. Bisogna vedere e sentire tutta la profondità dell'esistenza, della vita; e, quando c'è una simile comprensione, si è allora in uno stato di totale cambiamento, di totale trasformazione. Ora, noi cambiamo solo in maniera episodica: controllando la gelosia o l'invidia, smettendo di fumare o di mangiare troppo, aderendo a questo o a quel gruppo in vista di una determinata riforma; ma si tratta solo di frammenti e segmenti non collegati all'intero. Tale attività, scollegata dalla percezione dell'intero, non può che condurre

evidentemente a varie forme di disadattamento, contraddizione e tensione. Il nostro problema consiste quindi davvero nel vedere, comprendere e sentire la totalità della vita, nell'unirci a essa e, di conseguenza, agire in modo completo e non frammentario. Lasciatemelo dire in maniera diversa. Non so se ve ne siate resi conto, ma la maggior parte di noi non si trova forse in una situazione contraddittoria? Pensate una cosa e ne fate un'altra, avete un'opinione e la negate un minuto dopo, e lo fate non solo a livello individuale, ma come popolo, come gruppo. Dite che bisogna essere in pace e parlate di non-violenza, mentre siete sempre violenti dentro di voi e avete la polizia, l'esercito, i bombardieri, la marina militare e tutto il resto. C'è quindi contraddizione in noi e al di fuori di noi e, con l'aumentare della contraddizione, aumenta anche la tensione che, alla fine, conduce a un'azione nevrotica e a una mente squilibrata. Dato che, per la maggior parte, ci troviamo in una situazione contraddittoria, viviamo in uno stato di continua tensione che porta a un'attività squilibrata. Se ci si rende conto della tensione, nata dalla contraddizione, si cerca allora di trovare un'integrazione tra due opposti, tra odio e amore per esempio, e si produce qualcosa di non riconoscibile che viene chiamato non-violenza o roba del genere. Tuttavia, il problema risiede nel vedere il fatto essenziale che la mente è in contraddizione con se stessa, e non nel tentare di rimuovere la contraddizione rafforzando uno degli opposti. Quando vedete che la mente si contraddice e conoscete la tensione, il dolore e la sofferenza provocati da questo stato, quando comprendete e percepite l'intero processo per cui la mente si contraddice, allora si generano uno stato e un'attività alquanto differenti. Dopo tutto, se vi limitate a percepire l'intero, un vasto cielo attraverso una finestra stretta, la vostra visione non avrà evidentemente alcun rapporto con la vastità celeste. Allo stesso modo, l'azione nata dalla contraddizione è molto limitata e dà origine solo a sofferenza e dolore. Vorrei che questo sentimento dell'interezza fosse chiaro. Sentire le qualità dell'India e del mondo intero, l'intera sofferenza dell'uomo con le sue frustrazioni, aspirazioni e contraddizioni e la sua esistenza miserabile e meschina, sentire tutto questo davvero e non in quanto parsi, indù, musulmani, socialisti, comunisti, parlamentari, russi, inglesi, tedeschi o americani, significa ottenere la totale trasformazione della mente. Lo dirò in altri termini. I governi, le società e tutte le forme di pressione e propaganda dicono che dovete cambiare. C'è però una resistenza costante al cambiamento e si verifica pertanto un conflitto tra il reale e l'ideale. Il reale e l'ideale sono in contraddizione e noi passiamo tutta la vita, dall'infanzia alla tomba, sballottati fra i due, senza giungere alla fine di qualcosa, senza giungere alla fine dell'attaccamento ma continuando a inseguire il distacco. Nell'attaccamento c'è sofferenza e perciò coltiviamo il distacco. Sorge allora il problema di come distaccarsi e questo porta a praticare un sistema che, se ci pensate, risulta stupido sotto ogni aspetto. Se al contrario riuscite a comprendere l'intero processo dell'attaccamento e del distacco, ciò che entrambi implicano, allora non sarete né attaccati né distaccati, ma ci sarà uno stato del tutto nuovo, un'autentica trasformazione della mente. In fin dei conti vi attaccate solo a cose morte, perché non potete attaccarvi a qualcosa di intero e vivo, come i corsi d'acqua perenni, non è vero? Siete attaccati all'immagine di vostra moglie o di vostro marito, ma quell'immagine è solo un ricordo. Vi attaccate al ricordo di determinate esperienze, sofferenze e piaceri, ossia al passato e

non al vivo presente, non alla donna o all'uomo che in quel momento si sta sforzando e sta lottando. L'attaccamento ha chiaramente a che fare con le cose morenti e i morti: siete attaccati alla vostra casa che non è una cosa viva, ma siete voi che le date vita con il vostro desiderio di sicurezza, un desiderio da morti. L'attaccamento non si rivolge a ciò che è vivo, al presente, ma al passato, che è dei morti. Pur non avendo compreso tutto questo, cerchiamo di essere distaccati. Che significa? Distaccati da cosa? Non dalle cose vive, perché non le avete mai afferrate; cercate invece di staccarvi da un ricordo, da ciò che pensate, perché è questo che vi provoca sofferenza. Il vostro cambiamento non è radicale. Siete quindi intrappolati fra attaccamento e distacco. Mentre se andate veramente a fondo in voi stessi e scoprite la causa del vostro attaccamento, scoprirete che consiste nel desiderio di maggiore agio, sicurezza e così via; allora comprenderete anche l'intero processo attraverso il quale si coltiva il distacco e le implicazioni del distacco stesso. Nella completa comprensione di entrambi questi aspetti risiede il processo della conoscenza di sé. Se lo approfondite per scoprire il livello della vostra comprensione, vedrete allora che l'intelligenza vi risponderà e vi dirà che c'è trasformazione, ma non cambiamento. Vedendo che il mondo è in preda ad ansietà, guerre e lenta decadenza, sicuramente molte persone serie vogliono con sincerità trovare una via grazie alla quale la mente non divenga un'entità meccanica, ma sia sempre nuova, fresca e giovane. Non potete però avere una mente simile se siete perennemente in conflitto. Fino a ora, non avete forse accettato il conflitto come stile di vita? Ma quando iniziate a comprendere l'intero processo della via della lotta, vedrete che avverrà un'autentica trasformazione: la mente non sarà più imprigionata nel suo ciclo. Signori, lasciate che ponga il problema in altri termini. Essere semplici è essenziale, ma la semplicità per la maggior parte di noi si esprime unicamente in cose esteriori. Pensate di essere semplici, santi e virtuosi se possedete solo poche cose, magari solo un perizoma. Un perizoma non è indice di una mente semplice, né mostra che si è compresa la grande ricchezza, vivacità e bellezza della vita. Siete voi che avete ridotto tutto quanto al livello del perizoma, e questa non è semplicità. Una mente oppressa da conoscenze, erudizione e informazioni non è una mente semplice; anche i computer ora possono citarvi quasi qualsiasi cosa: si tratta di una semplice risposta meccanica. Allora una mente che non fa altro che brancolare, agognare, ricercare e consumare desideri e che è al tempo stesso desiderosa, non è una mente semplice. Prego, signori, ascoltate e cercate di capire quello che sto dicendo perché, se lo seguite veramente, vedrete che ne deriverà l'autentica semplicità. Dovete però, prima di tutto, vedere in cosa non consiste la semplicità, e non è certamente un uomo semplice colui che si fa intrappolare da rituali, che ripete incessantemente il nome di Dio e che fa il cosiddetto bene. Cos'è allora la semplicità? La mente semplice è quella che trasforma se stessa, è il risultato della trasformazione. La mente che dice: "Devo essere semplice", è stupida. La mente semplice è una mente consapevole di essere preda di un gran numero di inganni, ansie, illusioni, aspirazioni e del tumulto dei desideri. Quando si è completamente consapevoli di tutto questo, come lo si è di un albero o dei cieli, si concretizza questa straordinaria semplicità. Uso la parola 'semplicità' per indicare innocenza, chiarezza, una mente che ha abbandonato se stessa. Non ha abbandonato se stessa una mente calcolatrice, desiderosa di diventare virtuosa,

