VERSO LA LIBERAZIONE INTERIORE

Il pensiero genera la paura

Mi sembra che sia sempre un bene essere seri, a maggior ragione se stiamo seduti qui per parlare di cose serie. Abbiamo bisogno di una certa attenzione, di una certa capacità di penetrazione e di una profonda indagine sugli svariati problemi che ciascuno di noi ha e su quelli che il mondo sta affrontando. Com'è noto, non solo in questo paese, ovunque nel mondo, il caos, l'estrema confusione e la miseria umana in ogni forma non accennano a diminuire, Sebbene vi sia un grande benessere, l'Occidente ha molti problemi, non solo dal punto di vista economico e sociale, ma a un livello molto più profondo. La ribellione tra i giovani continua; essi non accettano più la tradizione, l'autorità, il modello della società. E quando si giunge in questo paese, come facciamo ogni anno, si assiste al rapido declino, alla povertà, alla totale indifferenza nei confronti degli esseri umani, al sofisma politico, all'assoluta cessazione di qualsiasi profonda ricerca religiosa, alla guerra tribale fra i vari gruppi e al digiuno per questioni insignificanti. Quando la casa sta bruciando, quando c'è un simile caos, una simile miseria, passare la propria vita o anche soltanto mettersi in mostra su questioni insignificanti, denota il livello mentale di coloro che vengono ritenuti capi religiosi o politici. Anche quando tutti questi fatti vengono osservati, non solo esteriormente, da un punto di vista organizzativo, economico e sociale, ma altresì interiormente, prescindendo da ogni ripetersi di tradizioni, prescindendo dai modelli di pensiero approvati e dalle innumerevoli banalità che vengono dette, e quando interiormente si vada profondamente al di là di tutto ciò, si scoprirà che c'è un grande caos, una grande contraddizione. Non si sa che cosa fare. Si è sempre alla ricerca, senza posa; passando da un libro all'altro, da una filosofia all'altra, da un maestro all'altro. E ciò che stiamo effettivamente cercando non è la chiarezza; non è la comprensione della reale condizione della mente, ma piuttosto le vie e i mezzi per sfuggire a noi stessi. Le religioni, in forme diverse, in ogni parte del mondo, hanno offerto questa fuga e noi ci accontentiamo di tentare di scoprire un rifugio comodo, piacevole, soddisfacente. Quando si osserva tutto ciò - l'aumento della popolazione, la totale insensibilità degli esseri umani, l'assoluta indifferenza verso i sentimenti altrui, le vite altrui, la completa negligenza della struttura sociale - ci si domanda se da questo caos possa scaturire l'ordine. Non un ordine politico - la politica non può mai stabilire l'ordine, né possono farlo una struttura economica e un'ideologia differente. Ma noi abbiamo bisogno di ordine, dato che, sia esteriormente sia interiormente, c'è un estremo disordine di cui si è casualmente, vagamente, speculativamente consapevoli. Si ha la sensazione che i problemi siano immensi. L'incremento demografico è così rapido che ci si chiede: «Che cosa posso fare io come essere umano che vive in questa miseria caotica, nella violenza, nella stupidità? Che cosa posso fare?» Di certo dovete esservi posti questa domanda se siete un minimo seri. E se ci si è posti questo interrogativo molto serio: «Che cosa si può fare da soli?» la risposta costante è: «Temo di poter fare ben poco per modificare la struttura della società, per portare ordine, non soltanto all'interno ma anche

esteriormente». E di solito ci si pone la domanda: «Che cosa posso fare?» e invariabilmente la risposta è: «Ben poco». E qui ci si ferma. Ma il problema esige una risposta molto più profonda. La sfida è così grande che tutti noi dobbiamo farvi fronte totalmente, non con una risposta condizionata - non come indù, buddhisti, musulmani, parsi, cristiani; tutto ciò è morto, andato, finito; non ha più alcun significato, se non per il politico che sfrutta l'ignoranza e la superstizione. Le scritture, le cose dette dai filosofi, dalle autorità religiose, con le loro sanzioni, con le loro richieste a cui voi ubbidite, che voi accettate, hanno perduto del tutto qualsiasi significato per l'uomo che è consapevole, che è conscio dei problemi del mondo. Sapete, l'uomo ha perduto la fede in ciò che credeva. Non segue più nessuno. Sapete che cosa accade politicamente quando il pubblico lancia scarpe e pietre all'oratore? Significa che si sta liberando dalla leadership. Non vuole più che gli venga detto cosa fare. L'uomo è disperato. L'uomo è confuso. C'è moltissima afflizione. E nessuna ideologia, di sinistra o di destra, ha un qualche significato. Tutte le ideologie sono comunque insensate. Non hanno significato quando si trovano di fronte al fatto reale del «ciò che è». Perciò, possiamo ignorare non solo l'autorità della leadership, ma anche quella del sacerdote, quella del libro, quella della religione. Possiamo ignorarle tutte interamente, e dobbiamo farlo al fine di scoprire il vero. E non potete neppure ritornare al passato. Sapete, in questo paese si sente spesso parlare dell'eredità dell'India, di ciò che l'India è stata. Parlano eternamente del passato, di ciò che l'India era. E di solito la gente che parla delle culture del passato ha una scarsissima profondità di pensiero; può ripetere ciò che è stato, quanto hanno detto i libri; ed è un utile narcotico con cui incantare la gente. Quindi, possiamo ignorare tutte queste cose, spazzarle via del tutto. Dobbiamo farlo, perché abbiamo dei problemi che richiedono un'enorme attenzione, un pensiero profondo e un'indagine, non la ripetizione di ciò che qualcuno ha detto, per quanto grande egli possa essere. Così, quando abbandoniamo tutte le cose che sono state, che hanno provocato questa miseria immensa, questa brutalità e questa violenza assolute, allora affrontiamo i fatti, affrontiamo effettivamente «ciò che è», sia esteriormente sia interiormente, non «ciò che dovrebbe essere». Il «ciò che dovrebbe essere» non ha significato. Sapete, le rivoluzioni - come quella Francese, quella Russa, quella Comunista - sono state fatte in base a ideologie del «ciò che dovrebbe essere». E dopo aver ucciso milioni e milioni di persone, scoprono che la gente è stanca delle ideologie. Così, non siete più degli ideologi, dei capi. Non avete più nessuno che vi dica cosa fare. Ora affrontate il mondo per conto vostro, da soli, e dovete agire. Il vostro problema, dunque, si fa immensamente grande, spaventoso. Voi, come esseri umani, da soli, senza alcun sostegno da parte di chicchessia, dovete esaminare i problemi chiaramente, e agire senza alcuna confusione, in modo da diventare delle oasi in un deserto di idee. Sapete che cos'è un'oasi? È un luogo con qualche albero, dell'acqua e un piccolo pascolo in un vasto deserto in cui non c'è nulla, fuorché sabbia e confusione. Ecco ciò che ciascuno di noi deve essere al giorno d'oggi - un'oasi, in cui noi siamo - di modo che ciascuno di noi sia libero, limpido, non confuso, e possa agire non secondo l'inclinazione personale, o il proprio carattere, o perché costretto dalle circostanze. La sfida è, dunque, enorme e non potete risponderle sottraendovi a essa. È alla vostra porta e, quindi, dovete ponderare. Dovete guardarvi intorno. Dovete scoprire da soli che cosa

fare. Ed è ciò che faremo insieme. Chi vi parla non vi dirà cosa fare, perché per lui l'autorità non esiste. Ed è molto importante che comprendiate che qualsiasi autorità spirituale è terminata, poiché essa ha portato alla confusione, a un'infinita miseria, al conflitto. Soltanto i più sciocchi seguono. Se siamo in grado, dunque, di accantonare ogni autorità, allora possiamo cominciare a indagare, a esplorare. E, per esplorare, dobbiamo avere l'energia non solo fisica ma anche mentale, per cui il cervello funzioni attivamente, non ottenebrato dalla ripetizione. È solo quando c'è attrito che l'energia viene dissipata. Per favore, seguite questo ragionamento ancora un pò. Non accettate quanto dice chi vi parla, perché ciò non ha senso. Siamo interessati alla libertà, non a un tipo particolare di libertà, ma alla libertà totale dell'uomo. Abbiamo, dunque, bisogno di energia, non solo per realizzare una grande rivoluzione psicologica, spirituale in noi stessi, ma anche per indagare, per guardare, per agire. E fino a quando c'è un qualche genere di attrito, nel rapporto tra marito e moglie, tra uomo e uomo, tra una comunità e l'altra, tra un paese e l'altro, esteriormente o interiormente; finché c'è conflitto, qualunque sia la sua forma, per quanto sottile possa essere, c'è uno spreco di energia. E si ha il colmo dell'energia quando c'è la libertà. Indagheremo e scopriremo ora, per conto nostro, come essere liberi da questo attrito, da questo conflitto. Voi e io faremo un viaggio in esso, esplorando, indagando, domandando, senza mai seguire. Dunque, per indagare occorre la libertà. E non c'è libertà quando c'è paura. Siamo oppressi dalla paura, non solo esteriormente ma anche interiormente. C'è la paura esteriore di perdere il lavoro, di non avere cibo a sufficienza, di perdere la nostra posizione, la paura del nostro capo che si comporta in malo modo. Anche interiormente c'è moltissima paura - la paura di non essere e di non saper diventare un successo, la paura della morte, la paura della solitudine, la paura di non essere amati, la paura della noia estrema, e via dicendo. C'è così questa paura ed è essa che impedisce di indagare su tutti i problemi e liberarsene. È questa paura che impedisce un'indagine profonda all'interno di noi stessi. Il nostro primo problema, il nostro problema essenziale è, quindi, liberarci dalla paura. Sapete che cosa fa la paura? Offusca la mente. La rende ottusa. A causa della paura esiste la violenza. A causa della paura esiste quel culto di qualcosa di cui nulla sapete. Inventate, quindi, delle idee, delle immagini - immagini create dalla mano o dalla mente, e svariate filosofie. E più siete intelligenti, più avete autorità nella voce e nel gesto, e più gli ignoranti vi seguono. Quindi il vostro primo interesse è scoprire se sia possibile essere totalmente liberi dalla paura. Per favore, ponetevi questa domanda e scopritelo. Nel corso di questi quattro discorsi quello che state cercando di fare è provocare un'azione da parte di un essere umano in un mondo che è un deserto, che è nella confusione, che è fatto di violenza in modo che ciascuno di noi diventi un'oasi. E per scoprire e determinare quella chiarezza, quella precisione, di modo che la mente sia in grado di andare ben oltre ogni pensiero, prima deve esserci la libertà da qualsiasi paura. Ora, per prima cosa, c'è la paura fisica, che è una reazione animale - perché noi abbiamo ereditato molto dall'animale, gran parte della struttura del nostro cervello è eredità animale. Questa è una realtà scientifica. Non è una teoria; è una realtà. Gli animali sono violenti e violenti sono gli esseri umani. Gli animali sono ingordi; amano che li si blandisca; amano essere coccolati; amano vivere comodamente; e così fanno gli esseri umani. Gli animali sono avidi, competitivi e così

sono gli esseri umani. Gli animali vivono in gruppo; similmente, agli esseri umani piace svolgere delle attività di gruppo. Gli animali hanno una struttura sociale e così gli esseri umani. Possiamo scendere ancor più nei particolari, ma questo è sufficiente per renderci conto che c'è moltissimo in noi che appartiene ancora all'animale. Ed è possibile liberarci non solo dall'animale, ma anche trascenderlo di gran lunga e scoprire - non soltanto indagare verbalmente, ma scoprire effettivamente - se la mente possa andare al di là del condizionamento della società, della cultura in cui essa è educata? Per scoprire o per imbattersi in qualcosa che appartiene a una dimensione totalmente altra, deve esserci libertà dalla paura. Evidentemente, una reazione di autodifesa non è paura. Abbiamo bisogno di cibo, abiti, riparo - tutti noi, non solo il ricco, l'altolocato. Tutti abbiamo bisogno di queste cose e il problema non può essere risolto dai politici. I politici hanno diviso il mondo in paesi come l'India, ciascuno con il proprio governo sovrano distinto, con il proprio esercito distinto, e tutto quel velenoso nonsenso sul nazionalismo. C'è un unico problema politico ed è realizzare l'unità umana. E questa non può essere realizzata se vi attaccate alla vostra nazionalità, alle vostre insignificanti divisioni tra Sud, Nord, Telugu, Tamil, Gujaratt e tutto il resto - diventa tutto così infantile. Quando la casa sta bruciando, signori, non si parla dell'uomo che sta portando l'acqua; non si parla del colore dei capelli dell'uomo che ha appiccato il fuoco, ma si porta dell'acqua. Il nazionalismo ha diviso l'uomo, così come le religioni; e questo spirito nazionalistico e le credenze religiose lo hanno separato, mettendo uomo contro uomo. Ed è facile capire perché ciò è accaduto: perché a noi tutti piace vivere in un nostro piccolo disordine. E così si deve essere liberi dalla paura, ed è una delle cose più difficili a farsi. La maggior parte di noi non è consapevole di aver paura e non è consapevole di ciò che teme. E quando scopriamo ciò di cui abbiamo paura, non sappiamo che cosa fare. Così fuggiamo da esso. Comprendete, signori? Scappiamo da ciò che siamo, il che è paura; e ciò verso cui scappiamo accresce la paura. Sfortunatamente, abbiamo sviluppato un sistema di fughe. Così uno deve essere consapevole non solo delle paure che ha, ma anche del sistema che ha sviluppato e attraverso il quale fugge....Ora, come si origina la paura? Avete paura di qualcosa - paura della morte, paura di vostra moglie, di vostro marito, paura di perdere il lavoro, paura di tante cose. Adesso, delle paure che avete, prendetene una in particolare e siatene consci. Procederemo a esaminare come essa si origini e che cosa possiamo fare in proposito, come risolverla completamente. Stabiliremo, poi, il corretto rapporto fra voi e chi parla. Questa non è psicologia per le masse o autopsicoanalisi per le masse, ma un'indagine intorno a certi fatti che dobbiamo affrontare insieme. Come accade che si abbia paura - paura del domani, paura di perdere il lavoro, paura della morte, paura di ammalarsi, paura del dolore? La paura implica un processo del pensiero relativo al futuro o al passato. Temo il domani, ciò che potrebbe accadere. Temo la morte; è ancora lontana ma io ne ho paura. Ora, che cosa determina la paura? La paura esiste sempre in relazione a qualcosa. Altrimenti non sussisterebbe. Così si teme il domani, ciò che è stato, ciò che sarà. Che cosa ha causato la paura? Non è forse il pensiero? Penso che domani potrei perdere il mio lavoro, perciò ho paura. Potrei morire e non lo voglio; ho vissuto una vita squallida, orrenda, odiosa, brutale, insensibile, senza alcun sentimento e, tuttavia, non voglio morire e il pensiero concepisce il futuro come morte e io ne ho