che si è prefissa un fine che cerca incessantemente di ottenere. La semplicità compare solo con l'abbandono di sé, e la conoscenza di sé consiste nell'essere del tutto consapevoli della quantità di illusioni, fantasie, miti e impulsi che dominano la mente. La semplicità è la piena comprensione dell'esistenza così com'è e non come dovrebbe essere, ma questa sua bellezza non si manifesta senza l'abbandono di sé, e abbandono significa, sicuramente, la caduta di ogni condizionamento, come una foglia morta cade da un albero; e voi non potete morire a qualcosa, se non ne siete appassionati. Morire indica la sensazione di arrivare a un punto o a uno stato oltre il quale non c'è nulla; uno stato mentale al di là del quale, nonostante astuti trucchi e speculazioni, qualsiasi cosa facciate non vi è possibile procedere. In questo stato non vi sono né disperazione né speranza, e l'intera questione della ricerca è giunta a una fine. Si manifesta una morte completa; perché se non morite completamente al passato, come potete imparare? Come potete imparare, signori, se continuate a portare il fardello di ieri? Non so se abbiate mai indagato dentro voi stessi per capire come liberarvi dalla giornata di ieri, dalle migliaia di ieri, dalle migliaia di esperienze e reazioni e dal tumulto dello scorrere del tempo. Cosa si deve fare per essere liberi da tutto questo in modo che la mente divenga straordinariamente quieta, semplice e innocente? Un simile stato è possibile se comprendete la totalità della vostra esistenza: cosa fate, cosa pensate, in che modo siete assorbiti dalle vostre attività quotidiane e dal vostro lavoro, la maniera in cui parlate a vostra moglie, a vostro marito, la maniera in cui trattate i vostri cosiddetti inferiori, il modo in cui educate i vostri figli e via dicendo. Se considerate il vostro atteggiamento nei confronti di tutto questo semplicemente come una reazione temporanea, qualcosa che si possa superare e aggiustare, allora non avete compreso la totalità della vita. E io dico che nella comprensione della propria totalità c'è una trasformazione immediata, che non ha nulla a che vedere con lo scorrere del tempo. Avete magari bisogno di tempo per compiere l'indagine, ma la trasformazione è immediata. Non confondete il processo del tempo e la trasformazione. Il tempo è presente nel senso che c'è un intervallo tra il momento in cui parlo e quello in cui ascoltate. La vibrazione della parola ha bisogno di un certo lasso di tempo per raggiungere il vostro orecchio e la risposta nervosa e quella del cervello impiegano una frazione di secondo. Sebbene la parola necessiti di tempo per viaggiare fino al cervello, appena comprendete quello che viene detto c'è una separazione completa dal passato. La rivoluzione non viene dall'esterno, ma da noi, e questa rivoluzione non è un processo graduale, non è questione di tempo. Dunque la trasformazione dell'individuo può aver luogo solo quando c'è una completa comprensione delle vie della mente, quando cioè c'è meditazione. Comprendere se stessi è un processo che non implica condanna né giustificazione, ma consiste semplicemente nel vedere quel che si è, nell'osservare senza giudicare, esaminare, controllare o adattare. La percezione di ciò che si è, senza alcuna valutazione, conduce la mente a una straordinaria profondità, ed è solo a questa profondità che avviene la trasformazione; e naturalmente l'azione che scaturisce da quella profondità di comprensione è del tutto diversa dall'azione dell'adattamento. Spero quindi che voi, in quanto individui, abbiate tratto dall'ascolto di questi discorsi non un semplice accumulo di informazioni, un divertimento e un'eccitazione intellettuale o una commozione emotiva, ma abbiate appreso qualcosa dei

processi che vi riguardano e abbiate perciò liberato voi stessi. Durante questi discorsi, dall'inizio fino a ora, non abbiamo fatto altro che parlare dello stato concreto e quotidiano della mente; se trascurate questo fatto e dite che siete interessati solo a Dio e a quanto accade dopo la morte, scoprirete che il vostro Dio e il vostro 'dopo la morte' sono solo un mucchio di idee speculative prive di qualsiasi validità. Per scoprire cosa sia Dio e se ci sia un Dio, dovete agire con vigore e freschezza, non con una mente indebolita, oppressa dalle esperienze, soggiogata e debilitata dalla disciplina e bruciata dal desiderio. Solo una mente davvero appassionata, dotata cioè di intensità e ricchezza, può ricevere ciò che è incommensurabile. Questo incommensurabile non può essere trovato a meno che non scaviate sempre più in profondità dentro voi stessi. Il fatto che ripetiate che c'è la dimensione dell'eterno è un discorso puerile; e non ha senso nemmeno la vostra ricerca dell'eterno, dato che esso è inconoscibile e inconcepibile per la mente. La mente deve comprendere se stessa, spezzare le fondamenta del suo apprendimento, i limiti del suo riconoscimento; questo è il processo della conoscenza di sé. Ora avete bisogno di una rivoluzione interiore, di un approccio alla vita totalmente nuovo, non di nuovi sistemi, nuove scuole o nuove filosofie. Allora, in seguito a questa trasformazione, vedrete che la mente, come il tempo, si ferma. Dopo tutto il tempo è come il mare, che non è mai fermo e calmo, ma è sempre in movimento e irrequieto; e le nostre menti, basate sul tempo, sono imprigionate nel suo movimento. Pertanto, solo quando avrete totalmente compreso voi stessi, a livello sia conscio sia inconscio, potrete godere di uno stato di quiete e mancanza di moto che è creazione. Allora quella calma è azione, vera azione. Noi però non la tocchiamo mai, non la conosciamo mai perché sprechiamo energia, tempo, dolore e fatica in cose superficiali. L'uomo sincero dunque è colui che attraverso la conoscenza di sé abbatte le mura del tempo e genera nella mente uno stato di assenza di moto. Sorge allora una benedizione senza che sia stata invocata; giunge allora una Realtà, una benevolenza senza che sia stata richiesta. Se la desiderate ardentemente non la otterrete, se la cercate non la troverete. La Realtà si manifesta solo quando la mente comprende se stessa del tutto, e in modo così vasto da essere priva di ogni barriera e morta nei confronti di qualsiasi cosa abbia conosciuto.

Primo discorso a Madras 6 dicembre 1959

Penso che sia utile e proficuo scoprire da soli perché la mente è così irrequieta. Essa è agitata come il mare e non è mai stabile né tranquilla; sebbene esternamente possa sembrare calma, internamente è piena di increspature, di irregolarità e di ogni tipo di disturbi. Penso sia essenziale approfondire la questione e non limitarsi a chiedere come calmare la mente. Non c'è alcuna via per calmare la mente. È evidente che si possono assumere pillole e tranquillanti o si può seguire ciecamente qualche sistema; la mente può essere drogata con preghiere e ripetizioni, ma una mente drogata non è affatto una mente. Mi sembra quindi di estrema importanza approfondire il motivo per cui la mente è sempre in cerca di qualcosa e, dopo averlo trovato, insoddisfatta, si dirige verso qualcos'altro, in un incessante passaggio dalla soddisfazione all'insoddisfazione, dalla realizzazione al dolore e alla frustrazione. Dobbiamo tutti essere consapevoli di questo ciclo senza fine di piacere e dolore. Tutte le cose sono effimere e impermanenti; viviamo

in uno stato di continua sospensione e non c'è alcun luogo in cui possiamo trovare pace, soprattutto a livello interiore, perché ogni recesso della mente è disturbato. Non vi sono regioni incontaminate nella mente. Consciamente o inconsciamente abbiamo cercato vari modi per portare la mente a uno stato di quiete, calma e pace e, dopo esserci riusciti, abbiamo ben presto perduto quello stato. Dovete essere consapevoli di questa ricerca senza fine che avviene proprio nella vostra mente. Suggerirei quindi di provare a sondare quest'attività senza fine della mente, e di farlo con cautela, senza dogmatismi e citazioni e senza saltare alle conclusioni. Penso poi che dovremmo cominciare col chiederci perché cerchiamo e indaghiamo, perché esiste questo anelito di arrivare da qualche parte, di ottenere qualcosa e di diventare qualcuno. Dopo tutto siete qui un pò per curiosità ma anche, e spero sia il motivo principale, per il desiderio di cercare e scoprire. Cos'è ciò di cui andate in cerca? E perché lo cercate? Se siamo in grado di approfondire questa domanda chiedendoci perché cerchiamo, se siamo in grado di aprire la porta per mezzo di questa domanda, penso allora che potremo intravedere qualcosa di non illusorio e che non ha la qualità transitoria delle cose meramente piacevoli o gratificanti. Perché e che cosa cercate? Mi chiedo se vi siate mai posti la domanda. Una sfida, sapete, è sempre nuova, perché è qualcosa che richiede la vostra attenzione. Dovete rispondere, non vi è possibile ignorare la questione; e rispondete o in modo totale e completo, o in modo parziale e inadeguato. L'incapacità di rispondere in modo completo a una sfida crea conflitto. Il mondo allo stato attuale costituisce una sfida costante per ognuno di noi e, quando non rispondiamo con tutta la pienezza, la profondità e la bellezza della sfida stessa, allora ci sono inevitabilmente perturbamento, ansia, paura e dolore. Anche questa domanda: cosa cercate e perché, è una sfida, e se non rispondete con il vostro intero essere, ma la trattate come un mero problema intellettuale, cui si deve una risposta parziale, evidentemente non troverete mai una risposta totale. La vostra risposta alla sfida è parziale e inadeguata quando vi limitate a fare affermazioni, o a pensare in termini di conclusioni specifiche cui dovete giungere. La sfida è sempre nuova ed è in modo nuovo che dovete rispondere, non nella vostra solita maniera abituale. Se siamo in grado di porre questa domanda a noi stessi come fosse la prima volta, allora la nostra risposta sarà del tutto diversa da quella superficiale dell'intelletto. Cosa cercate e perché lo cercate? Questa ricerca non istiga forse all'irrequietezza? Se la ricerca non ci fosse, rimarreste inerti? O sarebbe forse una ricerca di tipo completamente diverso? Ma prima di addentrarci negli aspetti più complessi della nostra indagine, mi sembra importante scoprire ciò che voi e io, in quanto esseri umani individuali, stiamo cercando. È chiaro che la risposta superficiale consisterà sempre nel dire: "Sto cercando la felicità, la soddisfazione". Ma nel cercare la felicità e la soddisfazione non cessiamo mai di chiederci se esistano cose del genere. Aneliamo a esse e le inseguiamo, senza sincerarci del fatto che vi sia una qualche realtà dietro le parole. Inseguiamo la soddisfazione ma la sua sostanza cambierà di giorno in giorno e di anno in anno. Poiché ci stanchiamo delle soddisfazioni più mondane, cerchiamo la felicità nella buona condotta, nel servizio sociale, nella fratellanza e nell'amore per il prossimo. Ma, prima o poi, anche questo movimento verso la soddisfazione da ottenere grazie alla buona condotta giunge al termine, e prendiamo allora una direzione diversa. Cerchiamo di trovare la felicità