paura…….State seguendo? Per favore, non approvate meramente le parole; non ascoltate soltanto certe parole, ma piuttosto ascoltate perché quello della paura è il vostro problema. È il vostro problema quotidiano, sia che dormiate sia che siate svegli. Dovete risolverlo da soli perché nessuno lo farà per voi: nessun mantra, nessuna meditazione, nessun dio, nessun sacerdote, nessun governo, nessun analista, nessuno lo risolverà per voi. Dovete, quindi, comprenderlo, trascenderlo. Perciò, per favore, ascoltate. Non con la vostra mente astuta; non dite: «Ascolterò e confronterò ciò che dice con quello che già so, o con ciò che è stato detto», perché allora non state ascoltando. Per ascoltare dovete prestare la vostra totale attenzione. E prestare un'attenzione totale significa aver interesse. Può esserci attenzione solo quando avete affetto, quando avete amore; il che significa che volete risolvere questo problema della paura. Quando lo avete risolto, diventate degli esseri umani, degli uomini liberi, in grado di creare un'oasi in un mondo in decadenza……Il pensiero, dunque, genera la paura. Penso di perdere il lavoro, o che potrei perderlo e il pensiero crea la paura. Così il pensiero si proietta sempre nel tempo, perché il pensiero è tempo. Penso alla malattia che ho avuto; il dolore non mi piace e temo che possa ripresentarsi. Ho avuto un'esperienza dolorosa; pensarci e non volerla crea la paura. La paura è strettamente legata al piacere. La maggior parte di noi è mossa dal piacere. Per noi, come per gli animali, il piacere ha un'estrema importanza ed esso fa parte del pensiero. Se penso a qualcosa che mi ha dato piacere, quel piacere si accresce. Giusto? Non avete fatto caso a tutto ciò? Avete avuto un'esperienza piacevole - di un bel tramonto o di sesso - e ci pensate. Il pensarci accresce il piacere; così come pensare a ciò che per voi è stato doloroso genera la paura. Non è vero? Quindi il pensiero crea il piacere e la paura. È inoltre responsabile della domanda e del prolungamento del piacere; ed è altresì responsabile del generarsi della paura, del suo determinarsi. Lo si vede; è un dato di fatto empirico…….Allora ci si chiede: «È possibile non pensare al piacere o al dolore? È possibile pensare solo quando si ha bisogno di pensare, ma non altrimenti?» Signori, quando siete in ufficio, quando state lavorando, il pensiero è necessario, altrimenti non potreste far nulla. Quando parlate, quando scrivete, quando ragionate, quando andate in ufficio, il pensiero è necessario. Lì deve funzionare con precisione, in modo impersonale. Lì il pensiero non deve essere guidato dall'inclinazione, da una tendenza. Lì il pensiero è necessario. Ma lo è in ogni altra sfera dell'agire?… Seguite, per favore. Per noi il pensiero è molto importante: è il solo strumento che abbiamo. Il pensiero è la risposta della memoria che è stata accumulata attraverso l'esperienza, attraverso la conoscenza, attraverso la tradizione; e la memoria è il risultato del tempo, ereditata dall'animale. E con questo bagaglio noi reagiamo. Questa reazione è il pensare. Il pensiero è essenziale a certi livelli. Ma quando si proietta psicologicamente come in termini di futuro e passato, allora crea la paura, come pure il piacere; e in questo processo la mente è resa ottusa e, di conseguenza, l'inazione è inevitabile. Signori, la paura, come si diceva, è cagionata dal pensiero - pensare di perdere il lavoro, pensare che mia moglie potrebbe scappare con qualcuno, pensare alla morte, pensare a ciò che è stato, e via dicendo. Può il pensiero smettere di pensare al passato psicologicamente, con intento autodifensivo, o al futuro? …Capite la questione? Vedete, signori, la mente, cervello incluso, può inventare e può superare la paura. Superare la paura significa

eliminarla, disciplinarla, controllarla, tradurla in qualcos'altro; ma tutto ciò implica attrito. Quando ho paura, dico a me stesso: «Devo controllarla, devo evitarla, devo superarla» e tutto ciò implica un conflitto. E questo conflitto è un dispendio di energia. Ma se comprendessi come si origina la paura, allora potrei occuparmene. Mi rendo conto di come il pensiero crei la paura; così mi domando: «È possibile che il pensiero si arresti, dal momento che altrimenti la paura continuerà?» Mi chiedo allora: «Perché penso al futuro? Perché penso al domani?» oppure: «Perché penso a ciò che ieri è stato piacere o dolore?»….Per favore, ascoltate con calma. Sappiamo che il pensiero crea la paura. Una delle funzioni del pensiero è quella di essere occupato, di pensare sempre a qualcosa: come una casalinga che pensa al cibo, ai bambini, a rigovernare - tutto ciò è la sua occupazione; toglietegliela e sarà perduta, si sentirà del tutto insoddisfatta, sola, triste. Oppure togliete Dio all'uomo che lo venera, che se ne occupa, ed egli sarà completamente perduto. Il pensiero, quindi, deve occuparsi di qualcosa; che si tratti di se stesso o di politica, oppure di come realizzare un mondo diverso, una diversa ideologia, e via dicendo. La mente dev'essere occupata. E la maggior parte di noi vuole essere occupata; altrimenti ci sentiremmo perduti, non sapremmo cosa fare, ci sentiremmo soli, dovremmo confrontarci con ciò che realmente siamo. Capite? Così, voi siete occupati; il pensiero è occupato - il che vi impedisce di guardarvi, di vedere ciò che siete realmente… Ci interessa realizzare un mondo diverso, un diverso ordine sociale. Non ci interessano le credenze religiose e i dogmi, le superstizioni e i riti, bensì ciò che è vera religione. E, per scoprirlo, non deve esserci la paura. Sappiamo che il pensiero genera la paura e che deve occuparsi di qualcosa poiché, in caso contrario, si sentirebbe perduto. Una delle ragioni per cui ci occupiamo di Dio, della riforma sociale, di questo, di quello, di qualcosa o d'altro, è perché nel profondo di noi stessi temiamo di restare soli, di essere vuoti. Sappiamo com'è il mondo: un mondo di brutalità, di brutture, di violenza, di guerre, di odi, di divisioni di classe e nazionali, e così via. Sapendo esattamente come il mondo è - non come riteniamo dovrebbe essere - il nostro interesse è imprimergli una trasformazione radicale. Per farlo, la mente umana deve subire un mutamento enorme, e la trasformazione non può aver luogo se c'è una qualche forma di paura. Ci si chiede perciò: «È possibile che il pensiero cessi, di modo che si viva in maniera completa, piena?» Vi siete mai accorti che, quando seguite completamente, quando prestate tutta la vostra attenzione a qualcosa, non c'è osservatore e, dunque, non c'è un soggetto pensante, non c'è un centro da cui osservare? Fatelo qualche volta; prestate tutta la vostra attenzione - non la «concentrazione». La concentrazione è la forma di pensiero più assurda, quella che qualsiasi scolaro può esercitare. Ciò di cui stiamo parlando è «attenzione» - ovvero, prestare attenzione. Se ora state ascoltando con tutto il vostro essere, con la vostra mente, con il vostro cervello, con i vostri nervi, con la vostra energia totale - ascoltando, non accettando, non rifiutando, non confrontando, ma ascoltando veramente, con attenzione assoluta - c'è un'entità che ascolti, che osservi?…..Scoprirete che non c'è affatto un osservatore. Ora, quando guardate un albero, fatelo con assoluta attenzione. Ci sono tanti alberi qui; guardateli. Quando ascoltate il verso dei corvi di notte, andando a dormire, fatelo in modo assoluto. Non dite «Mi piace quel verso» o «Non mi piace quel verso». Ascoltatelo con il vostro cuore, con la vostra mente, con il

vostro cervello, con i vostri nervi, completamente. Guardate anche l'albero senza l'interferenza del pensiero - il che significa nessuno spazio tra l'osservatore e l'osservato. Quando prestate una simile attenzione, totale e assoluta, non c'è affatto un osservatore. Ed è l'osservatore che genera la paura, perché l'osservatore è il centro del pensiero; è il «me», l'«io», il sé, l'ego; l'osservatore è il censore. Quando non c'è pensiero, non c'è osservatore. Questo stato non è vacuo. Richiede una grandissima capacità d'indagine - senza mai accettare niente…..Capite, avete accettato per tutta la vita; avete accettato la tradizione, la famiglia, la società quale essa è. Siete semplicemente entità che dicono di sì. Non dite mai di no a nessuna di queste cose; e quando lo fate si tratta semplicemente di una ribellione. E la ribellione crea il proprio modello, che diventa, allora, abitudine, tradizione. Ma se avete compreso l'intera struttura sociale, vedrete che essa è basata sul conflitto, sulla competizione, sulla spietata affermazione di se stessi a qualsiasi prezzo, in nome di Dio, in nome della nazione o in nome della pace, e via dicendo…..Per essere, dunque, liberi dalla paura, prestate completa attenzione. La prossima volta in cui la paura sorgerà nella vostra mente - paura di ciò che accadrà, o paura che possa ripetersi qualcosa che è accaduto - prestate tutta la vostra attenzione; non sfuggite; non cercate di cambiarla, di controllarla, di eliminarla; fondetevi con essa totalmente, completamente, con tutta l'attenzione. Vedrete allora, che, poiché non c'è un osservatore, non si ha la benché minima paura…….Un nostro tipico errore è quello di pensare che ci sia l'inconscio; una cosa profondamente radicata che cagionerà, in forme diverse, la paura. Capite? Ogni coscienza ha i suoi limiti. Per trascendere l'entità cosciente condizionata, limitata, non è bene dividerla in «conscio» e «inconscio». C'è solo la sfera conscia; e se prestate attenzione in ogni momento, completamente, allora cancellerete l'inconscio, come pure la coscienza limitata……L'attenzione non può essere coltivata. Non esiste nessun metodo, sistema, pratica per mezzo dei quali si possa diventare attenti. Perché, quando mettete in pratica un metodo per stare attenti, è evidente che state coltivando la disattenzione. Ciò che vi interessa, in questo caso, è coltivare l'attenzione con l'essere disattenti. Quando seguite un sistema, un metodo, che cosa state facendo? State coltivando meccanicamente certe abitudini, ripetendo una certa attività che non fa altro che ottundere la mente senza affinarla. Mentre, se prestate attenzione completamente, anche solo per un secondo o un minuto, allora vedrete che la totale attenzione momentanea cancella ciò di cui avete avuto paura. In quell'attenzione non c'è né l'osservatore né l'osservato. L'osservatore, allora, è l'osservato. Ma per comprenderlo, per approfondirlo, si deve indagare su tutto il problema del tempo e dello spazio…..Ma, vedete, la nostra difficoltà è che siamo così pesantemente condizionati da non guardare mai, non chiedere mai, non farci mai domande, non dubitare mai. Noi tutti seguiamo qualcuno, diciamo di sì. E la crisi attuale richiede di non seguire nessuno. A motivo della vostra confusione, non potete seguire nessuno; poiché quando siete confusi e seguite qualcuno, lo state facendo a causa della confusione, non della chiarezza. Se avete chiarezza, non seguirete mai nessuno. E quando seguite qualcuno a causa della vostra confusione, create altra confusione. Così, ciò che dovete fare è, anzitutto, fermarvi, indagare, guardare, ascoltare……..Sfortunatamente, questo paese è molto antico nella sua cosiddetta cultura. «Cultura» è una parola molto bella, ma è stata rovinata dai

politici, dalla gente che ha una scarsissima capacità di pensiero, o ben poco di originale da dire. Così, hanno usato la parola «cultura» per coprire la propria limitatezza di pensiero. Ma, per realizzare una cultura diversa - il che significa crescere, fiorire, e non rimanere in una condizione statica - e per comprendere ciò, si deve cominciare da se stessi. Perché voi siete il risultato di questa cultura, la cultura dell'India, con tutte le sue tradizioni, superstizioni, paure, la cultura in cui sono presenti religione, divisioni sociali, divisioni linguistiche. Fate parte di tutto ciò; siete ciò; non ne siete separati. Così, non appena siate consapevoli di quello che siete, e prestiate un'attenzione totale vi renderete conto di aver immediatamente rinunciato a tutto ciò. Allora sarete del tutto liberi dal passato. E solo quando sarete consapevoli del vostro condizionamento che esso sparirà spontaneamente - non per mezzo di un qualche atto di volontà, una qualche abitudine; non attraverso una qualche reazione; esso cesserà solo perché vi prestate la vostra attenzione…..Ma la maggior parte di noi trascorre la vita nella disattenzione. Raramente siamo attenti. E quando lo siamo, in genere, reagiamo in base al nostro condizionamento come indù, buddhisti, comunisti, socialisti, o quel che si voglia. E pertanto rispondiamo dal retroterra culturale in cui siamo stati educati. Una reazione del genere, dunque, crea solo ulteriore schiavitù, ulteriore condizionamento. Ma quando diventerete consapevoli del vostro condizionamento - siatelo semplicemente; prestate soltanto un pò di attenzione - allora vedrete che la vostra mente non è più divisa in conscio e inconscio, che non sta più ciarlando interminabilmente. La mente si fa, a quel punto, straordinariamente sensibile. Ed è solo una mente molto sensibile che può starsene in silenzio - non una mente abbrutita, non una mente che è stata torturata con la disciplina, il controllo, l'adattamento o il conformismo. Una mente siffatta non può mai essere quieta mediante quella ripetizione che essa definisce meditazione. La meditazione è qualcosa di totalmente diverso - un argomento che approfondiremo, forse, un'altra volta……Come si diceva, una mente spaventata, qualsiasi cosa faccia, non avrà affatto amore; e senza amore non si può costruire un mondo nuovo. Senza amore non può esserci alcuna oasi. E voi, come esseri umani, avete creato la struttura sociale in cui siete invischiati. Per staccarvi da essa - e dovete staccarvene completamente - dovete comprendere voi stessi; dovete solo osservarvi per come siete. Allora, da quella chiarezza proviene l'azione. E allora scoprirete per conto vostro un modo di vivere differente; un modo di vivere che non è ripetitivo, che non si conforma, che non imita; una vita che è veramente libera e, quindi, una vita che apre la porta a qualcosa che è al di là di ogni pensiero.