attraverso l'inseguimento di traguardi intellettuali, la ragione e la logica, o diventando emotivi, sentimentali e romantici. Conferiamo alla parola 'felicità' connotazioni diverse a seconda del momento. La identifichiamo con ciò che chiamiamo pace, Dio e Verità, e la pensiamo come una dimensione paradisiaca in cui raggiungeremo la massima soddisfazione e non saremo mai disturbati. Questo è ciò che la maggior parte di noi vuole, non è vero? Ecco perché leggete la Gita, la Bibbia, il Corano e gli altri testi religiosi: nella speranza di calmare la mente agitata. E probabilmente è questo il motivo per il quale siete qui. La ricerca implica un oggetto e il fatto che si abbia in mente un fine, non è vero? Non si può ricercare quel che è sconosciuto. Potete cercare solo qualcosa che avete conosciuto e perduto, o di cui avete sentito parlare e che volete ottenere. Non potete cercare ciò che non conoscete. In un certo senso, sapete già cos'è la felicità, ne avete assaporato la fragranza, e il passato ve ne ha fornito la sensazione, il piacere e la bellezza; conoscete dunque già le sue qualità e la sua natura ed è quel ricordo che proiettate. Ciò che avete conosciuto non è però 'ciò che è': la vostra proiezione non è quello che volete veramente. Quello che avete assaporato non è sufficiente e voi volete di più, di più e ancora di più. Per questo la vostra vita diviene una lotta incessante. Spero che stiate ascoltando quello che viene detto non come si fa in una conferenza, ma come se steste guardando un film in cui voi stessi annaspate, lottate, cercate e anelate. Siete sofferenti, ansiosi, spaventati, tremendamente sballottati fra speranza e disperazione, fra estreme contraddizioni, e la vostra azione nasce da questo stato di tensione. Questo è tutto ciò che sapete. Cercate la soddisfazione nelle cose esteriori: nella casa, nella famiglia, nell'ufficio, nel diventare un uomo ricco, l'ispettore capo, un famoso giudice o il primo ministro; sapete come si fa a salire la scala del successo. La salite fino alla vecchiaia e alla fine cercate Dio. Accumulate denaro, onori e prestigio e, raggiunta una certa età, vi rivolgete al povero vecchio Dio. Signori, Dio non vuole uomini del genere. Dio vuole un essere umano completo che non sia uno schiavo. Non vuole un essere umano inaridito, ma qualcuno che sia attivo, che conosca l'amore e abbia un profondo senso della gioia. Sfortunatamente, la nostra ricerca della felicità e della soddisfazione è connotata da una lotta incessante. Esteriormente facciamo tutto il possibile per assicurarci quella felicità, ma le cose esteriori sono effimere. La casa, la proprietà, la relazione con moglie e figli: tutto può essere spazzato via, e c'è sempre la morte che attende dietro l'angolo. Ci rivolgiamo quindi alle cose interiori, pratichiamo varie forme di disciplina, nello sforzo di controllare la mente e le emozioni, e ci conformiamo al modello della buona condotta, sperando di arrivare un giorno a uno stato di felicità inattaccabile. Ora, vedo questo processo all'opera e mi chiedo: "Ma perché cerchiamo?". So che lo facciamo. Aderiamo ad associazioni che promettono una ricompensa spirituale, seguiamo guru che ci esortano a lottare, a sacrificarci, a disciplinarci e così via; cerchiamo quindi incessantemente. Perché c'è questa ricerca? Cosa ci stimola e ci costringe a compiere una ricerca sia esteriormente sia interiormente? Ed esiste qualche differenza fondamentale fra l'atto esteriore e quello interiore della ricerca, o si tratta di un unico movimento? Non so se mi spiego in modo chiaro. Abbiamo diviso la nostra esistenza in ciò che chiamiamo vita esteriore e vita interiore. Le nostre attività quotidiane e i nostri obiettivi costituiscono la vita esteriore e, quando non otteniamo felicità, piacere e soddisfazione in quel campo, ci

volgiamo per reazione all'interiorità. Anch'essa però ha le sue frustrazioni e la sua disperazione. Cos'è allora che ci spinge alla ricerca? Per favore, ponetevi questa domanda e svisceratela insieme a me. Di sicuro, un uomo felice e gioioso non va alla ricerca di Dio e non cerca di raggiungere la virtù; la sua esistenza stessa è splendida e radiosa. Cosa dunque ci spinge alla ricerca e fa sì che compiamo uno sforzo così enorme? Se riusciamo a comprenderlo, forse saremo in grado di andare oltre questa ricerca senza fine. Conoscete la causa della vostra ricerca? Vi prego di non dare una risposta superficiale, perché allora vi rendereste solo ciechi di fronte alla realtà. Di sicuro, se andate a fondo dentro di voi, vi accorgerete che cercate perché c'è in ognuno di noi un senso di isolamento, di solitudine e di mancanza; c'è un vuoto interno che nulla può riempire. Potete fare ciò che volete: svolgere un buon lavoro, meditare e identificarvi con la famiglia, il gruppo, la razza o la nazione, ma saranno ancora lì quel senso di mancanza, quel vuoto che nulla può colmare, quella solitudine che nulla può eliminare. È questa la causa della nostra ricerca incessante, non è così? Non ha importanza se usate nomi diversi: in profondità, dentro ognuno, c'è questo senso di vuoto, di solitudine e di estremo isolamento. Se la mente riesce ad addentrarsi in questo vuoto e a comprenderlo, forse allora sarà in grado di trovarvi una soluzione. In qualche occasione, forse camminando o sedendo da soli in una stanza, dovete aver fatto esperienza di questo senso di solitudine, della sensazione insolita di essere tagliati fuori da tutto: dalla famiglia, dagli amici, dalle idee e dalle speranze; allora avrete provato la sensazione di non avere più alcuna relazione con le cose e le persone. Senza aver penetrato tutto questo, senza averlo veramente vissuto e compreso, la mente non può risolvere questa sensazione. Penso che ci sia differenza tra il sapere qualcosa e il farne esperienza. Probabilmente sapete del senso di solitudine per averne sentito parlare o per averne letto, ma il sapere è completamente diverso dallo stato in cui si fa esperienza. Forse avete letto molto, avete accumulato molte esperienze e sapete dunque molte cose, ma questa conoscenza non è la vita. Se siete artisti, pittori per esempio, ogni linea e ogni ombra significano qualcosa. Siete sempre in osservazione: controllate il movimento e la profondità delle ombre, la piacevolezza di una curva, l'espressione di un volto, il ramo di un albero e i colori dell'insieme; siete vivi nei confronti di ogni cosa. La conoscenza non può offrirvi questa percezione, questa capacità di sentire e fare esperienza di quel che vedete. Fare esperienza è una cosa diversa dalla semplice esperienza. L'esperienza, la conoscenza, è una cosa del passato che procede sotto forma di ricordo, ma fare esperienza è una percezione viva dell'istante attuale, è una vitale consapevolezza della bellezza, della tranquillità e della straordinaria profondità del momento presente. Allo stesso modo bisogna essere consapevoli della solitudine; si deve sentirla, fare un'autentica esperienza di questo senso di totale isolamento. Se si è capaci di fare esperienza di questo sentimento, ci si renderà conto di quanto sia difficile conviverci. Non so se abbiate mai vissuto insieme al tramonto. Dovete sapere, signori, che c'è un amore radioso che non può essere coltivato. L'amore non è il risultato di una buona condotta; non lo otterrete attraverso la gentilezza e la generosità. L'amore può essere sia generale sia particolare. Una mente che ama è virtuosa, non cerca la virtù. Non può sbagliarsi, perché conosce il giusto e l'errato. È la mente priva di amore che cerca la virtù, vuole Dio, aderisce a un