Primo discorso - Libertà, rapporto e morte

Se ci è concesso, continueremo con ciò di cui parlavamo l'altro giorno, quando ci incontrammo qui. Dicevamo che è necessaria una rivoluzione radicale, una rivoluzione che non sia soltanto economica o sociale, ma che vada a una profondità maggiore, alla radice stessa della coscienza. Dicevamo che non solo le condizioni del mondo richiedono che abbia luogo questa rivoluzione, ma anche che ovunque c'è un costante declino, non da un punto di vista tecnologico, ma in senso religioso - se posso usare questa parola con cautela e con moltissima titubanza. Poiché della parola «religione» è stato fatto un uso del tutto errato. Gli intellettuali la scartano completamente, la respingono, la evitano; gli

scienziati, gli intellettuali, perfino i filantropi non vogliono avere nulla a che fare con questa parola, con questo sentimento, o con quelle credenze organizzate che vengono chiamate religione. Ma noi parliamo di una rivoluzione che punta proprio alla natura della psiche stessa, alla struttura stessa della coscienza, formatasi nel corso dei millenni, attraverso molte, molte esperienze, molte condizioni. Approfondiremo tale questione: se sia possibile per l'essere umano che vive in questo mondo - un mondo brutale, violento, alquanto spietato - che sta diventando sempre più efficiente e, di conseguenza, sempre più spietato - portare avanti una rivoluzione, non solo esteriormente, nei suoi rapporti sociali, ma ancor più nella sua vita interiore. Mi sembra che, a meno che non avvenga una rivoluzione fondamentale nella totalità della coscienza - ovvero, in tutto il campo del pensiero - l'uomo non solo si guasterà, perpetuando in tal modo la violenza e il dolore, ma creerà altresì una società che si farà sempre più meccanica, sempre più dispensatrice di piacere, e quindi egli condurrà una vita molto, molto superficiale. A ben vedere, è ciò che sta effettivamente accadendo…..L'uomo ha sempre più tempo libero grazie all'automazione, allo sviluppo della cibernetica, ai cervelli elettronici, e via dicendo. E quel tempo libero verrà utilizzato o per l'intrattenimento - religioso, oppure ottenuto mediante varie forme di svaghi - o per fini sempre più distruttivi nel rapporto tra uomo e uomo. Oppure, avendo quel tempo libero, egli si volgerà interiormente. Ci sono soltanto queste tre possibilità. Da un punto di vista tecnologico, egli può andare sulla luna, ma ciò non risolverà il problema umano. Né potrà risolverlo il mero utilizzo di questo tempo libero per svaghi religiosi o d'altro tipo. L'andare in chiesa o al tempio, le credenze, i dogmi, la lettura dei testi sacri - tutto ciò è veramente una forma di intrattenimento. Oppure si addentrerà profondamente in se stesso ed esaminerà tutti i valori che l'uomo ha creato nel corso dei secoli, cercando di scoprire se ci sia qualcosa che va oltre il mero prodotto del cervello. Ci sono gruppi interi di persone, in tutto il mondo, che si stanno ribellando contro l'ordine stabilito assumendo vari tipi di droghe, rifiutando qualsiasi partecipazione attiva nella società, e via dicendo……Ciò di cui stiamo parlando, dunque, è se sia possibile per l'uomo che vive in questo mondo provocare una rivoluzione, una rivoluzione psicologica che creerà un ordine d'altro tipo. Abbiamo bisogno dell'ordine, perché c'è moltissimo disordine. L'intera struttura sociale, quale essa è, si basa sul disordine, sulla competizione, sulla rivalità, sul principio del cane che mangia cane, dell'uomo contro il suo simile, sulle divisioni di classe, razziali, nazionali, tribali, e così via; cosicché nella società, così com'è costruita, c'è disordine. Su ciò non c'è alcun dubbio. Varie forme di rivoluzione - quella Russa e altre - hanno cercato di portare ordine nella società e hanno invariabilmente fallito, come si è visto in Russia e in Cina. Ma noi abbiamo bisogno dell'ordine perché senza ordine non possiamo vivere. Persino gli animali necessitano di ordine. Il loro è l'ordine della proprietà e quello sessuale. E anche per noi, esseri umani, lo stesso ordine sessuale e nella proprietà esiste - e siamo disposti a rinunciare all'ordine sessuale per i diritti sulla proprietà, cercando di determinare l'ordine in questo campo….Ora, può esserci ordine solo quando c'è libertà - non come lo si interpreta. Dove non c'è libertà, c'è disordine e quindi c'è la tirannia e ci sono le ideologie imposte all'uomo per determinare l'ordine, le quali, in definitiva, provocano il disordine. Così l'ordine implica la disciplina. Ma la disciplina, come essa viene generalmente intesa,

è basata sul conformismo, sull'obbedienza, sull'accettazione; oppure viene determinata con la paura, con la punizione, con un grande potere tirannico che vi mantenga nell'ordine. Noi, invece, stiamo parlando di una disciplina che provenga dalla comprensione stessa di quel che è la libertà. La comprensione di quel che la libertà è determina la sua propria disciplina…..Dobbiamo, dunque, capire che cosa intendiamo con le due parole «libertà» e «comprensione». In genere, diciamo: «Comprendo qualcosa» - il che significa intellettualmente, verbalmente. Quando qualcosa viene affermato con chiarezza nella vostra lingua o in una lingua straniera che entrambi comprendiamo, allora dite: «Comprendo». Vale a dire che, quando dite: «Comprendo», viene usata solo una parte della totalità umana. In sostanza, comprendete le parole intellettualmente, comprendete ciò che vuole dire chi parla. Ma quando noi usiamo la parola «comprensione», non intendiamo la comprensione intellettuale di un concetto. Usiamo la parola «comprensione» totalmente - il che vuol dire che quando voi comprendete qualcosa, agite. Quando comprendete che c'è un qualche pericolo, quando vedete molto chiaramente un pericolo, c'è un'azione immediata. L'azione della comprensione è la sua propria disciplina. Così si deve afferrare molto chiaramente il significato della parola «comprensione». Quando comprendiamo, quando ci rendiamo conto, quando capiamo, quando vediamo la cosa come essa è, c'è azione. E per comprendere qualcosa, dovete adoperare non solo la vostra mente, la vostra ragione, le vostre capacità, ma anche la vostra totale attenzione; in caso contrario non c'è comprensione. Penso che sia del tutto chiaro…..Stiamo cominciando a capire che la comprensione della libertà è completamente diversa dalla ribellione. La ribellione è una reazione contro l'ordine stabilito - come la ribellione di quelli che si fanno crescere i capelli, e via dicendo. Si ribellano contro il modello imposto; ma quando lo fanno accettano il modello in cui sono invischiati. Stiamo parlando di una libertà che non è ribellione. Non significa libertà da qualcosa, ma comprensione stessa del disordine. Per favore, seguitemi con chiarezza. Proprio nella comprensione di ciò che è il disordine, ecco giungere la libertà che determina l'ordine, in cui c'è disciplina…..In altre parole, comprendere negativamente è produrre un atto positivo. L'ordine non verrà perseguendo un modello positivo. C'è disordine. Questo disordine è causato dal perseguimento da parte dell'uomo di un certo modello - un modello sociale, un modello etico, un modello religioso, un modello che è basato sulla sua inclinazione personale o sul suo desiderio, e via dicendo. Il che significa che questa società si fonda su un modo di affrontare la vita di tipo acquisitivo, sulla competitività, sull'obbedienza, sull'autorità - il che ha determinato il disordine. Ogni uomo pensa solo a se stesso. Lo fa il religioso; lo fa il politico, malgrado egli parli «per il bene della nazione»; lo fa l'uomo d'affari. Ogni uomo pensa solo a se stesso - è evidente. E in questo modo egli crea il disordine. Ci sono ideologi che dicono che l'uomo lavora per sé e, quindi, deve lavorare per la nazione, per la società in quanto comunità, e via dicendo. Dunque, l'ordine ci viene imposto - il che cagiona il disordine. Da un punto di vista storico è del tutto evidente. Così, nel comprendere il disordine - nel comprendere come ogni essere umano crei il disordine - non verbalmente, non intellettualmente, ma di fatto; nel vedere effettivamente la realtà di ciò che egli sta facendo e dunque dalla percezione, dall'osservazione di «ciò che realmente è» e nella comprensione di esso, c'è una

disciplina che determina l'ordine…..Dobbiamo così intendere, capire la parola «libertà», la parola «comprensione», e anche la parola «vedere». Vediamo davvero una cosa o la guardiamo piuttosto attraverso l'immagine che ne abbiamo? Quando guardate un albero state osservando la realtà effettiva dell'albero attraverso l'immagine che ne avete. Per favore, osservatelo voi stessi, guardate voi stessi. Come guardate l'albero? Fatelo adesso, mentre stiamo parlando. Lo guardate col pensiero. Dite: «È una palma; è questo o quell'albero». Il pensiero vi impedisce di guardare la realtà effettiva di quell'albero. Spostatevi a un livello un pò più soggettivo, più interiormente. Guardate vostra moglie o vostro marito attraverso l'immagine che ve ne siete fatti. E ovvio, dato che avete vissuto insieme per molti anni e avete coltivato un'immagine di lei o di lui. Così la guardate, o lo guardate, attraverso l'immagine che ne avete, e il rapporto è tra le due immagini che avete coltivato - non tra due esseri umani. Dunque, non si vede realmente, perché si ha un'immagine che guarda l'altra….Ed è molto importante rendersene conto, perché abbiamo a che fare con relazioni umane ovunque nel mondo. Finché queste immagini permangono, non c'è alcun rapporto; di qui la totalità del conflitto tra uomo e uomo. Il fatto che ciascuno di noi si crei un'immagine dell'altro e che quando guardiamo l'altro stiamo guardando l'immagine che ne abbiamo, o che egli ha di noi, è una realtà. Dovete vedere questa realtà. Vedere è diverso dal trasformarla in parole. Quando avete fame, lo sapete. Nessuno deve dirvi che siete affamati. Ora, se qualcuno dovesse dirvi che siete affamati e voi accettaste quell'affermazione, sarebbe ben diverso dall'essere veramente affamati. Ora, allo stesso modo, dovete rendervi veramente conto che avete un'immagine dell'altro, e che quando guardate l'altro come hindú, musulmano, comunista, e via dicendo, cessa qualsiasi rapporto umano, e voi state guardando soltanto l'opinione che vi siete fatti dell'altro…Ci chiediamo, dunque, se sia davvero possibile provocare una rivoluzione in questo processo di creazione d'immagini. Seguite, per favore, e coglietene le straordinarie implicazioni. Gli esseri umani sono condizionati dalla società, dalla cultura in cui vivono, dalla religione, dalle pressioni economiche, dal clima, dal cibo, dai libri e dai giornali che leggono. Sono condizionati; tutta la loro coscienza è condizionata. E noi scopriremo se vi sia qualcosa al di là di questo condizionamento. Ma potete scoprirlo solo quando vi rendete conto che tutto il pensare si svolge all'interno del modello della coscienza. È chiaro? Ora andrò un pò avanti a spiegare…Vedete, l'uomo ha sempre cercato qualcosa al di là di se stesso, un'alterità, e l'ha chiamata «Dio», l'ha chiamata «supercoscienza», e con ogni sorta di nomi. È partito da un centro che è la totalità della sua coscienza. Guardate, signori, metteremo la cosa diversamente. La coscienza dell'uomo è il risultato del tempo. È il risultato della cultura in cui egli vive - cultura fatta di letteratura, di musica, di religione - e tutto lo ha condizionato. Ed egli ha costruito la società di cui ora è schiavo. È chiaro? Così l'uomo è condizionato dalla società che ha costruito e quella società lo condiziona ulteriormente e l'uomo è sempre alla ricerca di una via d'uscita, sia consciamente sia inconsciamente. Consciamente medita, legge, va alle cerimonie religiose e così via, cercando di fuggire da questo condizionamento. Inconsciamente o consciamente, brancola, cerca qualcosa al di là dei limiti della coscienza….Il pensiero che è il risultato del tempo si domanda sempre se possa trascendere il suo condizionamento, e dice che non può o che può; oppure afferma che

c'è qualcosa al di là. Così il pensiero che è il risultato del tempo, il pensiero che è l'intero campo della coscienza - sia esso conscio o inconscio - non può mai scoprire il nuovo. Perché il pensiero è sempre il vecchio. Il pensiero è la memoria accumulata di molti millenni. Il pensiero è il risultato dell'eredità animale. Il pensiero è l'esperienza dello ieri come memoria. Esso, dunque, non può mai trascendere il limite della coscienza…Così, quando guardate un albero, state guardando l'immagine che il pensiero ha creato di quell'albero. Quando guardate vostra moglie o vostro marito, o il vostro capo politico, o un guru religioso, o chicchessia, state guardando l'immagine che il pensiero ha creato di quella persona. Per questo non vedete mai nulla di nuovo. E il pensiero è controllato dal piacere. Noi ci basiamo sul principio del piacere - di cui ci siamo un pò occupati l'altro giorno. Ciò che chiediamo ora è se sia davvero possibile trascendere questa coscienza limitata. E l'indagine sul pensiero è una parte della meditazione che richiede una disciplina enorme - non la disciplina del controllo, la repressione, l'imitazione, l'adesione a un metodo, e tutte queste sciocchezze…..Ora mi occuperò del processo dell'indagine. Se ne occupa chi parla; ma se voi volete intraprendere il viaggio con lui, dovete non solo fare attenzione a ciò che egli dice, ma ricercare con lui, non verbalmente, ma concretamente….Scopriremo se esista un ambito d'innocenza, un'innocenza che non sia stata minimamente toccata dal pensiero. Se io sia in grado di guardare quell'albero come se fosse la prima volta, se io sia in grado di guardare il mondo, con tutta la sua confusione, le miserie, i travagli, gli inganni, la brutalità, la disonestà, la crudeltà, la guerra, l'intera concezione del mondo, come se fosse la prima volta - questo è un argomento importante. Perché se io posso guardarlo come se fosse la prima volta, la mia azione sarà del tutto nuova. A meno che la mente non scopra quell'ambito d'innocenza, qualunque cosa faccia - quali che siano le riforme sociali, l'attività - sarà sempre contaminata dal pensiero, perché essa è il prodotto del pensiero, e il pensiero è sempre vecchio….Ci chiediamo se la coscienza, di per sé limitata, se qualsiasi movimento in quella coscienza sia un movimento del pensiero, conscio o inconscio. Quando cercate Dio, la verità, è sempre il pensiero che cerca e che si proietta, dunque, in termini di riconoscimento di ciò che sa e, pertanto, quello che state cercando è già noto e così voi non cercate affatto. È molto importante capirlo. Perciò, qualsiasi ricerca deve cessare completamente - il che significa realmente; dovete veramente vedere «ciò che è». Ossia, quando vi rendete conto di essere arrabbiati, gelosi, competitivi, avidi, egoisti, brutali, violenti, quando vedete «ciò che è» così come realmente è, non in termini di un ideale, allora rimuovete del tutto il conflitto. Una mente in qualche modo conflittuale, a qualsiasi livello, diventa ottusa; come due persone che litigano continuamente - sono ottuse, stupide, si sono rese insensibili. Ogni conflitto rende la mente ottusa. Ma quando vedete veramente «ciò che è», senza il suo opposto, allora non c'è il minimo conflitto….Vi mostrerò che cosa intendiamo dire. L'animale è violento. Anche gli esseri umani, che sono il prodotto dell'animale, sono violenti; fa parte di loro essere violenti, essere in collera, essere gelosi, essere invidiosi, ricercare il potere, la posizione, il prestigio, dominare, essere aggressivi. L'uomo è violento - è dimostrato da migliaia di guerre - e ha sviluppato un'ideologia che chiama «non-violenza». Per favore, seguite attentamente. Questo paese, l'India, ne ha parlato all'infinito; è una delle sue fantasiose assurdità ideologiche. E

quando c'è una effettiva violenza, come una guerra tra questa nazione e quella vicina, tutti sono coinvolti. A tutti piace. Ora, quando siete di fatto violenti e avete un ideale di non-violenza, entrate in conflitto. Cercate sempre di diventare non-violenti - il che fa parte del conflitto. Vi disciplinate al fine di non essere violenti - il che, di nuovo, è un conflitto, un attrito. Così, quando siete violenti e avete l'ideale della non-violenza, siete sostanzialmente violenti. Accorgersi di essere violenti è la prima cosa da fare - non cercare di diventare non-violenti. Vedere la violenza quale essa è, non cercare di tradurla, di disciplinarla, di sopraffarla, di reprimerla, ma vederla come se fosse la prima volta - significa guardarla senza alcun pensiero…Ho già spiegato che cosa intendiamo con guardare un albero con innocenza - vale a dire, guardarlo senza l'immagine. Allo stesso modo, dovete guardare la violenza senza l'immagine che è implicita nella parola stessa. Guardarla senza alcun movimento del pensiero è guardarla come se lo faceste per la prima volta e, quindi, guardarla con innocenza….Spero lo abbiate afferrato, perché è molto importante comprenderlo. Se l'uomo può rimuovere totalmente il conflitto dentro di sé, egli creerà una società del tutto differente, e quella è una rivoluzione radicale. Quindi ci chiediamo se l'uomo, questa entità condizionata, possa aprirsi un varco in tutto questo condizionamento, in modo da non essere più un indù, un musulmano, un comunista o un socialista, con opinioni e ideologie, che tutto ciò sia finito. Questo è possibile solo quando cominciate a vedere le cose come esse effettivamente sono….Dovete vedere quell'albero come albero, non come pensate esso sia. Dovete guardare vostra moglie o vostro marito com'è veramente, non attraverso l'immagine che ve ne siete fatti. Così guardate sempre il fatto, «il ciò che è», e non cercate di interpretarlo in termini di inclinazione personale, di tendenza, o di farlo spinti dalle circostanze. Siamo dominati dalle circostanze, siamo spinti dall'inclinazione e dalla tendenza e, di conseguenza, non guardiamo mai «ciò che veramente è». Guardare «ciò che veramente è» è innocenza; la mente allora ha subito un'enorme rivoluzione….Non so se state seguendo. Insegnate al bambino che è un indù; gli insegnate che lui è un nero o un bianco e l'altro un cristiano. Gli insegnate, e perciò lo controllate e lo condizionate. Ora, quello che stiamo dicendo è che per aprirsi un varco in questo condizionamento, è necessario non pensare mai in termini di indù, di musulmano, di comunista, o di cristiano, ma come essere umano che vede le cose come sono - il che significa veramente morire…Sapete, la morte, per la maggior parte di noi, è una cosa spaventosa. Tanto il giovane quanto il vecchio hanno paura della morte per svariate ragioni. Poiché siamo spaventati, inventiamo varie teorie - reincarnazione, resurrezione - e ogni genere di fuga dal dato di fatto che la morte esiste. La morte è qualcosa di ignoto. Come non conoscete realmente vostro marito o vostra moglie, bensì solo l'immagine che ne avete, così non sapete veramente nulla della morte. Lo capite? La morte è qualcosa di ignoto, qualcosa di spaventoso. L'entità che voi siete è stata condizionata ed è ricolma delle proprie inquietudini, di colpa, di miserie, di sofferenza, della propria esigua capacità creativa, del proprio talento nel fare questo o quello; è tutto questo, e ha paura di perdere ciò che conosce, perché il suo censore è l'essenza stessa del pensiero. Se non c'è pensiero, non c'è un «me», non esiste la benché minima paura. Così, il pensiero ha provocato questa paura dell'ignoto…. Due sono le cose che la morte comporta. Non c'è solo la fine fisica, ma anche quella psicologica. Così, l'uomo dice che c'è un'anima che

sopravvive, che c'è qualcosa di permanente in me, in voi, che continuerà. Ora, questo stato permanente è creato dal pensiero - per quanto il pensiero sia prodotto da un antico maestro, uno scrittore, un poeta, o da un romanziere - che voi potete definire uomo religioso, pieno di teorie; egli ha creato quest'idea dell'anima, dell'entità permanente per mezzo del pensiero. E noi perseguiamo quel pensiero e veniamo catturati da quel condizionamento. Lo stesso esempio vale per i comunisti, che non credono in nulla di permanente; è stato loro insegnato e pensano conformemente a ciò. Come a voi hanno insegnato a credere che esista qualcosa di permanente, così a loro è stato insegnato a credere che invece non ci sia nulla di tale. Siete uguali, che crediate o non crediate. Siete entrambi condizionati dalla credenza….Allora, ciò comporta un'altra questione, ovvero se il pensiero abbia una sua continuità. Il pensiero continua quando lo rafforzate. Ossia, pensando ogni giorno a voi stessi, alla vostra famiglia, alla vostra nazione, al vostro lavoro, ad andare al lavoro, a lavorare, lavorare, pensare, pensare - facendo ciò, avete creato un centro che è un fascio di memorie come pensiero. E si deve indagare se esso abbia una sua continuità. Non lo faremo adesso perché non ne abbiamo il tempo….La morte è qualcosa di ignoto. Possiamo giungervi con innocenza? Posso guardare la luna che splende tra quelle foglie e ascoltare quei corvi come se vedessi o ascoltassi per la prima volta, con completa innocenza di tutto ciò che ho finora conosciuto? Vale a dire morire a tutto ciò che ho conosciuto come ieri. Morire significa non portarsi dietro il ricordo di ieri. Dovete farlo veramente - non teorizzare interminabilmente in proposito. Lo farete quando ne vedrete l'importanza. Allora vi renderete conto che non c'è un metodo, un sistema, perché non appena vedete qualcosa di pericoloso, agite immediatamente. Allo stesso modo, vedrete che una mente che ha soltanto una continuità di ciò che è stato non può assolutamente mai creare qualcosa di nuovo. Anche nel campo della scienza, è solo quando la mente è del tutto quieta che scopre qualcosa di totalmente nuovo. Così, morire allo ieri, ai ricordi, alle ferite, ai piaceri, è farsi innocenti, e l'innocenza è di gran lunga più importante dell'immortalità. L'innocenza non può mai essere toccata dal pensiero, mentre l'immortalità ne è rivestita….Il meccanismo della creazione delle immagini trae origine dall'energia, energia il cui principio è ricercare il piacere. È ciò che facciamo. Non è così? Vogliamo tutti il piacere. In base a questo principio agiamo. La nostra moralità, i nostri rapporti sociali, la nostra ricerca del cosiddetto Dio, e così via - tutto ciò si basa sul piacere e sulla gratificazione di quel piacere. E il piacere è la continuazione, mediante il pensiero, del desiderio…..Signora, la prego di non prendere appunti. Questo non è un esame durante il quale prendere appunti, e poi andare a casa, pensarci e rispondere. Lo stiamo facendo insieme. State agendo e non avete tempo. È adesso che voi vivete realmente, non domani. Se state seguendo intensamente, non avete tempo per prendere appunti. Per favore, ascoltate…..Ascoltare significa imparare e imparare non è accumulazione. In altre parole, quando avete imparato, voi agite in base a ciò che avete appreso; un tale apprendimento è meramente un'accumulazione. E ancora, avendo accumulato, in base a ciò che avete accumulato, voi agite, e quindi create attrito. Se ascoltate, non c'è nient'altro da fare. Tutto ciò che dovete fare è ascoltare. Ascoltate come se guardaste quell'albero, o quella luna, senza alcun pensiero, senza alcuna interpretazione. Ascoltate soltanto; c'è una

grande bellezza in ciò. E quell'ascoltare è totale abnegazione. In caso contrario non potete ascoltare….È solo quando siete appassionati che ascoltate, e non c'è passione quando non potete abbandonarvi totalmente a qualcosa. Allo stesso modo, se state ascoltando con abbandono totale, avete fatto tutto ciò che vi era possibile, perché allora vedete la verità quale essa è, la verità di ogni giorno, di ogni azione, di ogni pensiero, di ogni campo. Se non sapete come vedere la verità del movimento di ogni giorno, dell'attività di ogni giorno, del lavoro di ogni giorno, del pensiero di ogni giorno, non andrete mai al di là di ciò, non scoprirete mai ciò che sta al di là dei limiti della coscienza….Così, come dicevamo, la comprensione della libertà porta con sé la propria disciplina, e quella disciplina non è imitazione, non è conformismo. Per esempio, guardate la morte con grande attenzione; proprio quel guardare è disciplina. La coscienza, come dicevamo, è limitata, e questa limitazione è entro il campo d'azione del pensiero. Il pensiero non può aprirsi un varco in questa limitazione; nessuna dose di psicoanalisi, di filosofia, nessuna disciplina fisica si aprirà un varco in questo condizionamento. Ciò può essere fatto solo quando venga compreso per intero il meccanismo del pensiero. Il pensiero, come dicevamo, è vecchio e non può mai scoprire il nuovo. Quando il pensiero si accorge di non poter far nulla, allora il pensiero stesso giunge a una fine. Ci si apre, dunque, un varco nella limitazione della coscienza….E l'aprirsi un varco è morire al vecchio. Non si tratta di una teoria. Non accettatela o rifiutatela. Non dite: «È proprio una buona idea». Fatelo. Scoprirete allora da soli che nel morire allo ieri giunge l'innocenza. Allora, da quell'innocenza deriva un tipo di azione del tutto differente. Finché gli esseri umani non l'abbiano scoperto, facciano pure ciò che vogliono - qualsiasi riforma, qualsiasi culto, qualsiasi fuga, la venerazione della ricchezza - tutto ciò non avrà il minimo significato…Dove c'è innocenza, la quale può giungere solo mediante l'abbandono di sé, c'è amore. Senza amore e senza innocenza non c'è vita; c'è solo tortura, c'è solo miseria, c'è solo conflitto. E quando ci siano innocenza e amore, voi verrete a conoscenza di una dimensione del tutto differente, di cui nessuno può dirvi nulla. Se lo facessero, non vi direbbero la verità. Coloro che dicono di sapere non sanno. Ma l'uomo che ha compreso ciò giunge oscuramente, inconsapevolmente, a qualcosa che appartiene totalmente a un'altra dimensione - come il rimuovere lo spazio tra l'osservatore e l'osservato. Si tratta di uno stato del tutto differente da quello in cui l'osservatore è diverso dall'osservato.

Secondo discorso – Conoscenza di sé e meditazione

L'altro giorno, quando ci siamo incontrati qui, parlavamo della necessità di una rivoluzione totale - una rivoluzione che fosse insieme interiore ed esteriore. Dicevamo che l'ordine è essenziale per avere la pace nel mondo; ordine non solo esteriore ma soprattutto interiore. Tale ordine non è mera routine. L'ordine è una entità vivente che non può determinarsi mediante la mera intellezione, mediante le ideologie, con svariate forme di comportamento coercitivo. Dicevamo anche che il pensiero, che è stato il vecchio, non può funzionare senza il modello che ha instaurato nel passato. Il pensiero è sempre il vecchio. Il pensiero non può assolutamente fare ordine, perché l'ordine, come dicevamo, è una entità vivente. Ed è il pensiero che ha arrecato disordine nel mondo….L'abbiamo approfondito, credo, a sufficienza l'altro giorno. Dicevamo che

dobbiamo considerare non che cosa è l'ordine, ma piuttosto che cosa arreca disordine. Perché nel momento in cui siamo in grado di capire che cos'è il disordine, di percepirlo davvero e di vedere, non solo intellettualmente ma effettivamente, l'intera struttura del disordine, allora, nella comprensione totale di quel disordine, verrà l'ordine….Penso sia importante comprendere questo punto. Poiché la maggior parte di noi ritiene che l'ordine possa essere determinato con la ripetizione e che, se potete recarvi in ufficio per i prossimi quarant'anni, essere un ingegnere o uno scienziato che opera nell'ambito di una routine, state apportando l'ordine. Ma la routine non è ordine: la routine ha generato il disordine. Abbiamo disordine sia esternamente sia internamente. Penso non ci siano dubbi al riguardo. C'è un caos generale, sia all'esterno, sia all'interno. L'uomo brancola nella ricerca di una via d'uscita da questo caos, chiedendo, domandando, ricercando nuovi capi; e se riesce a trovare un nuovo leader, politico o religioso, lo seguirà. Vale a dire che l'uomo è disposto a seguire una routine instauratasi meccanicamente, uno scopo, un sistema….Ma quando si osserva il modo in cui questo disordine si è originato, si vede che dovunque ci sia stata autorità, specialmente autorità interiore, il disordine è inevitabile. Si accetta l'autorità interiore di un altro, di un insegnante, di un guru, di un libro, e via dicendo. Vale a dire che, seguendo un altro - i suoi precetti, i suoi detti, i suoi comandi e la sua autorità - si spera di determinare l'ordine entro di sé in modo meccanico. Per avere la pace, l'ordine è necessario. Ma l'ordine che noi creiamo nel ricercare o nel seguire un'autorità genera il disordine. Potete osservare ciò che sta avvenendo nel mondo, in special modo in questo paese, dove regna ancora l'autorità, dove l'autorità interna, l'esigenza, l'impulso di seguire qualcuno è fortissimo e fa parte della tradizione, della cultura. Ecco perché vi sono tanti ashram, grandi o piccoli, che sono veri e propri campi di concentramento. Poiché lì vi si dice esattamente cosa fare. C'è l'autorità dei cosiddetti leader spirituali. E come in tutti i campi di concentramento, cercano di distruggervi, di modellarvi in un nuovo stampo. I comunisti in Russia, i regimi dittatoriali, creano dei campi di concentramento per mutare l'opinione, il modo di pensare, per forzare la gente. Ed è esattamente ciò che sta accadendo. Più c'è caos nel mondo più sorgono i cosiddetti ashram, che sono sostanzialmente campi di concentramento per raggirare le persone, per plasmarle, per costringerle entro certi modelli, promettendo loro un futuro meraviglioso. E gli stolti lo accettano. Accettano perché in tal modo hanno una sicurezza psicologica. Il capo, il commissario, il guru, l'autorità dice loro esattamente cosa fare; ed essi lo faranno di buon grado, perché è stato loro promesso il paradiso, o checchessia e, nel frattempo, ne ricavano una sicurezza fisica. Questo tipo di obbedienza meccanica - qualsiasi obbedienza è meccanica - provoca un grande disordine, come si deduce dalla storia e dai casi quotidiani della vita….Così, per la comprensione del disordine, vanno comprese le cause del disordine. La causa primaria del disordine è il perseguimento o la ricerca di una realtà che qualcun altro promette. Dato che la maggior parte di noi si trova nella confusione, nell'agitazione, preferiamo seguire meccanicamente qualcuno che ci assicurerà una comoda vita spirituale. E una delle cose più singolari che, politicamente, ci si opponga alla tirannia, alla dittatura. Più la gente è liberale, civilizzata, libera e più aborre, detesta la tirannia, politicamente ed economicamente; tuttavia, interiormente accetterebbe l'autorità, la tirannia altrui. Vale a dire, distorciamo le nostre menti, i nostri