credo religioso e distrugge perciò se stessa. L'amore, quella qualità, quel sentimento, quel senso di compassione privo di oggetto che è la vera essenza della vita, non è qualcosa che possa essere afferrato con la mente. Come ho detto l'altro giorno, quando è l'intelletto a guidare quel sentimento puro, si afferma la mediocrità. L'intelletto della maggior parte di noi è talmente sviluppato da corrompere sempre il sentimento puro; per questo i nostri sentimenti esprimono mediocrità, anche se siamo in grado di ragionare in maniera eccellente. Ora, questo senso di solitudine è un sentimento puro, non corrotto dalla mente. È la mente che è timorosa e spaventata e perciò dice: "Devo fuggire via da esso". Ma se si è semplicemente consapevoli di questa solitudine, se ci si convive, allora essa avrà la qualità del sentimento puro. Non so se mi spiego chiaramente. Avete mai osservato davvero un fiore? Non è facile. Pensate magari di averlo osservato e amato, ma ciò che in realtà avete fatto è questo: lo avete visto, gli avete attribuito un nome, lo avete annusato e poi ve ne siete andati. Il semplice atto di nominare e annusare il fiore determina in voi una certa reazione della memoria, e perciò non guardate mai il fiore veramente. Provate a volte a guardare un fiore, un tramonto, un uccello o quel che volete senza alcuna interferenza da parte della mente, e vedrete quanto sia difficile; ma solo allora vi sarà possibile avere la completa percezione di ogni cosa. Questa solitudine, questa sensazione pura che è un senso di totale isolamento, può essere osservata come osservate il fiore: con completa attenzione, che non vuol dire darle un nome o cercare di fuggire da essa. Scoprirete allora che esiste solo uno stato di negazione, se siete giunti così lontano nella vostra indagine. Vi prego di non tradurre queste cose in sanscrito o in altre lingue, né di compararle con qualcosa che avete letto. Quello che vi sto dicendo non è ciò che avete letto. Ciò che è stato descritto non è 'ciò che è'. Sto dicendo che se la mente è capace di fare esperienza di questo senso di solitudine non in modo verbale, ma convivendoci veramente, sorgerà una consapevolezza di completa negazione, dove per negazione non intendo qualcosa di opposto. La maggior parte di noi conosce solo gli opposti: positivo e negativo, 'amo' e 'non amo', 'voglio' e 'non voglio'. Questo è tutto quel che conosciamo. Ma lo stato di cui vi sto parlando è dotato di un'altra natura, perché non ha alcun opposto. Si tratta di uno stato di completa negazione. Non so se abbiate mai riflettuto sulla qualità o la natura della creazione. La creatività, nel senso di avere un talento, di essere dotati, è completamente diversa dallo stato della creazione. Non so se vi sia mai capitato, camminando da soli o sedendo in una stanza, di avere una sensazione di estasi straordinaria. Dopo aver avuto questa sensazione la volete tradurre e dunque scrivete una poesia o dipingete un quadro. Se quella poesia o quel quadro vanno di moda, la società vi lusinga, vi paga, vi attribuisce un profitto e voi vi lasciate trascinare da tutto questo. Di lì a poco cercate di provare di nuovo quell'incredibile estasi, che in precedenza era giunta senza invito. Fino a quando la cercate non verrà mai, ma voi seguitate a cercarla in vari modi: con l'autodisciplina, la pratica di un metodo, la meditazione, il bere, le donne; vi sforzate in ogni modo di riottenere quell'intensissima sensazione di gioia radiosa di cui è fatta l'intera creazione. Ma non potrete mai riaverla indietro perché essa giunge in modo oscuro, senza invito. Ogni creazione ha origine pertanto dallo stato di negazione. Scrivere spontaneamente una poesia, sorridere senza calcolo, essere gentili senza motivo o benevoli senza timore e senza causa, tutto ciò è il

risultato di questo straordinario stato di negazione completa in cui consiste la creazione. Non potete però giungervi se non comprendete l'intero processo della ricerca, in modo che ogni ricerca cessi completamente. La comprensione e la cessazione della ricerca non hanno luogo alla fine, ma all'inizio. L'uomo che dice: "Alla fine comprenderò il processo della ricerca e allora non cercherò più" è dissennato e stupido, perché la fine si trova all'inizio, che è privo di tempo. Se cominciate a indagare in voi stessi e percepite la ragione e l'oggetto della vostra ricerca, potrete afferrare istantaneamente l'intero significato di tutto ciò; e scoprirete allora che, senza alcuno scopo e causa, avviene una rivoluzione fondamentale, una completa trasformazione della mente. Solo allora la Verità scaturisce. La Verità non giunge a una mente oppressa dall'esperienza, piena di conoscenza, che ha inseguito la virtù e soffocato se stessa con la disciplina e il controllo. La Verità giunge alla mente davvero innocente e priva di paura. E la mente senza paura è solo quella che ha compreso del tutto la sua ricerca, che si è spinta all'estrema profondità di questo stato di negazione. Verrà allora quella cosa straordinaria che tutti noi vogliamo. Essa è però sfuggente e non giungerà se allungate la mano per catturarla. Non potete catturare l'incommensurabile. Le vostre mani, la vostra mente e il vostro intero essere devono trovarsi in una calma assoluta per riceverla. Non potete cercarla, perché non sapete cosa sia. L'incommensurabile verrà quando la mente comprenderà questo intero processo di ricerca, non alla fine, ma all'inizio; e in tale processo consiste il movimento continuo della conoscenza di sé.

Secondo discorso a Madras 13 dicembre 1959

Se potessimo fare un viaggio o un pellegrinaggio insieme senza alcuno scopo o intento, senza cercare nulla, forse al ritorno scopriremmo che i nostri cuori sono cambiati inconsapevolmente. Penso che valga la pena di provare. Qualsiasi intento, scopo, motivo o obiettivo implica uno sforzo, un tentativo conscio o inconscio di arrivare, di ottenere. Vorrei provare a fare con voi un viaggio in cui non esista nessuno di questi elementi. Se riusciamo a compiere un simile viaggio e siamo abbastanza attenti da osservare quello che c'è lungo la strada forse, tornando come fanno tutti i pellegrini, scopriremo che il nostro cuore è cambiato; e penso che sarebbe molto più significativo che inondare la mente di idee, perché le idee, in sostanza, non cambiano affatto gli esseri umani. Le credenze, le idee e le influenze possono far sì che la mente si adegui in modo superficiale a un sistema. Se però riusciamo a fare un viaggio insieme senza alcuno scopo, e osservare semplicemente, mentre procediamo, la straordinaria vastità, profondità e bellezza della vita, può sorgere allora, grazie a questa osservazione, un amore che non sia semplicemente sociale e ambientale, in cui non ci sia chi dà e chi riceve, ma che sia uno stato dell'essere libero da ogni richiesta. Così, facendo questo viaggio insieme, forse ci risveglieremo a qualcosa di più significativo rispetto a quanto contraddistingue le nostre vite quotidiane: noia, frustrazione, vuoto e disperazione. La maggior parte degli esseri umani, vivendo di giorno in giorno, scivola gradualmente nella disperazione, si fa intrappolare da gioie, divertimenti e speranze superficiali o è deviata da razionalizzazioni, odio o attrattive sociali. Se siamo in grado di determinare una radicale trasformazione interiore, in modo da avere una vita piena e ricca, con sentimenti profondi non corrotti

dai borbottii dell'intelletto, penso che saremo capaci di agire in maniera completamente diversa in tutte le nostre relazioni. Quello che sto proponendo di fare assieme non è un viaggio sulla luna o tra le stelle. Le stelle sono molto meno lontane della nostra interiorità. La scoperta di noi stessi è senza fine e richiede un'indagine costante, una percezione totale, una consapevolezza senza compromessi. Questo viaggio consiste in realtà nell'aprire la porta all'individuo nel suo rapporto con il mondo. Poiché siamo in conflitto con noi stessi, siamo in conflitto con il mondo. I nostri problemi, quando si estendono, divengono quelli del mondo. Fino a quando saremo in conflitto con noi stessi, anche la vita nel mondo sarà un incessante campo di battaglia, una guerra sempre più distruttiva. La comprensione di noi stessi, pertanto, non ha per fine la salvezza individuale; non è il mezzo grazie al quale raggiungere un paradiso privato, una torre d'avorio in cui ritirarci con le nostre illusioni, le nostre credenze e i nostri déi. Al contrario, se siamo in condizione di comprendere noi stessi saremo in pace, e sapremo allora come vivere in modo retto in un mondo che, allo stato attuale è corrotto, distruttivo e brutale. In fin dei conti, cos'è la mondanità? La mondanità, sicuramente, consiste nell'essere soddisfatti, e non solo grazie a cose esteriori come proprietà, ricchezza, posizione e potere, ma anche grazie a cose interiori. La soddisfazione della maggior parte di noi si situa a un livello molto superficiale. Ricaviamo soddisfazione dal fatto di possedere un'auto, una casa, un giardino o un titolo. Il possesso ci dà uno straordinario senso di gratificazione. E, quando ci siamo saziati con il possesso delle cose, cerchiamo soddisfazione a un livello più profondo: cerchiamo ciò che chiamiamo Verità, Dio, salvezza. Siamo però mossi dalla stessa costrizione: la richiesta di essere soddisfatti. Proprio come cercate soddisfazione nel sesso, nella posizione sociale e nel possesso delle cose, allo stesso modo volete essere soddisfatti anche in modo 'spirituale'. Per favore, non liberatevene dicendo: "È tutto?". Provate invece a osservare, mentre mi ascoltate, il vostro desiderio di soddisfazione. Permettete a voi stessi, se ci riuscite, di vedere in che modo siete soddisfatti. La persona intellettuale è soddisfatta delle sue idee intelligenti, che fanno sì che si senta superiore e ricca di conoscenza; e quando questa sensazione cessa di darle soddisfazione, quando ha analizzato tutto e ridotto intellettualmente a brandelli ogni nozione, teoria e credenza, cerca allora una soddisfazione maggiore, più profonda. Si converte e comincia a credere: diviene molto 'religiosa', e la sua soddisfazione prende la coloritura di qualche organizzazione religiosa. Così, insoddisfatti delle cose esteriori, ci rivolgiamo per essere gratificati alle cosiddette cose spirituali. La parola 'spirituale' è diventata un brutto termine: sa di ostentazione di santità. Capite cosa intendo? I santi con le loro virtù forzate, le lotte, la disciplina, le rinunce e il disprezzo di sé si muovono ancora nel campo della soddisfazione. Ci sottoponiamo alla disciplina proprio perché vogliamo essere soddisfatti; cerchiamo qualcosa che ci dia una soddisfazione estrema, una gratificazione che rimuova ogni dubbio. Questo è ciò che la maggior parte di noi vuole. Pensiamo di essere spirituali, religiosi, e chiamiamo questo desiderio di gratificazione 'ricerca della verità'. Frequentiamo il tempio o la chiesa, ci rechiamo alle conferenze e ascoltiamo gli oratori, leggiamo la Gita, le Upanishad o la Bibbia, tutto allo scopo di ottenere quello strano senso di soddisfazione in cui non ci siano più né dubbi né domande. La nostra esigenza di essere soddisfatti ci spinge verso ciò che

chiamiamo meditare e coltivare la virtù. Come la virtù possa essere 'coltivata', proprio non lo so! Quel che è certo è che l'umiltà non può mai essere coltivata e non è possibile instaurare la pace attraverso il controllo. Queste cose ci sono o non ci sono. La persona che coltiva l'umiltà è piena di vanità: spera di trovare una soddisfazione duratura nell'essere umile. Allo stesso modo, attraverso la meditazione cerchiamo l'assoluto, l'incommensurabile, l'ignoto. La meditazione invece è parte dell'esistenza quotidiana: è qualcosa che dovete fare quando respirate, pensate, vivete e provate sentimenti delicati o brutali. Questa è l'autentica meditazione, ed è completamente diversa dalla meditazione sistematizzata che alcuni di voi praticano così assiduamente. Mi piacerebbe, se posso, approfondire il tema della meditazione. Vi prego però di non farvi ipnotizzare dalle mie parole. Non diventate meditativi tutto a un tratto, e non mettetevi in testa di scoprire l'obiettivo della vera meditazione. La meditazione di cui parlo non ha alcuno scopo, alcun fine. L'amore non ha uno scopo e non ha a che fare col successo: non vi ricompensa né vi punisce. L'amore è una condizione dell'esistenza, una sensazione radiosa, e vi si trova ogni virtù. Nell'amore, qualsiasi cosa facciate, non vi sono peccato, colpa o contraddizione; e, senza amore, saremmo sempre in guerra con noi stessi e di conseguenza con gli altri e con il mondo. Solo l'amore è capace di trasformare del tutto la mente. Tuttavia, la meditazione con cui la maggior parte di noi ha familiarità e che alcuni di noi praticano è completamente diversa. Prendiamola quindi in esame, non per giustificare o condannare ciò che fate, ma per vederne la validità, la verità o la falsità. Stiamo facendo un viaggio insieme, e durante un viaggio ci si porta ciò che è assolutamente essenziale. Il viaggio di cui parlo è molto rapido: non prevede pause, fermate né un soggiorno durevole; è un movimento senza fine, e una mente sovraccarica non è libera di viaggiare. La meditazione che la maggior parte di noi pratica è un processo di concentrazione basato sull'esclusione, sulla costruzione di mura divisorie. Controllate la mente perché volete pensare a una determinata cosa e cercate di escludere ogni altro pensiero. Ci sono vari sistemi di meditazione che vi aiutano a controllare la mente e a escludere i pensieri indesiderati. La vita è stata divisa in conoscenza, devozione e azione. Voi dite: "Sono di questo o quel temperamento", e meditate a seconda del vostro. Abbiamo classificato noi stessi a seconda del temperamento allo stesso modo in cui abbiamo diviso la terra in nazioni, razze e gruppi religiosi, e ogni temperamento ha il suo sentiero, il suo sistema di meditazione. Se però andate veramente a fondo, scoprirete che viene praticata in ogni caso qualche forma di controllo, e il controllo implica repressione. Vi prego di osservare voi stessi mentre mi addentro in questo problema e di non limitarvi a seguire verbalmente quello che dico, perché non è affatto importante. La cosa più importante è che scopriate voi stessi. Come ho detto all'inizio, stiamo facendo insieme un viaggio dentro di noi. Io sto solo indicando certi punti e, se è solo questo che vi interessa, la vostra mente rimarrà vuota, superficiale e meschina. Una mente meschina non può intraprendere il viaggio dentro se stessa. Ma se, attraverso queste parole, diventate consapevoli dei vostri pensieri e del vostro stato, allora non ci sarà più alcun guru. Dietro tutti questi sistemi di meditazione che sviluppano la virtù, promettono un risultato e propongono una meta finale, c'è il fattore del controllo e della disciplina, non è così? La mente viene disciplinata a non allontanarsi dal ristretto e

rispettabile sentiero tracciato dal sistema o dalla società. Ora, cosa implica il controllo? Vi prego di osservarvi, perché siamo tutti qui a indagare insieme questo problema. Ci avviciniamo a qualcosa che io vedo e voi no, vi prego quindi di seguirmi senza farvi ipnotizzare dalle mie parole, dal mio volto e dalla mia persona. Lasciate perdere tutto ciò perché si tratta di cose davvero puerili, e osservate invece voi stessi. Cosa comporta il controllo? Di sicuro comporta una battaglia tra ciò su cui volete concentrarvi e i pensieri che vagano. La concentrazione è dunque una forma di esclusione che qualsiasi scolaro e ogni burocrate di ufficio conosce. Il burocrate è obbligato a concentrarsi perché deve firmare un mucchio di carte, deve organizzarsi e agire; per quanto poi riguarda lo scolaro, c'è sempre la minaccia dell'insegnante. La concentrazione non implica forse la repressione? Reprimo in me stesso ciò che non mi piace, senza mai guardarlo e senza mai scavarvi dentro in profondità. Ho già espresso una condanna, e una mente che condanna non può penetrare e comprendere ciò che ha condannato. Un'altra forma di concentrazione si ha quando vi abbandonate a qualcosa. La mente viene assorbita da un'immagine come un bimbo è assorbito da un giocattolo. Quelli fra voi che hanno figli, devono aver osservato quanto un giocattolo possa assorbirli completamente. Quando gioca con un nuovo giocattolo, un bambino è straordinariamente concentrato. Nulla interferisce con quella concentrazione, perché egli si sta divertendo. Il giocattolo è così incantevole e divertente che, per il momento, è l'unica cosa che conti, e il bambino non vuole essere disturbato. La sua mente si è del tutto abbandonata al giocattolo. Questo è ciò che chiamate devozione: l'abbandonarvi al simbolo, all'idea, all'immagine che avete definito come Dio. L'immagine vi assorbe, come il bambino viene assorbito da un giocattolo. Questo è ciò che vuole la maggior parte delle persone: perdersi in una cosa creata dalla mente o dalla mano dell'uomo. La concentrazione vi propone, per mezzo di un sistema di meditazione, ciò che voi volete: il raggiungimento di una pace definitiva, di una realtà definitiva e di una soddisfazione definitiva. Uno sforzo di tale portata implica l'idea della crescita e dell'evoluzione attraverso il tempo: arriverete cioè alla meta, se non in questa vita, nella prossima o cento vite più tardi. Il controllo e la disciplina implicano invariabilmente lo sforzo di essere e divenire, uno sforzo che pone dei limiti al pensiero e alla mente mettendoci in una situazione molto soddisfacente. Porre un limite al pensiero e alla coscienza è molto gratificante, perché allora potete constatare quanto siete progrediti nei vostri sforzi di diventare ciò che volete essere. Nel compiere uno sforzo, spingete sempre più lontano i limiti della mente, ma essa rimarrà ancora entro i confini del pensiero. Potete raggiungere uno stato che chiamate Ishvara, Dio, Varamatman e così via, ma esso si troverà ancora nel campo della mente, che è condizionata dalla vostra cultura, dalla vostra società, dalla vostra brama e via dicendo. Quindi la meditazione, per come voi la praticate, è un processo di controllo, repressione, esclusione e disciplina; tutte cose che implicano uno sforzo: lo sforzo di espandere i confini della coscienza dal punto di vista dell'io, del sé. Viene però coinvolto anche un altro fattore: l'intero processo del riconoscimento. Spero che stiate facendo questo viaggio insieme a me. Non dite: "È troppo difficile, non capisco di cosa tu stia parlando", perché significherebbe che non vi state osservando. Non sto parlando di un semplice concetto intellettuale, ma di qualcosa di vivo, in cui pulsa la vita. Come stavo dicendo, il