pensieri e il nostro modo di vivere, per adattarci a un certo modello stabilito da qualcuno come la via che conduce alla realtà. Quando lo facciamo, stiamo distruggendo la chiarezza, perché la chiarezza o la luce deve essere scoperta da sé, non per mezzo di qualcun altro, non attraverso un libro, non grazie a qualche santo. Per lo più, i santi sono esseri umani contorti. Poiché essi conducono la cosiddetta vita semplice, gli altri ne restano fortemente impressionati; ma le loro menti sono distorte e creano ciò che ritengono sia la realtà….Ma per comprendere davvero il disordine, si deve comprendere per intero la struttura dell'autorità, non solo interiormente, ma anche esteriormente. Non si può negare l'autorità esterna. È necessaria. È essenziale per ogni società civilizzata. Ma ciò che stiamo dicendo riguarda l'autorità altrui, inclusa quella di chi parla. Può esserci ordine solo quando comprendiamo il disordine che ciascuno di noi apporta, poiché facciamo parte della società; abbiamo creato la struttura della società, e in quella società siamo intrappolati. Noi, come esseri umani che hanno ereditato gli istinti animali, dobbiamo trovare, quali esseri umani, luce e ordine. E non possiamo trovare quella luce e quell'ordine, o quella comprensione, per mezzo di qualcun altro - non importa di chi si tratti - perché le esperienze altrui possono essere false. Ogni esperienza va messa in dubbio, che sia la propria o quella di qualcun altro. L'esperienza è la continuazione di un fascio di memorie, che traduce la risposta a una provocazione sulla base del proprio condizionamento. In altre parole, l'esperienza è rispondere a una provocazione, e quell'esperienza può rispondere solo conformemente al proprio retroterra culturale. Se sei un hindú, o un musulmano, o un cristiano, sei condizionato dalla tua cultura, dalla tua religione, e quel retroterra si proietta in ogni forma di esperienza. E più sei intelligente nell'interpretare quell'esperienza, maggiormente vieni rispettato, è ovvio, con tutto ciò che ne consegue, tutto il circo….Dobbiamo, quindi, mettere in discussione, dobbiamo dubitare, non solo dell'esperienza altrui, ma anche della nostra propria esperienza. Ricercare ulteriore esperienza attraverso l'espansione della coscienza, cosa che viene fatta per mezzo di svariate forme di droghe psichedeliche, si situa ancora nell'ambito della coscienza ed è, dunque, molto limitato. Così, una persona che sia in cerca di una qualsiasi forma di esperienza - in special modo la cosiddetta esperienza religiosa, spirituale - deve non solo metterla in discussione, dubitarne, bensì accantonarla del tutto. Una mente limpidissima, una mente piena d'attenzione e di amore, una simile mente perché dovrebbe necessitare ancora di una qualche esperienza? Il vero non può essere sollecitato. Potete praticare tutta la preghiera, tutto il controllo del respiro che volete, e tutti quegli stratagemmi che gli esseri umani mettono in atto al fine di scoprire qualche realtà, qualche esperienza, ma la verità non può essere sollecitata. Può scaturirne ciò che è misurabile, ma non l'incommensurabile. E un uomo che persegua ciò che non può essere compreso da una mente condizionata, genera disordine, non solo all'esterno ma anche all'interno….L'autorità va, dunque, messa completamente da parte, e si tratta di una delle cose più difficili a farsi. A partire dall'infanzia, veniamo guidati dall'autorità - l'autorità della famiglia, della madre, del padre, l'autorità della scuola, dell'insegnante, e così via. È necessario che ci sia l'autorità di uno scienziato, di un tecnologo. Ma la cosiddetta autorità spirituale è una cosa dannosa ed è una delle maggiori cause di disordine, perché è ciò che ha diviso il mondo in varie forme di religioni, in varie forme di

ideologie…Quindi, per liberare la mente da ogni autorità, ci si deve conoscere; deve esserci, cioè, la conoscenza di sé. Non intendo il sé supremo o l'Atman, che sono invenzioni della mente, invenzioni del pensiero, invenzioni scaturite dalla paura. Stiamo parlando di conoscenza di sé: conoscere se stessi realmente come si è, non come si dovrebbe essere; vedere che si è stupidi, paurosi, ambiziosi, crudeli, violenti, avidi; vedere i moventi dietro il proprio pensiero, i moventi dietro la propria azione - cosa che è il primo stadio del conoscersi. Se non conoscete voi stessi, come opera la struttura della vostra mente, come percepite, che cosa pensate, quali sono i vostri moventi, perché fate certe cose e ne evitate altre, in che modo perseguite il piacere; a meno che non capiate essenzialmente tutto questo, siete capaci di ingannarvi, di far del male, non solo a voi stessi, ma anche agli altri. E senza questa basilare conoscenza di sé, non può esserci meditazione, della quale parlerò tra poco….Sapete, i giovani in ogni parte del mondo stanno rifiutando, si stanno ribellando contro l'ordine costituito - un ordine che ha reso il mondo brutto, mostruoso, caotico. Ci sono state guerre e, per un lavoro, ci sono migliaia di persone. La società è stata costruita dalla generazione passata, con le sue ambizioni, la sua avidità, la sua violenza, le sue ideologie. La gente, specialmente i giovani, rifiuta tutte le ideologie - forse non in questo paese, perché non siamo abbastanza progrediti, abbastanza civilizzati per rifiutare ogni autorità, ogni ideologia. Ma, nel rifiutare le ideologie, stanno creando il loro proprio modello di ideologia: capelli lunghi, e tutto il resto….La mera rivolta, dunque, non dà una risposta al problema. Ciò che risponde al problema è fare ordine in se stessi, un ordine vivente, non una routine. La routine è mortale. Entrate in un ufficio non appena uscite dalla scuola secondaria - se ottenete un lavoro. Poi, per i successivi quaranta, cinquant'anni vi recate ogni giorno in ufficio. Sapete che accade a una mente del genere? Avete instaurato una routine, e la ripetete; e incoraggiate vostro figlio a ripeterla. Qualunque uomo al mondo deve ribellarsi contro di essa. Ma voi direte: «Ho una responsabilità; nella situazione in cui mi trovo, non posso abbandonarla, anche se mi piacerebbe farlo». E così il mondo va avanti, ripetendo la monotonia, il tedio della vita, la sua totale vacuità. A tutto ciò l'intelligenza si ribella….Deve esserci, così, un nuovo ordine, un nuovo modo di vivere, Per realizzare quel nuovo ordine, quel nuovo modo di vivere, dobbiamo comprendere il disordine. È soltanto per mezzo della negazione che comprendete il positivo, non con il perseguimento del positivo. Quando rifiutate, accantonate ciò che è negativo; quando comprendete per intero il disordine sociologico e interiore che gli esseri umani hanno creato; quando capite che finché ciascun essere umano è ambizioso, avido, invidioso, competitivo, in cerca di posizione, potere, autorità, crea il disordine; e quando comprendete la struttura del disordine - proprio quella comprensione determina la disciplina, una disciplina che non è repressione, né imitazione. Dalla negazione scaturisce la corretta disciplina, che è ordine….. Comprendere se stessi, quindi, è l'inizio della saggezza. La saggezza non si trova nei libri, né nell'esperienza, né nel seguire qualcun altro, né nel ripetere una quantità di banalità. La saggezza perviene a una mente che comprende se stessa, che comprende come è nato il pensiero. Avete mai esaminato o chiesto: qual è l'inizio del pensiero, come si origina il pensiero? Si tratta di una cosa importantissima da capire. Perché se siete in grado di comprendere l'inizio del pensiero, allora forse potete ritrovare

una mente che non è oppressa dal pensiero in forma di ripetizione di ciò che è stato. Come dicevamo, il pensiero è sempre vecchio, il pensiero non è mai nuovo. A meno che non scopriate da voi - non ripetere ciò che qualcuno dice, chiunque esso sia - a meno che non scopriate da soli l'inizio del pensiero, come un seme che produce una foglia verde, non vi è possibile trascendere le limitazioni di ieri….E per scoprire l'inizio del pensiero deve esserci la comprensione di se stessi, ma non mediante l'analisi. L'analisi richiede tempo, come togliere gli strati a una cipolla a poco a poco. Pensiamo di poter comprendere mediante l'analisi, mediante l'introspezione, mediante il perseguimento di una particolare idea che è sorta ed esaminandone la causa - e tutto ciò richiede tempo. Ora, quando usate il tempo come un mezzo di comprensione, il tempo provoca disordine. Quindi, il tempo è dolore. Se vi prendete tempo per sbarazzarvi della violenza che è in voi, avete stabilito come meta, come ideologia, che dovete liberarvi di essa e che, per raggiungere tale meta vi occorre del tempo e vi tocca coprire lo spazio tra la violenza e quello stato in cui non c'è violenza. Quando avete tempo per sbarazzarvi della violenza, continuate a spargere i semi della violenza - il che è un fatto evidente. Se dite a voi stessi: «Non sarò ambizioso quando avrò raggiunto il massimo», nel frattempo, state spargendo i semi della crudeltà di un uomo ambizioso. La comprensione di se stessi, quindi, non dipende dal tempo, dev'essere istantanea. L'approfondiremo ancora un pò….Stiamo dicendo che il mondo, com'è oggi, è nel caos. Ci sono guerre, attività ripetitive, la faccenda delle chiese - tutto ciò ha provocato molto danno nel mondo, il cui perpetuarsi è disordine. Per determinare l'ordine, dobbiamo capire la struttura del disordine. È una delle principali strutture di tale disordine è l'autorità. Seguite l'autorità a causa della paura. Dite: «Io non so; tu sai; per favore, dimmi tu che fare». Non c'è nessuno che ve lo possa dire. Quando ve ne rendete conto, e quando vi accorgete di dover scoprire proprio tutto da soli, interiormente, psicologicamente, allora non c'è leader, non c'è guru, non c'è filosofo, non c'è santo che vi aiuterà, perché essi operano ancora al livello del pensiero. Il pensiero è sempre vecchio; il pensiero non è una guida….Scopriremo, così, l'origine, l'inizio del pensiero; e questo è importante. Per favore, prestate ascolto, non meramente alle parole. Sapete che cosa vuol dire ascoltare? Che voi ascoltate non al fine di apprendere. Non ascoltate per apprendere, ma fatelo con abnegazione, in modo da vedere da soli il vero o il falso. Ciò significa che non dovete né accettare né rifiutare. Il che non vuol dire che dobbiate avere una testa bucata, nella quale si possa versare tutto e nulla venga trattenuto. Al contrario, poiché state ascoltando, siete estremamente sensibili e, quindi, assai critici. Ma il vostro giudizio critico non si baserà sulla vostra opinione in quanto opposta a un'altra opinione, il che è il processo del pensiero. Per favore, ascoltate come se ascoltaste quei corvi, senza simpatia o antipatia; ascoltate soltanto il rumore di quel ragazzo che sta martellando qualcosa, senza irritarvi, senza perdere l'attenzione. Quando ascolterete in un modo così completo, scoprirete di non aver nient'altro da fare. Solo l'uomo che sta sulle rive del fiume specula sulla bellezza della corrente. Quando ha abbandonato la riva ed è nella corrente, non c'è alcuna speculazione, alcun pensiero; c'è soltanto movimento….Per comprendere ciò in cui ci addentreremo - che è l'origine, il principio del pensiero - ci si deve comprendere, ossia, si deve apprendere su se stessi. Acquisire conoscenza su di sé e apprendere su di sé sono

due cose diverse. Potete accumulare conoscenza su di voi osservandovi, esaminandovi. E da quel che avete imparato, dall'accumulazione, cominciate ad agire; quindi, in quell'azione state acquisendo ulteriormente. Quel che avete imparato, quel che avete accumulato è già nel passato. Ogni accumulazione è nel passato, e dal passato cominciate a osservare e ad accumulare ancora. Mentre l'apprendimento non è accumulazione. Apprendimento significa che come vedete, vi mettete ad agire; quindi, non c'è residuo nel vostro apprendimento, ma apprendimento continuo. L'apprendimento è un presente-attivo della parola, non il presente-passato. Apprenderemo, ma non da ciò che è stato accumulato. Nell'imparare una lingua, dovete accumulare. Dovete conoscere le parole, dovete apprendere i vari verbi, e così via; e dopo averli imparati, cominciate a usarli. Qui non è affatto così. Il vedere un pericolo determina un'azione immediata. Quando vedete un pericolo, un precipizio per esempio, c'è un'azione immediata….Ciò che faremo, dunque, è scoprire, comprendere l'inizio, l'origine del pensare. E per farlo, dovete ascoltare e lasciarvi andare, il che significa che dovete prestare attenzione. L'attenzione è possibile solo quando state indagando a fondo - vale a dire, quando siete realmente liberi di indagare e non siete vincolati a ciò che la gente ha detto, e così via….Ora, tutta la vita è energia, è un movimento incessante. E quell'energia nel suo movimento crea un modello che si basa sull'autodifesa e sulla sicurezza - ossia, sulla sopravvivenza. L'energia, il movimento, il restare presi in un modello di sopravvivenza, e la ripetizione di quel modello: questo è il principio del pensiero. Il pensiero è mente. L'energia è movimento, quel movimento che resta invischiato nel modello di sopravvivenza, ed è la ripetizione della sopravvivenza nel senso di piacere, di paura - tale è l'inizio del pensiero….Il pensiero è la risposta della memoria accumulata, del cumulo di modelli - vale a dire di ciò che fate come hindú, musulmani, parsi, cristiani, comunisti, socialisti, e via dicendo. Il nostro modo di operare si basa su qualche modello, e la ripetizione di quel modello è la ripetizione del pensiero, un ripetersi che avviene più volte. Il che è ciò che fate come hindú, come musulmani o come parsi - il modello instaurato con la ripetizione quale sopravvivenza, nella struttura di una cultura che è hindú, musulmana o parsi. Questo è quanto sta realmente accadendo in ognuno. Il pensiero ha sempre instaurato un modello, e se quello vecchio non è adeguato, ne instaura un altro. Se il capitalismo non funziona, allora funziona il comunismo, che è un nuovo modello. Oppure, se l'induismo o il cristianesimo non vanno bene, voi strutturate un nuovo modello…Quindi, la ripetizione di quel modello condiziona le stesse cellule cerebrali, che sono materia. Il pensiero è materia. Lo si può scoprire per conto proprio. Lo dovete scoprire, e non perché chi parla ve lo sta dicendo - il che non avrebbe il benché minimo valore. Sarebbe simile al caso di un uomo affamato a cui si dicesse quant'è meraviglioso il cibo, e che venisse nutrito di teorie. È quanto sta avvenendo in questo paese; siete nutriti di teorie e ideologie - l'ideologia buddhista, l'ideologia hindú, quella di ankaràcàrya, e così via. Le vostre menti, quindi, sono vuote. Vi cibate di parole; ecco il perché del disordine. Ecco perché tutto ciò va scartato, affinché possiamo ricominciare. Per ricominciare occorre capire per intero tale struttura del pensiero. Ora, capite tale struttura del pensiero solo quando cominciate a comprendere voi stessi in quanto movimento vivente - non «comprendere per aggiungere», nel qual caso si tratterebbe di una cosa morta. Siete delle creature viventi