riconoscimento è una parte essenziale di ciò che chiamate meditazione. Tutto quello che sapete della vita non è altro che una serie di riconoscimenti. La relazione non è forse un processo di riconoscimento? Conoscete vostra moglie, vostro marito o i vostri figli nel senso che li riconoscete, proprio come riconoscete la vostra virtù, la vostra umiltà. Il riconoscimento si rivela una cosa straordinaria, se lo osservate. Il pensiero e la relazione sono interamente processi di riconoscimento. La conoscenza si basa sul riconoscimento. Che succede allora? Che volete riconoscere l'ignoto attraverso la meditazione. Ed è possibile? Capite di cosa sto parlando? Forse non mi sto spiegando in modo chiaro. Riconoscete vostra moglie, i vostri figli, la vostra proprietà; riconoscete di essere un avvocato, un uomo d'affari, un professore, un ingegnere; avete una designazione, un nome, un titolo. Conoscete e riconoscete le cose con una mente che è il risultato del tempo e dello sforzo, una mente che ha coltivato le virtù, che ha sempre cercato di essere o diventare qualcosa; tutto questo è un processo di riconoscimento. La conoscenza è il risultato dell'esperienza, che può essere ricordata e riconosciuta in un'enciclopedia o dentro di sé. Prendete in considerazione la parola 'riconoscere'. Qual è il suo significato? Volete scoprire cosa siano Dio e la Verità, e questo significa che volete riconoscere l'ignoto. Ma, se siete in grado di riconoscere qualcosa, vuol dire che questo qualcosa è già conosciuto. Quando praticate la meditazione e avete delle visioni di una vostra particolare divinità, date enfasi al riconoscimento. Queste visioni sono le proiezioni del vostro retroterra culturale e della vostra mente condizionata. Il cristiano vedrà immancabilmente Gesù o Maria, mentre l'indù vedrà Sri Krishna o il dio dalle dodici braccia, perché la mente condizionata proietta queste immagini e poi le riconosce. Questo riconoscimento vi dà un'enorme soddisfazione e vi porta a dire: "Ho trovato, ho realizzato, so!". Molti sistemi vi propongono questo genere di cose, e io dico che nessuno di essi è meditazione. Si tratta di autoipnosi senza alcuna profondità. Potete praticare un sistema per diecimila anni, e sareste ancora nel dominio del tempo, entro le frontiere della vostra conoscenza e del vostro condizionamento. Non importa quanto lontano estendiate i confini entro i quali siete in grado di riconoscere le vostre proiezioni: non si tratta di meditazione, anche se magari le date questo nome. Vi limitate semplicemente a enfatizzare il sé, l'io, che non è altro che un fascio di ricordi associati; perpetuate, attraverso la cosiddetta meditazione, il conflitto fra chi pensa e il pensiero, tra osservatore e osservato, in cui l'osservatore nega, controlla e modella sempre l'osservato. Qualunque scolaro può giocare a questo gioco che, dico io, non ha nulla a che fare con la meditazione, sebbene i vecchi sostengano che dovete 'meditare' così. Gli yogin, gli swami, i sannyasi, le persone che rinunciano al mondo e vanno a sedersi in una grotta, sono tutti invischiati nell'inseguimento delle loro visioni, per quanto nobili; si concedono cioè alla brama, a un processo di autogratificazione. Cos'è allora la meditazione? Di sicuro, si è in uno stato di meditazione solo quando non è presente colui che pensa, quando cioè non si concede spazio al pensiero, alla memoria, che è il centro dell'io, del sé. Questo centro traccia i confini della coscienza e, per quanto possa essere comprensivo, virtuoso e di aiuto all'umanità, non può mai essere nello stato di meditazione. Potete giungere a quello stato di consapevolezza che costituisce la meditazione solo quando non vi sono condanna, sforzo, repressione o controllo. Si tratta

di una consapevolezza in cui non c'è posto per alcuna scelta, poiché la scelta implica uno sforzo di volontà che, a sua volta, implica dominio e controllo. È una consapevolezza in cui la coscienza non ha limiti e può perciò offrire attenzione totale, che non significa concentrazione. Penso ci sia una grande differenza tra attenzione e concentrazione. Non c'è attenzione se c'è un centro a partire dal quale siete attenti. Potete concentrarvi su qualcosa a partire da un centro, ma l'attenzione implica uno stato di totalità in cui non c'è alcun osservatore diviso dall'osservato. La meditazione, per come oggi l'abbiamo approfondita, consiste in realtà nel liberare la mente dal conosciuto. Questo ovviamente non significa che dobbiamo dimenticare la strada di casa, o abbandonare la conoscenza pratica richiesta per l'esecuzione del nostro lavoro e così via. Significa liberare la mente dal condizionamento, dal retroterra culturale dell'esperienza, da dove scaturiscono tutte le proiezioni e i riconoscimenti. La mente si deve liberare dal processo di avidità, soddisfazione e riconoscimento. Non potete riconoscere o invitare l'ignoto, ciò che è reale ed eterno. Potete invitare i vostri amici, la virtù e le divinità che avete creato; potete invitarli e averli come ospiti. Ma, per quanto meditiate, facciate sacrifici e diventiate virtuosi, non potete invitare l'incommensurabile, quel qualcosa che non conoscete. La pratica della virtù non esprime amore, ma è il risultato del vostro desiderio di gratificazione. La meditazione pertanto consiste nel liberare la mente dal conosciuto. Non dovete giungere a questa libertà domani, ma subito, ora, perché attraverso il tempo non potete giungere all'eterno, che non è un dualismo. L'eterno sussurra in ogni angolo; giace sotto ogni foglia. Esso non si schiude ai sannyasi, agli esseri umani inariditi che si sono repressi e non hanno più alcuna passione, ma si schiude a coloro la cui mente si trova nello stato di meditazione momento per momento. Solo una mente simile può ricevere ciò che è ignoto.

Primo discorso a Bombay 23 dicembre 1959

La libertà è una cosa della massima importanza, ma noi la poniamo all'interno dei confini del nostro mondo concettuale. Abbiamo idee preconcette su cosa sia la libertà o dovrebbe essere; nutriamo credenze, ideali e conclusioni al riguardo. La libertà però è qualcosa che non ammette preconcetti e che deve essere compresa. Non giunge attraverso il puro e semplice intelletto o grazie a un ragionamento logico che passa da una conclusione all'altra, ma arriva in modo oscuro e inaspettato; nasce dal suo stato intrinseco. Per realizzare la libertà occorre una mente all'erta, profonda, dotata di energia, capace di percezione immediata ed esente dal processo di gradualità, dall'idea di un fine da raggiungere poco a poco. Questa sera quindi vorrei, se posso, ragionare a voce alta insieme a voi a proposito della libertà. Prima di andare più a fondo nella questione, penso sia necessario essere consapevoli di quanto la mente è diventata schiava. Nel caso della maggior parte di noi, la mente è schiava della tradizione, dei costumi, dell'abitudine e del lavoro quotidiano che dobbiamo svolgere e al quale siamo preposti. Penso che molto pochi fra noi si rendano conto di quanto la nostra mente sia schiava; e, se non percepiamo ciò che la rende schiava e non siamo consapevoli della natura di questa schiavitù, non capiremo cos'è la libertà. Penso che la mente non possa mai essere libera, se non si è consapevoli della misura in cui è prigioniera e bloccata e non si ha piena

cognizione della sua schiavitù. Bisogna comprendere 'ciò che è' prima di percepire quello che è altro da 'ciò che è'. Osserviamo allora la mente, osserviamola nella sua totalità: sia a livello conscio sia a livello inconscio. La mente conscia è quella che si occupa degli aspetti quotidiani della vita; è la mente che apprende, sistema e acquisisce una tecnica, che sia scientifica, medica o burocratica. Nell'uomo d'affari, è la mente conscia che diventa schiava del lavoro che egli deve compiere. La maggior parte di noi per guadagnarsi da vivere è occupata dalle nove del mattino alle cinque del pomeriggio quasi ogni giorno della propria esistenza; e, quando la mente passa così tanto tempo della sua vita nell'acquisizione e nella pratica di una tecnica, che sia quella del meccanico, del chirurgo, dell'ingegnere, dell'uomo d'affari e via dicendo, ne diventa naturalmente schiava. Penso che questo risulti alquanto evidente. Come la casalinga è schiava della casa, del marito e del fatto di cucinare per i figli, così l'uomo è schiavo del lavoro; ed entrambi sono schiavi della tradizione, dei costumi, della conoscenza, delle conclusioni, delle credenze e delle vie condizionate del pensiero. Allora accettiamo questa schiavitù come inevitabile, non indaghiamo mai per scoprire se siamo in grado di funzionare senza essere schiavi. Poiché abbiamo accettato come inevitabile il fatto di guadagnarci da vivere, abbiamo anche accettato come inevitabile il fatto che la mente sia schiava e piena di paure, e in questo modo camminiamo sulla ruota dell'esistenza quotidiana. L'unica cosa inevitabile nella vita è che dobbiamo vivere in questo mondo e, certamente, dobbiamo chiederci se non sia possibile vivere in questo mondo da persone libere. Possiamo vivere in questo mondo senza essere schiavi, senza accumulare incessantemente paura e frustrazione e senza tutta l'agonia del dolore? A renderci schiavi sono i limiti della mente e del pensiero. Se facciamo attenzione, ci accorgeremo che i margini individuali di libertà stanno diventando sempre più stretti. Varie cose contribuiscono a restringerli: i politici, le religioni organizzate, i libri che leggiamo, la conoscenza e le tecniche che acquisiamo, le tradizioni in cui siamo nati, le pretese delle ambizioni e dei desideri. Non so quanto davvero siate consapevoli di tutto questo. Non stiamo parlando della schiavitù come di un'astrazione, qualcosa di cui sentir parlare stasera per poi tornare alla vecchia routine. Al contrario, penso sia molto importante comprendere questo problema a livello personale, perché è solo nella libertà che si possono trovare l'amore, la creazione e la Verità. Per quanto si dia da fare, una mente schiava non potrà mai trovare la Verità, né conoscere la bellezza e la pienezza della vita. Penso sia quindi molto importante percepire come la mente diventa schiava attraverso i suoi processi e la sua dipendenza dalla tradizione, dai costumi, dalla conoscenza e dalle credenze. Mi chiedo se voi, a livello individuale, siate consapevoli di questo problema. Vi interessa davvero solo vivere in qualche modo in questo mondo sgradevole e brutale, borbottando ogni tanto a proposito di Dio e della libertà e coltivando qualche futile virtù che vi renda altamente rispettabili agli occhi della società? O siete interessati alla dignità umana? Non ci può essere alcuna dignità umana senza libertà, e la libertà non è semplice da ottenere. Per essere liberi, bisogna comprendere se stessi: essere consapevoli dei movimenti del pensiero e del sentimento e delle vie della mente. Mi chiedo se, mentre parliamo, siate consapevoli di voi stessi. Siete consapevoli di quanto siete profondamente schiavi, nella realtà e non solo teoricamente? Oppure ve ne siete fatti una ragione