nell'ambito della struttura di una cultura, e quella cultura, quella tradizione, quell'autorità vi ha in pugno. E nell'ambito di quella struttura di coscienza risiede il disordine. Comprendere tutto questo processo e andar assai oltre - il che è quanto faremo adesso - è meditazione….La meditazione non è la formula ripetitiva dei mantra, del respirare con regolarità, del sedere in una qualche postura, praticando la consapevolezza, l'attenzione - tutto ciò è del tutto meccanico. Stiamo parlando di una cosa viva. E voi avete praticato queste cose meccaniche per secoli. Quelli che le hanno praticate sono morti, e le loro visioni sono proiezioni dal loro proprio passato, dal loro proprio condizionamento. Ma noi stiamo parlando di una meditazione viva, non di una meditazione meccanica, ripetitiva, disciplinare. Se non sapete che cos'è la meditazione - come se non sapete cos'è la morte - non c'è nessuna cultura nuova, non nasce nulla di nuovo….Sapete, la cultura è una delle cose più meravigliose, ma non la cultura morta della quale parlate continuamente - la cultura indiana, la cultura hindú - perché quella è sepolta, andata, finita. La cultura viva è ciò che sta accadendo realmente adesso. Vedere la confusione, lo sporco, la terribile miseria, e da ciò crescere e fiorire - quella è cultura, non retrocedere ai vostri progenitori morti….Scopriremo insieme e insieme intraprenderemo un viaggio all'interno di ciò che è la meditazione. Potete porre questa domanda soltanto quando abbiate realizzato la conoscenza di voi stessi. Non potete domandare: «Che cos'è la meditazione?» se non vi conoscete, se non avete una comprensione di voi stessi, se non vi siete presi in esame il più possibile. Come dicevo, «il prendersi in esame» è istantaneo; la totalità di voi stessi è rivelata all'istante, non nel tempo. Potete effettivamente vedere con i vostri occhi un albero, un fiore, un essere umano accanto a voi. Non potete vedere la totalità di quell'albero o dell'essere umano accanto a voi se avete di essi un'immagine. È evidente. E solo quando non c'è l'immagine che potete vedere completamente. L'immagine è l'osservatore, è il centro da cui osservate. Quando c'è un centro da cui voi osservate, c'è uno spazio tra l'osservatore e l'osservato. Non dovete prestare un'attenzione esagerata a quanto viene detto; non avete che da osservarlo voi stessi. Fintanto che c'è un'immagine di vostra moglie, di vostro marito, di un albero, di qualche cosa, è l'immagine il centro che sta guardando. C'è, così, una frattura tra l'osservatore e l'osservato. È importante comprenderlo. L'approfondiremo subito….Innanzitutto, liberiamoci delle idee errate sulla concentrazione. Una delle asserzioni preferite di colui che medita o del maestro che pratica o insegna la meditazione è che la gente debba imparare la concentrazione - ossia, concentrarsi su un pensiero, scacciare tutti gli altri e fissare la propria mente soltanto su quell'unico pensiero. Questa è una cosa veramente stupida. Perché, quando lo fate, state meramente opponendo resistenza, state ingaggiando una battaglia tra la pretesa di concentrarvi su una cosa e il vagare della mente a ogni altro genere di cosa. Mentre dovete prestare attenzione non solo all'unico pensiero ma anche a dove divaga la mente, totalmente attenti a ogni movimento della mente. Ciò è possibile solo quando non respingete un qualche movimento, quando non dite: «La mia mente divaga, la mia mente è distratta». Non c'è niente come la distrazione. Perché il divagare della mente è indice del suo essere interessata a qualcos'altro….Va così compresa l'intera faccenda del controllo. Ma, sfortunatamente, non possiamo addentrarci in essa questa sera, dato che non ne abbiamo il tempo. Noi esseri umani siamo così controllati, siamo delle entità

morte. Ciò non vuol dire che dobbiamo lanciarci a fare ciò che vogliamo - cosa che facciamo in ogni caso, di nascosto. Ma, con l'amore, giunge una disciplina. Approfondirò ciò molto rapidamente….La meditazione non è il controllo del pensiero. La meditazione, quando il pensiero viene controllato, genera nella mente soltanto conflitto. Ma quando comprendete la struttura del pensiero e la sua origine, allora il pensiero non interferirà, come vi ho appena spiegato. Vedrete, perciò, che il pensiero ha il suo posto - ossia, dovete andare in ufficio, dovete recarvi a casa, parlare una lingua: in tal caso il pensiero deve essere all'opera. Ma quando abbiate compreso l'intera struttura del pensare, quella stessa comprensione è disciplina, e non è imitazione, non ha nulla a che fare con la repressione….Le cellule del cervello sono state condizionate a sopravvivere all'interno di un dato modello, come hindu, musulmano, parsi, cristiano, cattolico o comunista. Poiché per secoli e secoli il cervello è stato condizionato a sopravvivere, ha il modello della ripetizione; così, il cervello stesso diventa il principale fattore di un'indagine senza tregua. Ve ne renderete conto da soli quando l'approfondirete….Il problema, quindi, è provocare una quiete assoluta nelle cellule cerebrali stesse, il che significa assenza della ricerca di importanza e di permanenza del sé. Capite? Dobbiamo sopravvivere a livello fisico e morire a livello psicologico. È solo quando a livello psicologico avviene la morte dei mille ieri che le cellule cerebrali sono quiete. E ciò non può realizzarsi con nessuna forma di manipolazione del pensiero, di ripetizione di mantra - cosa che è immatura. Ma giunge solo quando comprendete l'intero movimento del pensiero, ossia voi stessi. Le cellule cerebrali si fanno, dunque, straordinariamente quiete, prive di qualsiasi movimento che non sia rispondere alle reazioni esterne. Essendo, dunque, quieto il cervello stesso, la totalità della mente è del tutto silenziosa, e quel silenzio è una cosa viva. Non è il prodotto di nessun guru, di nessun libro, di nessun àsrama, di nessun leader, di nessuna autorità, di nessuna droga. Potete assumere una droga, una sostanza chimica, per acquietare la vostra mente, oppure ipnotizzarvi al fine di essere quieti. Ma ciò non è la calma viva di una mente che si è addentrata a fondo in se stessa e che è, dunque, tremendamente attenta, estremamente sensibile. È solo una mente simile che può comprendere che cos'è l'amore. L'amore non è desiderio o piacere. Tutto ciò che abbiamo e che chiamiamo amore è desiderio e piacere. «Amo mia moglie, amo il mio Dio», e via dicendo - tutto ciò si basa su paura, piacere e sensazione….Un uomo che abbia, quindi, compreso e che si sia addentrato davvero in ciò, farà sì che ci sia ordine per prima cosa in se stesso. Se c'è ordine dentro gli uomini, c'è ordine nel mondo. Se ciascuno di voi farà veramente ordine in se stesso, avrete un ordine vivo, una nuova società, una nuova vita. Ma per farlo dovete distruggere i vecchi modelli di vita. I vecchi modelli di vita non possono essere spezzati se non con la comprensione di voi stessi, e da quella comprensione giunge l'amore….Sapete, l'uomo ha parlato all'infinito dell'amore: ama il tuo prossimo, ama Dio, sii benevolo. Ma attualmente, voi non siete né benevoli, né generosi. Siete talmente concentrati su voi stessi che non avete amore. E senza amore c'è solamente dolore. Non è un semplice aforisma da ripetere, a vostra disposizione. Dovete trovarlo, vi dovete imbattere in esso. A tal fine dovete lavorare duramente. Dovete lavorare con la comprensione di voi stessi, senza sosta, con passione. La passione non è lussuria; un uomo che non sappia che cos'è la passione non conoscerà mai l'amore.

L'amore si origina solo quando c'è abbandono totale del sé. E solo l'amore può far sorgere l'ordine, una nuova cultura, un nuovo modo di vita.

Terzo Discorso - La fine del dolore

Questa è l'ultima conversazione. Penso che, nel corso dei tre ultimi incontri che si sono tenuti qui, abbiamo indicato più o meno in quale direzione si debba proseguire. Poiché il mondo, come lo vediamo oggi, si sta facendo sempre più caotico, sempre più violento, quasi anarchico, antisociale. C'è la guerra, c'è un tale sfruttamento, un'efficienza spietata, una cattiva amministrazione, un cattivo governo, e via dicendo. Possiamo enumerare i molti problemi che ciascuno di noi deve affrontare: un mondo che abbiamo prodotto con la nostra avidità, il nostro dolore, il conflitto e la brama di piacere, l'impulso di dominare, di ottenere una posizione. Potremmo continuare a elencare per intero i molti problemi, entrando nei dettagli. Ma la descrizione e la spiegazione hanno ben poco valore quando ci troviamo di fronte al problema. E, sfortunatamente, ci accontentiamo così facilmente di spiegazioni. Pensiamo che le parole risolveranno realmente i nostri problemi, e così c'è un Niagara di parole, non solo a questo incontro, ma proprio ovunque nel mondo. Tutti parlano incessantemente e ci sono innumerevoli teorie, nuove ideologie e, sfortunatamente, nuovi leader - sia politici sia religiosi - e ogni forma di propaganda per persuadere un altro di ciò che dovrebbe fare, ciò che dovrebbe pensare. E scoprire come pensare è una delle cose più difficili. Il nostro non è solo un problema sociale, economico, ma soprattutto un problema religioso, un problema di crisi nella totalità della coscienza. E lì diventa pressoché insignificante se ci si affida alle parole, alle spiegazioni, o alle definizioni. Forse queste conversazioni sono servite a indicare non cosa pensare ma come pensare. Siamo schiavi della propaganda. Ci è stato detto cosa pensare – la Gita, il Corano, la Bibbia, il sacerdote, le teorie di Marx e Lenin, le numerosissime ideologie. Ma temo che non si sappia come pensare veramente in profondità e vedere il limite del pensiero….Uno dei nostri principali problemi, probabilmente il solo problema, è il dolore. L'uomo ha cercato in tutti i modi di trovare una soluzione, di far cessare il dolore; ha tentato di evitarlo, l'ha venerato, ha dato molteplici spiegazioni. Ma continuamente, dal momento in cui nasce sino a quando muore, vive in questo dolore, in questa pena. Credo che, a meno che non si risolva la questione non verbalmente, non con idee o spiegazioni, ma effettivamente, uscendo dalla corrente di questo dolore incessante, i problemi si moltiplicheranno. Potete essere ricchissimi, avere potere, posizione, prestigio, status, potete essere molto intelligenti, potete avere tutta l'intelligenza del mondo, con una grande informazione, ma temo che tutte queste cose non risolveranno le esigenze umane, l'urgenza umana di risolvere una delle domande fondamentali: che cosa sia il dolore. Poiché con la fine del dolore si ha l'inizio della saggezza. La saggezza - non l'astuzia, non la conoscenza, non le ideologie - giunge solo con la fine del dolore, e senza saggezza non possiamo risolvere il nostro problema umano, non solo esteriormente, ma anche interiormente….L'uomo, come si apprende dalla storia e anche dalla propria vita o dalla propria attività quotidiana, è invischiato nel principio di piacere e dolore. Siamo guidati dal piacere. La maggior parte di noi vuole soltanto il piacere, e lo ricerca molto sottilmente. Quando cerchiamo la verità - come la gente dice di fare quand'è religiosa -

siamo ancora alla ricerca di questo principio di piacere. Laddove c'è il piacere, quale che sia la sua forma, è inevitabile che ci sia anche il dolore: non si può ricercare l'uno senza l'altro. Non c'è solo il piacere sensuale, il godimento sensuale, ma anche - se si è un pò più raffinati, un pò più colti, un pò più intellettuali - il piacere della riforma, del buon operato, del cambiamento della società. Scrivere libri, entrare in politica, e altre interminabili attività di appagamento del desiderio, ebbene, tutto ciò è il prolungamento del piacere. Se si osserva la propria vita, se si è del tutto consapevoli, anche solo fortuitamente, si scoprirà che siamo guidati dalla nostra inclinazione, dalla nostra tendenza. Inclinazione e tendenza sono il frutto di questa costante esigenza di una sempre maggiore soddisfazione del piacere. In fin dei conti, ogni virtù si basa su questo principio di piacere. Senza comprendere tale piacere, non v'è cessazione del dolore. Vorrei addentrarmi nella cosa con una certa profondità….La vita è tutta piacere? La vita è tutta conflitto e miseria, un'interminabile serie di battaglie, dentro e fuori? Una vita trasformata in un campo di battaglia - questo è tutto ciò che conosciamo. Possiamo dilungarci in teorie, possiamo parlare all'infinito di concetti teologici, di miglioramenti sociali, di critica di ciò che sarà. Ma, a meno che non comprendiamo questa straordinaria esigenza di piacere, credo che resteremo presi nella corrente di conflitto e dolore infiniti. Comprendere il piacere non significa respingerlo, perché il piacere è una delle esigenze basilari della vita, come il godimento. Quando vedete un bellissimo albero, un incantevole tramonto, un bel sorriso su un viso, la luce su una foglia, allora ne godete davvero, provate un grande diletto….La bellezza è qualcosa che non è piacere. Il senso della bellezza non è in una costruzione, in un quadro, in un poema, nello stringere la mano di un altro, nel guardare una montagna o un fiume - queste sono ancora sensazioni, seppur piacevoli. La bellezza è qualcosa di interamente diverso. Per comprendere realmente che cosa sia la bellezza - non a livello intellettuale o verbale - bisogna comprendere il piacere….Sapete, all'uomo è stato negato il piacere a causa della religione, del culto di un'idea, per colpa dei santi e dei missionari, dei sannyàsin e dei monaci in ogni parte del mondo. Essi hanno costantemente negato all'uomo il piacere. Dicono che è sbagliato, che è qualcosa di malvagio, qualcosa da rimuovere. Dicono che la mente satura di piacere, o alla ricerca di esso, non può mai trovare la realtà, Dio, e che, quindi, dovreste torturare voi stessi. Ma persone simili giungono a Dio con una mente contorta, torturata, meschina, ristretta. Una mente che è stata oppressa dalla società, dalla cultura non è più una mente libera, viva, vibrante, capace, impavida. E le menti umane, per la maggior parte, vengono torturate. Possono non saperlo, non esserne consapevoli. Possono essere del tutto impegnate con le proprie famiglie, col guadagnarsi da vivere, col conseguimento di una posizione, da non essere affatto consapevoli del significato della propria esistenza….L'uomo è sempre alla ricerca: ricerca di uno scopo, ricerca di una meta, ricerca di appagamento; e l'appagamento al massimo grado lo chiama Dio. Siamo, dunque, sempre in cerca, in cerca, in cerca. Percepiamo sempre che ci è sfuggito qualcosa e cerchiamo, così, di riempire quel vuoto in noi stessi, quella solitudine, quella vacuità, quella faticosa, spossante, insensata esistenza, con una quantità di idee, con un significato, degli scopi, cercando, alla fine, appagamento in una permanenza che non verrà mai turbata. E quello stato di permanenza lo chiamiamo con migliaia di nomi - Dio,