dicendo a voi stessi che un certo grado di schiavitù è inevitabile, che dovete guadagnarvi da vivere e che avete doveri e responsabilità? Non importa quello che dovreste o non dovreste fare; non è questo il problema. Ci interessa invece comprendere la mente e, se comprendiamo, non condanniamo né pretendiamo di seguire un modello. Dovete semplicemente osservare, ma l'osservazione non è possibile quando vi ponete un modello da seguire o vi accontentate di affermare che una vita da schiavi è inevitabile. Ciò che conta è osservare la mente senza esprimere giudizi: semplicemente guardarla, osservarla, essere consci che è schiava e nulla più; perché proprio questa percezione sprigiona l'energia che ne distruggerà la schiavitù. Ma non irradierete mai quest'energia se domandate soltanto: "Nell'esistenza quotidiana, come posso essere libero dalla schiavitù della routine, dalla mia paura e dalla noia?". Quel che deve contare per noi è soltanto percepire 'ciò che è', ed è la percezione di 'ciò che è' che sprigiona il fuoco creativo. Ma non sarete in grado di farlo se non vi ponete la domanda corretta, e una domanda corretta è senza risposta, perché non ne ha bisogno. Le domande erronee hanno invariabilmente delle risposte. Sono l'urgenza e la sollecitazione che la domanda corretta comporta a generare la percezione. La mente percettiva è viva, mobile, piena di energia, e solo una mente simile può capire cos'è la Verità. La maggior parte di noi, tuttavia, quando si trova faccia a faccia con un problema del genere, cerca invariabilmente una risposta, una soluzione, il 'cosa fare', e la soluzione, il 'cosa fare', è troppo semplicistica e conduce a ulteriori disgrazie e sofferenze. È la via che prendono i politici. È la via delle religioni organizzate e consiste nell'offrire una risposta, una spiegazione; una volta che l'ha trovata, la mente cosiddetta religiosa è quindi soddisfatta. Noi però non siamo né politici né schiavi delle religioni organizzate. In questo momento stiamo esaminando le vie delle nostre menti e non dobbiamo avere alcuna paura. Scoprire se stessi, cosa si pensa, cosa si è, scoprire la straordinaria profondità e i movimenti della mente, essere consapevoli di tutto questo richiede una certa dose di libertà. Anche indagare dentro se stessi richiede un'incredibile energia, perché bisogna percorrere una distanza incommensurabile. La maggior parte di noi è affascinata dall'idea di andare sulla luna o su Venere, ma la luna e Venere sono a una distanza molto più breve di quella che ci separa da noi stessi. Quindi, per scendere davvero in profondità in noi stessi, è necessario il senso della libertà ed è necessario sin dall'inizio, non alla fine. Non chiedete come arrivare a quella libertà. Nessun sistema di meditazione, nessun libro, nessuna droga e nessun trucco psicologico che potete giocare a voi stessi vi darà la libertà. La libertà nasce dalla percezione che essa è essenziale. Dal momento in cui avvertirete che la libertà è essenziale, vi troverete in uno stato di rivolta; rivolta contro questo brutto mondo, contro tutte le ortodossie, contro la tradizione e contro i capi, sia politici sia religiosi. La rivolta all'interno della struttura della mente si spegne presto, ma ce n'è una durevole che sorge quando percepite da soli che la libertà è essenziale. Sfortunatamente, la maggior parte di noi non è consapevole di se stessa. Non abbiamo mai dedicato alle vie della mente l'attenzione che abbiamo dedicato alle faccende tecniche e al nostro lavoro. Non abbiamo mai guardato veramente a noi stessi; non ci siamo mai aggirati nelle profondità di noi stessi senza calcolo, senza premeditazione, senza cercare qualcosa al di fuori di quelle profondità. Non abbiamo mai intrapreso il

viaggio in noi stessi senza uno scopo. Dal momento che si ha un motivo, uno scopo, se ne diventa schiavi; non ci si può aggirare liberamente dentro se stessi, perché si pensa sempre in termini di cambiamento e miglioramento di sé. Si è legati al palo del miglioramento di sé, che è una proiezione della propria mente ristretta e meschina. Vi prego di non considerare quello che sto dicendo sotto l'aspetto meramente verbale, ma di osservare la vostra mente, la realtà del vostro stato interiore. Fino a quando sarete schiavi, il vostro borbottio a proposito di Dio, della Verità e di tutte le cose che avete appreso dai testi sacri sarà privo di significato; servirà solo a perpetuare la vostra schiavitù. Ma, se la vostra mente comincia ad avvertire la necessità della libertà, creerà la propria energia che opererà per essere libera dalla schiavitù, senza sforzi o calcoli da parte vostra. La libertà dell'individuo, dunque, è qualcosa che ci riguarda, ma è molto difficile scoprire l'individuo, perché allo stato attuale noi non siamo individui. Siamo il prodotto del nostro ambiente e della nostra cultura; siamo il prodotto del cibo che mangiamo, del clima, dei costumi e delle tradizioni. Tutto ciò, sicuramente, non è espressione di individualità. Penso che l'individualità sorga solamente quando si è pienamente consapevoli di questa azione invadente da parte dell'ambiente e della tradizione, azione che rende schiava la mente. Fino a quando accetterò i dettami della tradizione e di una particolare cultura, fino a quando mi porterò dietro il peso dei ricordi e delle esperienze, che dopo tutto sono il risultato del mio condizionamento, non sarò un individuo ma semplicemente un prodotto. Quando vi definite indù, musulmani, parsi, buddisti, comunisti, cattolici e così via, non siete forse il prodotto della cultura e dell'ambiente? E persino quando reagite contro questo ambiente, la vostra reazione rimane nell'ambito del condizionamento. Invece di essere indù, diventate cristiani, comunisti o qualcos'altro. C'è individualità solo quando la mente percepisce il margine ristretto della sua libertà e combatte senza tregua contro l'invadenza dei politici, di quei culti organizzati chiamati religioni, contro l'invadenza del sapere, della tecnica e delle esperienze accumulate nel tempo, che sono il risultato dei propri condizionamenti e retroterra culturali. Questa percezione, questa costante consapevolezza di 'ciò che è', ha la sua volontà, se posso adoperare in questo caso la parola 'volontà' senza che la confondiate con la volontà alla quale siete abituati, che è il prodotto del desiderio. La volontà della disciplina e dello sforzo è certamente il prodotto del desiderio, e crea il conflitto tra 'ciò che è' e 'ciò che dovrebbe essere', tra ciò che volete e ciò che non volete. Tale volontà è una reazione, una resistenza, ed è destinata a creare altre reazioni e altre forme di resistenza. Non è perciò possibile avere la libertà attraverso la forma di volontà che conoscete. Io sto parlando di uno stato percettivo della mente dotato di azione, perché la percezione stessa è azione. Mi chiedo se sono stato chiaro! Vedete, signori, io constato, come dovete fare anche voi, che la mente è schiava dell'abitudine, dei costumi, della tradizione e di tutti i ricordi dai quali è gravata. Avendolo compreso, la mente avverte anche che deve essere libera, perché solo nella libertà è possibile indagare e fare scoperte. Percepire la necessità di essere liberi è dunque un'assoluta necessità. Ora, come può la mente schiava essere libera? Seguitemi, per favore. Come può la mente schiava essere libera? Ce lo domandiamo, perché vediamo che le nostre vite non sono nient'altro che una schiavitù. La vita delle persone consiste nel recarsi ogni giorno in