Samadhi, e così via; si possono inventare dei nomi. Siamo incessantemente alla ricerca, e non ci chiediamo mai perché cerchiamo. L'ovvia risposta è che siamo insoddisfatti, infelici, sfortunati, soli, non amati, spaventati. Abbiamo bisogno di aggrapparci a qualcosa, di qualcuno che ci protegga - il padre, la madre, e via dicendo - e così ci mettiamo in cerca. Quando cerchiamo, troviamo sempre. Sfortunatamente, troveremo sempre quando stiamo cercando….La prima cosa, dunque, è non cercare. Capite? Vi è stato detto che dovete cercare, sperimentare la verità, scoprire la verità, andarle dietro, perseguirla, rincorrerla, e che dovete disciplinarvi, controllarvi. E poi arriva qualcuno che vi dice: «Non fate tutto ciò. Non cercate affatto». Naturalmente la vostra reazione è o di chiedergli di andarsene, o di voltargli la schiena, o di scoprire da soli perché egli dica così - non accettate, non respingete, ma fatevi delle domande. E che cosa state cercando?… Indagate su voi stessi. Siete alla ricerca; dite che in questa vita vi manca qualcosa interiormente - non a livello di tecnica, o per ciò che concerne l'avere un lavoro di scarsa importanza o il volere più denaro. Che cos'è ciò che cerchiamo? Stiamo cercando perché in noi c'è una tale insoddisfazione nei confronti della nostra famiglia, della società, della cultura, di noi stessi, che vogliamo appagarci, trascendere questa assillante scontentezza che ci sta distruggendo. E perché siamo scontenti? So che la scontentezza può essere facilmente appagata. Date a un giovane che sia stato scontento - un comunista o un rivoluzionario - un buon lavoro, ed egli se ne scorda del tutto. Dategli una bella casa, una bella macchina, un bel giardino, una buona posizione, e vedrete che la scontentezza sparirà. Anche nel caso in cui possa ottenere un successo ideologico, quella scontentezza sparisce. Ma voi non vi chiedete mai perché siete scontenti - non le persone che hanno dei lavori e ne vogliono di migliori. Dobbiamo comprendere la causa alla radice della scontentezza prima di poter esaminare per intero la struttura e il senso del piacere e, quindi, del dolore….Sapete, signori, dal periodo della scuola sino a quando si muore, siamo educati, siamo condizionati a confrontare. Mi confronto con qualcun altro. Guardate a voi stessi; per favore, ascoltate ciò che sto dicendo, e vedete come opera la vostra mente. Avete un doppio compito: non dovete soltanto ascoltare chi parla, ma anche, nell'ascoltarlo, osservare realmente il vostro stato mentale. Così, avete bisogno di una certa attenzione, una certa consapevolezza, sia di chi parla che di ciò che sta dicendo, e di osservare voi stessi. Ma se state ascoltando - ascoltando davvero, nel senso di non cercare di comprendere, di interpretare ciò che chi parla sta dicendo, senza condannare, senza adattare, senza rifiutare o accettare - vedrete che non c'è né chi parla né voi stessi, ma solo il fatto, solo «ciò che è». Questa è l'arte dell'ascoltare: non sentire chi parla o le vostre opinioni e giudizi personali, ma «ciò che davvero è». Ci confrontiamo sempre con qualcun altro. Se sono ottuso, voglio essere più intelligente. Se sono superficiale, voglio essere profondo. Se sono ignorante, voglio essere più intelligente, meglio informato. Mi confronto sempre, mi misuro con gli altri - una macchina migliore, cibo migliore, una casa migliore, un modo di pensare migliore. Il confronto genera conflitto. E arrivate a comprendere mediante il confronto? Quando confrontate due quadri, due pezzi di musica, due tramonti, quando comparate quell'albero con un altro, comprendete forse uno dei due? Oppure capite qualcosa solo quando non c'è il minimo paragone? È, quindi, possibile vivere senza alcun genere di confronto, senza spiegare voi stessi in termini di paragone

con un altro, o con qualche idea, o con qualche eroe, o con qualche esempio? Poiché, quando vi confrontate, quando vi misurate con «ciò che dovrebbe essere» o «ciò che è stato», non vedete «ciò che è». Ascoltate, per favore. È semplicissimo e allora voi, probabilmente, essendo intelligenti, astuti, ve lo farete sfuggire. Stiamo chiedendo se sia possibile vivere in questo mondo totalmente senza confronti. Non dite di no. Non lo avete mai fatto. Non direte: «Non posso farlo; mi è impossibile perché tutto il mio condizionamento è per confrontare». In un'aula scolastica un ragazzo è paragonato a un altro, e l'insegnante dice: «Non sei intelligente come l'altro». L'insegnante distrugge B quando confronta B con A. Tale processo continua per tutta la vita….. Si ritiene comunemente che il confronto sia essenziale al progresso, alla comprensione, allo sviluppo intellettivo. Io non penso che lo sia. Quando confrontate un quadro con un altro, non state guardando nessuno dei due. Potete guardare un quadro soltanto quando non c'è confronto. Così, allo stesso modo, è possibile vivere una vita senza mai confrontarvi psicologicamente con un altro? Senza mai mettervi a confronto con Rama, Sita, la Gita, con chicchessia, con l'eroe, con i vostri dèi, con i vostri ideali? Una mente che non confronta affatto, a qualsiasi livello, si fa straordinariamente efficiente, straordinariamente viva, perché allora guarda «ciò che è»….Guardate, signori, io sono superficiale; mi metto a confronto con un altro che si suppone sia molto acuto, capace, dal pensiero e dal modo di vita profondi. Io, essendo superficiale, gretto, limitato, confronto me stesso con quella persona e mi sforzo di diventare come lui. Imito, cito, seguo, e tento di distruggere me stesso al fine di assomigliargli; e questo conflitto continua interminabilmente. Invece, se non c'è il minimo confronto, in che modo so di essere ottuso? È perché me lo dite? Perché non riesco a trovare un lavoro? Perché non vado bene a scuola? Come faccio a sapere di essere ottuso se non c'è il minimo confronto? In tal caso io sono ciò che sono; mi trovo in quello stato da cui mi è possibile muovermi, scoprire, cambiare. Ma quando confronto me stesso con un altro, il cambiamento sarà inevitabilmente superficiale. Per favore, ascoltate tutto ciò, si tratta della vostra vita. Mentre, se non c'è confronto, «ciò che è» è; da lì mi muovo. Questo è uno dei principi fondamentali della vita, quella vita moderna che ha condizionato l'uomo a paragonare, a competere, a lottare senza tregua, preso in una battaglia con l'altro. Posso guardare «ciò che è» solo quando non c'è confronto. Comprendo, dunque, non a livello verbale, ma realmente, che il confronto è la cosa più infantile, più immatura….Signori, quando c'è amore, c'è forse confronto? Quando amate qualcuno con il cuore, con la mente, col corpo, col vostro intero essere - senza essere possessivi, senza dominare, senza dire: «È mio» - c'è un qualche confronto? Solo quando non c'è alcun confronto potete guardare «ciò che è». Se lo comprendiamo, allora siamo in grado di andare avanti a scoprire, a indagare sull'intera struttura del piacere….Non confrontare «ciò che è», non solo col futuro, ma anche con ciò che è stato nel passato, richiede un'immensa attenzione. Capite? Ho provato un piacere ieri - un piacere dei sensi, un'idea che ha provocato una luce straordinaria, una nuvola da me vista ieri piena di luce, ma che ora non vedo affatto - e voglio che si ripresenti. Confronto, quindi, il presente con ciò che è stato e confronterò il presente con ciò che dovrebbe essere. Sono necessarie un'intelligenza e una sensibilità straordinarie per liberarsi di questa valutazione

comparativa. Si deve avere intelligenza e sensibilità integre; soltanto allora si può comprendere «ciò che è». Allora vi rendete conto di essere appassionati e avete l'energia per ricercare «ciò che è». Ma perdete quell'energia quando confrontate «ciò che è», «ciò che è stato», «ciò che dovrebbe essere». Ora, spero sia chiaro - non a livello intellettuale, perché ciò non ha il minimo significato; tanto varrebbe alzarsi e andarsene. Ma se lo capite davvero, allora potete prendere in considerazione il piacere; non lo confrontate con il piacere che avete avuto ieri, o con il piacere che avrete domani, ma prendete in considerazione la mente al presente, alla ricerca del piacere. L'uomo deve comprendere questo principio di piacere, non solo dire: «Voglio il piacere». Se volete il piacere, non potete non avere con esso anche sofferenza e dolore; non potete avere l'uno senza l'altro. E se perseguite il piacere, qualsiasi forma esso abbia, date vita a un mondo di conflitto. Quando dite: «Sono un hindù» - sapete quante sono le etichette che uno si può dare - allora voi diventate importantissimi. E come quando venerate un fiume e rinnegate tutti gli altri; quando una famiglia diventa della massima importanza, respingete tutte le altre famiglie, ed è per questo che le famiglie sono un pericolo; quando adorate un albero, un dio, allora rifiutate tutti gli alberi, tutti gli dèi. Ed è ciò che sta capitando: quando venerate la vostra piccola nazione particolare, allora respingete tutte le altre nazioni; allora siete pronti a combattere, a dar battaglia e uccidervi l'un l'altro….Il piacere, quindi, è impresso nel culto degli déi, nella ricerca di verità, nel dire: «la mia nazione», «la mia famiglia», «la mia posizione»; il piacere è coinvolto in tutto ciò, e questo piacere crea danni indicibili. Dobbiamo comprendere il piacere, non respingerlo, perché nel momento in cui lo respingete, è come se vi amputaste un braccio, o vi accecaste, cosicché non avrete il piacere di vedere una bella nuvola, una bella donna, o un incantevole albero. Dobbiamo, così, comprendere l'importanza straordinaria del piacere e come esso si generi. E quando lo capite, vi rendete conto di quale significato esso abbia, come vedremo ora….Sapete, vi è stato detto dai religiosi del mondo che dovete essere senza desiderio. È uno dei decreti dei cosiddetti religiosi che voi dobbiate lottare per essere privi di desiderio, senza brama. Si tratta di una sciocchezza emerita, perché quando vedete qualcosa, provate già il desiderio. Il desiderio è una reazione. Quando vedete un colore brillante, guardatelo. Sapete, il colore è una delle cose più belle; il colore è Dio, guardatelo; non dite: «Mi piace il rosso», o «Mi piace il blu»; ma guardate soltanto il colore di una nube, il colore di un sari, il colore di una foglia che è appena spuntata in primavera. Quando guarderete, scoprirete che non c'è affatto piacere, ma bellezza vera e propria. La bellezza, come l'amore, non è desiderio, non è piacere….È importante capire l'intera faccenda del desiderio, cosa che è abbastanza semplice. Non so perché la gente faccia tanto baccano al riguardo. Siete in grado di vedere come si origina. C'è la percezione, poi la sensazione, il contatto e il desiderio. Seguite? Vedo una bella macchina - la percezione, per prima. Poi la sensazione di essa, quando la toccate, e quindi c'è il desiderio di possederla - desiderio. Per prima, la percezione; poi, l'osservazione, la sensazione, il contatto e il desiderio. È davvero tutto lì. Ora comincia il problema. Subentra, allora, il pensiero e pensa a quel desiderio, che diventa piacere. Ossia, signori, vedo una bella montagna con profonde valli, coperta di neve, luminosa nella luce del mattino, colma di distacco e splendore. La vedo. Allora il pensiero comincia

a dire: «Com'è bella! Vorrei potere restare sempre a guardarla!» Il pensiero - che è memoria che reagisce a ciò che vede - dice: «Vorrei poter vivere là!» Oppure, vedo un bel viso; penso a quel viso, e allora, il pensarci costantemente fa sorgere il piacere. Il sesso, il piacere che avete avuto e, pensandoci, l'immagine: più ci pensate più aumenta il piacere; e, dunque, il desiderio. Il pensiero determina la continuità del piacere. È molto semplice quando lo analizzate. Ci si domanda, allora: «È possibile che il pensiero non abbia a che fare col desiderio?» Seguite? È il vostro problema. Quando vedete qualcosa di straordinariamente bello, pieno di vita e bellezza, non dovete mai lasciare che subentri il pensiero, perché, nel momento in cui il pensiero lo tocca, essendo il pensiero vecchio, lo corromperà in piacere, facendo allora sorgere l'esigenza di piacere, di un sempre maggior piacere; e quando esso non viene dato, c'è conflitto, c'è paura. È possibile, quindi, guardare le cose senza pensiero? Per guardare dovete essere tremendamente vivi, non paralizzati. Ma i religiosi vi hanno detto: «Siate paralizzati, giungete alla realtà mutilati». Ma non potete mai giungere mutilati alla realtà. Per vedere la realtà, dovete avere una mente chiara, incorrotta, innocente, non confusa, non torturata, libera; allora soltanto potete vedere la realtà. Se vedete un albero, dovete guardarlo con occhi limpidi, senza l'immagine. Quando il pensiero pensa al desiderio - e il pensiero ci pensa sempre - da ciò deriva il piacere. C'è l'immagine dell'oggetto che il pensiero ha creato, e il costante pensare a quell'immagine, a quel simbolo, a quella figura, dà vita al piacere. Vedete una bella testa, la guardate. Il pensiero dice: «È una bellissima testa, una bella testa, ha dei bei capelli». Comincia a pensarci, ed è piacevole…Vedere qualcosa senza pensiero non significa che dobbiate smettere di pensare - non è questo il punto. Ma dovete essere consapevoli quando il pensiero interferisce nel desiderio, sapendo che il desiderio è percezione, sensazione, contatto. Dovete essere consapevoli per intero del meccanismo del desiderio, e anche di quando il pensiero si precipita istantaneamente su di esso. E ciò richiede non solo intelligenza, ma anche consapevolezza, perché vi rendiate conto quando vedete qualcosa di straordinariamente bello o di straordinariamente brutto. Allora la mente non fa confronti: la bellezza non è bruttezza, e la bruttezza non è bellezza. Così, con la comprensione del piacere possiamo indagare il dolore….Senza conoscere il dolore, qualsiasi cosa facciate - salire la scala sociale più alta, o la scala burocratica, o quella religiosa o politica - provocherete sempre danno, o in nome di Dio, o in nome della vostra nazione, del vostro partito, della vostra società, della vostra ideologia; sarete uno che combina dei guai. È evidente…..Cos'è dunque il dolore? Ancora una volta, per favore, guardate «ciò che è», non «ciò che dovrebbe essere». Perché ora, se avete approfondito la questione, non confrontate più, ma guardate realmente «ciò che è». Quindi, avete l'energia per guardare, e quell'energia non va sprecata nel confrontare. Uno dei problemi dell'uomo è come avere energia. Di nuovo, i religiosi con le loro piccole menti insignificanti, hanno detto: «Per avere energia non dovete essere sposati; per aver l'energia dovete patire la fame, digiunare, prendere un pasto unico, indossare un perizoma, alzarvi alle due del mattino e pregare» - tutto ciò è insensato, perché in tal modo distruggete voi stessi, distruggete l'energia. L'energia giunge quando guardate «ciò che è» realmente, il che significa assenza di sperpero di energia nel confronto….Stiamo dicendo: «Che cos'è il dolore?» L'uomo ha cercato di vincerlo in tanti modi - con il culto,