ufficio in preda a una noia totale, nell'essere schiave della tradizione, dei costumi, della paura, della moglie, del marito o del capo; e le persone vedono la spaventosa meschinità e la nauseante indegnità di tutto questo. Facciamoci allora questa domanda: "Come posso essere libero?". Si tratta di una domanda corretta? Se lo è, non avrà alcuna risposta, perché sarà la domanda stessa ad aprire la porta. Ma se si tratta di una domanda sbagliata, troverete, o almeno penserete di aver trovato, dei mezzi per 'risolvere' il problema. Tuttavia, qualsiasi cosa faccia, la mente schiava non sarà mai in grado di liberarsi attraverso alcun mezzo, sistema o metodo. Mentre se potete percepire in modo totale, completo e assoluto che la mente deve essere libera, allora proprio quella percezione porterà a un'azione liberatoria per la mente. Penso sia molto importante comprendere tutto questo e si tratta di una comprensione istantanea. Non comprenderete domani, non si arriva alla comprensione dopo averci pensato sopra. O comprendete ora, o non comprendete affatto. La comprensione ha luogo quando la mente non è ingombra di motivi, paure e richiesta di risposte. Mi chiedo se vi siate resi conto che non vi sono risposte alle domande sulla vita. Potete fare domande come: "Qual è lo scopo della vita?", "Cosa succede dopo la morte?", "In che modo devo meditare?", o "Il mio lavoro è noioso, che posso fare?". Potete chiedervelo, ma ciò che conta è come chiedete. Se vi fate questa domanda con lo scopo di ottenere una risposta, la risposta risulterà inevitabilmente falsa, perché sarà già stata proiettata dal desiderio e dalla mente ristretta. Pertanto lo stato della mente che pone la domanda è molto più importante della domanda stessa. Una domanda posta da una mente schiava, e la risposta che riceve, saranno sempre limitate dalla sua schiavitù. Ma una mente che abbia piena cognizione della portata della sua schiavitù avrà un approccio totalmente diverso, ed è quest'ultimo che ci interessa. Potete porre la domanda corretta solo quando vedete istantaneamente l'assoluta necessità della libertà. La mente è il risultato delle migliaia di giornate precedenti; è condizionata dalla cultura in cui viviamo, dal ricordo delle esperienze passate, essa si dedica all'acquisizione di conoscenze e tecniche. Per una mente simile, la Verità o Dio possono ovviamente non avere alcun significato. I suoi discorsi sulla Verità sono come il borbottare di uno schiavo a proposito della libertà. Ma, vedete, la maggior parte di noi preferisce essere schiava; è una condizione meno problematica, più rispettabile e confortevole. In schiavitù si rischia poco e le nostre vite sono più o meno sicure, ed è questo che vogliamo: sicurezza, certezza e uno stile di vita che non ci disturbi seriamente. La vita però bussa alla nostra porta e reca con sé il dolore. Ci sentiamo frustrati, addolorati e, dopo tutto, non vi è alcuna certezza, perché ogni cosa è in costante mutamento. Tutti i legami si spezzano, ma noi vogliamo un legame permanente. La vita dunque consiste in una determinata cosa, ma noi ne vogliamo un'altra. C'è un conflitto tra ciò che vogliamo e ciò che la vita è, e ciò che vogliamo viene rimpicciolito dalla meschinità della nostra mente e della nostra esistenza quotidiana. Le nostre battaglie, le contraddizioni e le lotte con la vita si situano a un livello molto superficiale; le nostre piccole domande meschine fondate su paure e ansie trovano inevitabilmente una risposta altrettanto superficiale. Signori, la vita, se la osservate, si rivela come qualcosa di straordinario. Non è semplicemente questo stupido litigare che facciamo tra di noi, questo dividere l'umanità in nazioni, razze e classi; non è

solo la contraddizione e la sofferenza dell'esistenza quotidiana. La vita è grande, illimitata, è quella condizione connotata dall'amore che è bellezza. La vita è dolore e anche questa incredibile sensazione di gioia. Ma le gioie e i dolori sono piccoli e, a partire da questa superficialità mentale, poniamo domande e troviamo risposte. Di sicuro, quindi, il problema è liberare la mente in modo totale, in modo che sia in uno stato di consapevolezza senza confini e frontiere. E come può la mente scoprire questo stato? Come può giungere a questa libertà? Spero che vi stiate seriamente ponendo questa domanda, perché io non la sto ponendo. Non cerco di influenzarvi; sottolineo semplicemente l'importanza di farsi questa domanda. Il fatto che la domanda sia verbalmente posta da un'altra persona non ha alcun senso, se voi non ve la ponete con insistenza e urgenza. I margini di libertà si restringono ogni giorno e lo sapete anche voi, se siete attenti osservatori. I politici, i capi, i preti, i giornali e i libri che leggete, la conoscenza che acquisite, le credenze cui aderite: tutto questo contribuisce a rendere i margini di libertà sempre più ristretti. Se siete consapevoli dello svolgersi di questo processo, se percepite veramente la meschinità dello spirito e la crescente schiavitù della mente, scoprirete allora che dalla percezione ha origine l'energia; ed è quest'energia nata dalla percezione che infrangerà la mente meschina e rispettabile, la mente timorosa che si reca al tempio. La percezione, pertanto, è la via della Verità. Percepire qualcosa è un'esperienza sorprendente. Non so se abbiate mai veramente percepito qualcosa, se abbiate mai percepito un fiore, un volto, il cielo o il mare. Naturalmente, vedete queste cose quando ci passate accanto in autobus o in macchina, ma mi chiedo se vi siate mai veramente presi la briga di guardare un fiore. E cosa succede quando guardate un fiore? Immediatamente gli date un nome, vi chiedete a quale specie appartenga, oppure dite: "Che bei colori! Lo vorrei nel mio giardino"; "Mi piacerebbe regalarlo a mia moglie o metterlo all'occhiello", e così via. In altre parole, nel momento in cui guardate un fiore, la vostra mente comincia a chiacchierarci sopra; perciò non riuscite mai a percepirlo. Percepite qualcosa solo quando la mente è silenziosa e non vi è alcun chiacchiericcio. Se siete in grado di guardare la stella della sera senza movimenti della mente, allora ne percepite davvero la straordinaria bellezza; e quando percepite la bellezza, non fate forse esperienza dell'amore? Bellezza e amore sono sicuramente la stessa cosa. Senza amore non c'è bellezza e senza bellezza non c'è amore. La bellezza è nella forma, nel parlare e nella condotta. Se non c'è amore, la condotta è qualcosa di vuoto; è semplicemente il prodotto della società, di una particolare cultura, un prodotto meccanico e privo di vita. Ma quando la mente percepisce, senza esserne minimamente alterata, è allora capace di guardare davvero in profondità dentro se stessa; e tale percezione è realmente senza tempo. Non dovete fare nulla per farla sorgere; non vi sono né disciplina né metodo grazie ai quali potete imparare a percepire. Signori, vi prego di prestare ascolto a quanto sto dicendo. Le vostre menti sono schiave di modelli, sistemi, metodi e tecniche. Sto parlando di qualcosa di completamente diverso. La percezione è istantanea e senza tempo: non vi si arriva con un approccio graduale. Essa sorge in un istante, è uno stato di attenzione priva di sforzo. La mente non compie uno sforzo e perciò non crea un confine, una frontiera, non pone limiti alla sua coscienza. La vita allora non è questo terribile processo di dolore, lotta e noia indicibile; è un movimento eterno, senza inizio e senza

fine. Ma per essere consapevoli di questo stato senza tempo, per sentirne l'incredibile profondità estatica, bisogna iniziare col comprendere la mente schiava. Senza comprendere questo non potrete comprendere altro. Vorremmo fuggire dalla nostra schiavitù ed è per questo che discorriamo di temi religiosi, leggiamo le scritture, speculiamo, ragioniamo e discutiamo; tutte cose vane e futili. Invece, quando siete davvero consapevoli di avere una mente ristretta, limitata, schiava e meschina, allora vi trovate in uno stato percettivo che vi porterà l'energia necessaria a liberare la mente dalla schiavitù. La mente allora non avrà un centro da cui partire per agire. Se avete un centro, vuol dire che c'è una circonferenza; e muoversi partendo da un centro, all'interno di una circonferenza, significa che si è schiavi. Ma quando la mente, essendo consapevole del centro, ne percepisce anche la natura, allora non c'è bisogno d'altro. Percepire la natura del centro è la cosa più grande che possiate fare; è l'azione più grande che possiate compiere. Ciò richiede però un'attenzione completa da parte vostra. Quando amate qualcosa senza alcun motivo e senza che abbiate bisogno di nulla, succede allora che quest'amore porta dei risultati, trova la sua via, che è la sua bellezza. Ciò che conta dunque è essere consapevoli che la mente, nel processo stesso di accumulazione, diventa schiava. Non domandate: "Come posso liberarmi dall'accumulazione?". Se lo fate, ponete la domanda sbagliata. È sufficiente invece che davvero percepiate da soli il fatto che la vostra mente accumula. Percepire richiede completa attenzione, e non c'è alcun problema quando dedicate a qualcosa tutta la vostra mente, tutto il vostro cuore e il vostro intero essere. È l'attenzione parziale, con le sue limitazioni, che genera nella vita i problemi e le sofferenze.