con la fuga, col bere, col divertimento - ma è sempre lì. Il dolore va compreso, come comprendereste qualsiasi altra cosa. Non respingetelo, non reprimetelo, non cercate di vincerlo; ma comprendetelo, guardate ciò che è. Che cos'è il dolore? Sapete che cos'è il dolore? Devo dirvelo io? Il dolore è quando perdete qualcuno che pensate di amare; il dolore è quando non vi potete appagare del tutto, completamente; il dolore è quando non vi si riconosce un'opportunità, una capacità; il dolore è quando volete appagarvi e non c'è modo di farlo; il dolore è quando vi trovate faccia a faccia con la vostra totale vacuità, solitudine; e sul dolore grava l'autocommiserazione. Sapete che cos'è l'«autocommiserazione»? L'autocommiserazione si ha quando vi lamentate di voi stessi, inconsciamente o consciamente, quando vi compatite, quando dite: «Non posso fare nulla contro l'ambiente in cui mi trovo, messo come sono»; quando vi definite un flagello, lamentando la vostra sorte. E, quindi, c'è il dolore. Per comprendere il dolore, per prima cosa, si deve essere consapevoli di questa autocommiserazione. È uno dei fattori del dolore. Quando qualcuno muore, voi venite abbandonati e diventate consapevoli di quanto siete soli. Oppure, se qualcuno muore, vi ritrovate senza denaro, siete insicuri. Avete vissuto sulle spalle degli altri e cominciate a lagnarvi, cominciate a provare autocommiserazione. Così, una delle cause del dolore è l'autocommiserazione. È un fatto, come quello che siete soli; è «ciò che è». Guardate l'autocommiserazione, non cercate di vincerla, non la negate, non dite: «Che cosa posso farci?» È un fatto: c'è l'autocommiserazione. È un fatto: siete soli. Siete in grado di guardarla senza alcun confronto con la vostra sicurezza di ieri, quando avevate quel denaro, o quella persona, o quella capacità - qualunque essa sia? Guardatela soltanto; vedrete allora che per l'autocommiserazione non c'è proprio posto. Ciò non significa che voi accettiate la situazione come essa è….Uno dei fattori del dolore è l'eccezionale solitudine dell'uomo. Potete avere dei compagni, potete avere degli dèi, potete avere tantissima conoscenza, potete essere straordinariamente attivi sul piano sociale, ciarlare continuamente di politica - e i politici, per la maggior parte, chiacchierano comunque - e tuttavia questa solitudine resta. L'uomo, quindi, prova a trovare un significato nella vita e inventa un significato, un senso. Eppure la solitudine resta. Potete, dunque, guardarla senza alcun confronto, solo guardarla com'è, senza cercare di scappar via, senza cercare di mascherarla, o di sottrarvi a essa? Allora vedrete che la solitudine diventa qualcosa di completamente differente. L'uomo deve essere solo. Noi non siamo soli. Siamo il risultato di migliaia di influenze, di migliaia di condizionamenti, di retaggi psicologici, propaganda, cultura. Non siamo soli e, quindi, siamo esseri umani di seconda mano. Quando si è soli, del tutto soli, senza appartenere a una famiglia, sebbene la si possa avere, né a una nazione, a una cultura, a un particolare incarico, c'è la sensazione di essere un estraneo - estraneo a ogni forma di pensiero, azione, famiglia, nazione. E solo colui che è completamente solo è innocente. È questa innocenza che libera la mente dal dolore. E una mente afflitta dal dolore non saprà mai cos'è l'amore. Sapete che cos'è l'amore? Non c'è amore quando c'è spazio tra l'osservatore e l'osservato. Sapete che cos'è lo spazio? Lo spazio tra voi e quell'albero, tra voi e ciò che pensate dovreste essere. C'è spazio quando c'è il centro o l'osservatore. Lo capite? Ancora una volta, è molto semplice, e si fa straordinariamente complesso in seguito. Ma cominciamo in modo semplice. C'è questo

microfono davanti a chi parla. Quel microfono è nello spazio. Ma il microfono crea pure lo spazio. C'è una casa con quattro muri. Non c'è solo lo spazio al di fuori ma anche lo spazio all'interno dei quattro muri. E c'è spazio tra voi e l'albero, tra voi e il vostro vicino, tra voi e vostra moglie. Fintanto che c'è questo spazio tra voi e il vostro vicino, vostra moglie, vostro marito, o chiunque sia, tale spazio implica che ci sia un centro che crea lo spazio. State seguendo la cosa? Quando guardate le stelle, ci siete voi che le state guardando e il cielo meraviglioso di una sera con stelle brillanti, aria fresca, chiara - voi, l'osservatore, e l'osservato. Voi siete, così, il centro che crea lo spazio. Quando guardate quell'albero, avete un'immagine di voi stessi e dell'albero; quell'immagine è il centro che sta guardando e, quindi, c'è spazio. E come dicevamo, c'è amore quando non c'è spazio - vale a dire, quando non c'è lo spazio che l'osservatore crea tra sé e l'albero. Avete un'immagine di vostra moglie e vostra moglie ha un'immagine di voi. Avete costruito quell'immagine per dieci anni, o per due anni, o per un giorno, attraverso il suo piacere, il vostro piacere, attraverso i suoi insulti, i vostri insulti; l'avete costruita brontolando, dominando, e via dicendo? E il contatto tra queste due immagini è chiamato «rapporto». È solo quando non c'è nessuna immagine che c'è amore - il che significa che non c'è spazio, non spazio sensibile, non spazio fisico, ma interiormente non c'è spazio alcuno - proprio come c'è bellezza quando non c'è spazio….C'è spazio quando non c'è l'abbandono di sé. Sapete, stiamo parlando di qualcosa che non capite. Non lo avete mai fatto. Non avete mai rimosso lo spazio tra voi e vostra moglie, tra voi e l'albero, o tra voi e le stelle e il cielo o le nuvole; non avete mai veramente guardato. Non sapete che cos'è la bellezza, perché non sapete che cos'è l'amore. Ne parlate, ne scrivete, ma non lo avete mai provato, perché non avete mai conosciuto, eccetto, forse, a rari intervalli, questa totale assenza del sé. Poiché è quel centro che dà origine allo spazio intorno a se stesso. E finché c'è quello spazio, non ci sono né amore né bellezza. Ecco perché le nostre vite sono così vuote, così indifferenti….Andate in ufficio - non so perché. Dite: «Devo andarci perché ho una responsabilità, devo guadagnare, devo mantenere la mia famiglia». Io non so perché voi dobbiate fare alcunché. Siete schiavi, e basta. Non avete mai osservato quando state guardando un albero, o la faccia di una persona di fronte a voi. Quando guardate quella faccia, state guardando da un centro. Il centro origina lo spazio tra voi e quella persona. E per superare quello spazio, la gente assume delle droghe, come l'Lsd. Quando prendete quella droga, essa rende la vostra mente straordinariamente sensibile; ha luogo un mutamento chimico, e allora vedete scomparire quello spazio, del tutto. Non che io l'abbia assunta (Risata). Quelli sono mezzi artificiali e, di conseguenza, irreali. Sono tutti la felicità di un istante, un paradiso temporaneo, una beatitudine temporanea. Non potete ottenerla in questo modo….Senza amore e senza bellezza, quindi, non c'è verità. I vostri santi, i vostri dèi, i vostri sacerdoti, i vostri libri lo hanno negato. Ecco perché vi trovate in una simile situazione. Preferireste parlare della Gita, del Corano, della Bibbia, piuttosto che amare. Ciò significa che voi guardate le strade sporche, lo squallore, il sudiciume lungo queste strade, e lo sopportate. Contribuite alla sporcizia, e non sapete come evitarlo. Cooperate col sistema e non sapete quando dire: «No, io non coopererò, accada quel che accada». Ma quando dite così, è perché amate, perché avete bellezza, non perché vi ribellate. Allora saprete, quando avrete ciò, che c'è bellezza,

amore e la percezione di «ciò che è», che è amore. Allora la mente può andare immensamente al di là di se stessa….Ma voi dovete lavorare, lavorare con accanimento ogni giorno, come andate ogni giorno al vostro ufficio. Dovete lavorare sodo, non per conseguire amore, perché non potete conseguire l'amore, non più di quanto possiate conseguire l'umiltà - è solo l'uomo vanitoso che ne parla e consegue l'umiltà, ma resta pur sempre vanitoso. Come per l'umiltà, non potete coltivare l'amore, e non potete coltivare la bellezza; senza essere consapevoli, non potete vedere ciò che è la verità. Ma se siete consapevoli - non consapevoli di una qualche misteriosa natura - se siete solo consapevoli di ciò che fate, di ciò che pensate, del modo in cui guardate, camminate, mangiate, di ciò di cui parlate, allora, grazie a quella consapevolezza, comincerete a vedere la natura del piacere, del desiderio, del dolore, e la solitudine e il tedio assoluti dell'uomo. E allora comincerete a imbattervi in quella cosa chiamata «spazio». E dove c'è spazio tra voi e l'oggetto, sapete che non c'è amore….Senza amore potete fare ciò che volete - una riforma, determinare un nuovo ordine sociale, parlare di infinito progresso ideologico - tutto ciò genera angoscia. Così tocca a voi. Non c'è alcun capo, alcun guru. Non c'è nessuno che vi dica cosa fare. Dovete essere luce a voi stessi. Perciò siete soli, soli in mezzo al mondo folle, brutale. Ecco perché si deve essere un'oasi in un deserto di idee. E l'oasi ha vita quando c'è amore.

Domande e Risposte

Domanda: In una sua dichiarazione che ho letto oggi sul giornale, lei sostiene che, per risolvere i problemi dell'uomo, ciò che occorre non è una rivoluzione economica o sociale, bensì una rivoluzione religiosa. Che cosa intende per rivoluzione religiosa?

Krishnamurti: In primo luogo vediamo cosa si intende per religione. Che cos'è la religione per la maggior parte di noi - non l'idea di ciò che dovrebbe essere, ma il dato di fatto? Evidentemente per la maggior parte di noi la religione è un insieme di dogmi, di tradizioni; è ciò che le Upanishad o la Gita o la Bibbia hanno affermato; oppure è fatta delle esperienze, delle fantasie, delle speranze, delle idee scaturite dalle nostre menti condizionate e conformate ai modelli hindú, cristiano o comunista. Si parte da un condizionamento particolare e su di esso vanno a fondarsi le esperienze. Ciò che chiamiamo religione è preghiera, rituale, dogma, anelito di Dio; è l'accettazione dell'autorità e un gran numero di superstizioni, non è così? Ma è religione questa? L'uomo che stia davvero cercando di scoprire la verità deve senz'altro abbandonare tutto ciò, non è vero? Egli deve rinunciare del tutto all'autorità del guru, delle Upanishad e a quella delle proprie esperienze, cosicché, purificata da ogni autorità, la sua mente sia in grado di scoprire. Ciò significa che dovete smettere di essere hindú, cristiani, buddhisti; vedere l'assurdità dell'intera faccenda e staccarvene. Lo farete? Farlo significa opporsi alla società attuale e rischiare di perdere il proprio lavoro. Così, con la mente sopraffatta dalla paura, si continua ad accettare l'autorità. Ciò che chiamiamo religione, dunque, non lo è affatto. Il credere o no in Dio dipende dal nostro condizionamento. Tu credi in Dio, mentre il comunista non lo fa. Qual è la differenza? Non ne sussiste alcuna, poiché tu sei educato a credere ed egli a non credere. L'uomo che stia seriamente ricercando non deve, dunque, rifiutare del tutto tale processo - dal momento che ne comprende l'intero

significato? Essendo insicuri, spaventati, interiormente inadeguati, ci identifichiamo con una nazione, con un'ideologia o con una fede in Dio, e siamo in grado di vedere ciò che sta accadendo ovunque nel mondo. Ogni religione, sebbene tutte quante professino amore, fratellanza e tutto il resto, in realtà, separa l'uomo dall'uomo. Tu sei un sikh e io un hindú, egli è un musulmano e un altro è un buddhista. Nel vedere tutta questa confusione e frammentazione ci si rende conto che deve esserci un modo di pensare differente, ma esso, ovviamente, non potrà realizzarsi finché si rimarrà hindú, cristiani o quel che si voglia. Per essere liberi da tutto questo dovete conoscere voi stessi, l'intera struttura del vostro essere, dovete capire perché accettate, perché seguite l'autorità, il che è del tutto evidente. Volete il successo, volete avere la certezza che esista un Dio su cui possiate fare affidamento nei momenti difficili. Un uomo davvero gioioso, felice non pensa mai a Dio. Pensiamo a Dio quando siamo infelici, in conflitto; ma infelicità e conflitto sono una nostra creazione e senza comprenderne l'intero processo, il mero cercare Dio conduce all'illusione totale. Quindi la rivoluzione religiosa di cui sto parlando non è la rinascita o la riforma di una qualche religione particolare, ma è la completa libertà da tutte le religioni e da tutte le ideologie - il che significa, davvero, la libertà dalla società che le ha create. Senza dubbio, un uomo ambizioso non può essere un uomo religioso. L'ambizioso non conosce l'amore, sebbene ne possa parlare. Un uomo può non essere ambizioso da un punto di vista mondano, ma se mira a essere un santo, a essere qualcuno da un punto di vista spirituale, se aspira a conseguire un risultato nell'aldilà, egli è, comunque, ambizioso. La mente deve, perciò, essere non solo spogliata di tutti i riti, le credenze, i dogmi, ma anche priva d'invidia. La libertà totale dell'uomo è la rivoluzione religiosa, poiché solo allora egli sarà in grado di affrontare la vita del tutto diversamente e di smettere con il creare un problema dopo l'altro. Probabilmente avete ascoltato tutto ciò solo verbalmente o intellettualmente, perché dite a voi stessi: «Che cosa farei nella vita senza ambizioni? Verrei distrutto dalla società». Mi domando se sareste distrutti dalla società. Nel momento in cui voi comprendete la società e rifiutate l'intera struttura su cui si basa - l'ambizione, l'invidia, la ricerca del successo, i dogmi religiosi, le credenze e le superstizioni - ne siete al di fuori e potete, quindi, considerare l'intero problema in modo nuovo e forse allora non vi sarà alcun problema. Ma, probabilmente, avete ascoltato solo a livello verbale e domani persisterete nello stesso vecchio atteggiamento: leggerete la Gita o la Bibbia, andrete dal vostro guru o dal vostro sacerdote e così via. Potete ascoltare tutto ciò e accettarlo intellettualmente, verbalmente, ma la vostra esistenza procede nella direzione opposta; così avete semplicemente creato un altro conflitto; perciò è molto meglio non ascoltare del tutto, dato che avete conflitti e problemi a sufficienza senza sollevarne uno nuovo. È molto piacevole sedere e ascoltare quel che viene detto qui, ma se ciò non si rapporta alla vostra vita reale, è molto meglio che vi tappiate le orecchie, perché se udite la verità e non la vivete, la vostra esistenza diventa un'orrenda confusione, il penoso pasticcio che essa è.

Domanda: Ci troviamo a vivere con la paura della guerra, di perdere il lavoro, se ne abbiamo uno; con la paura del terrorismo, della violenza dei nostri figli, di essere del tutto alla mercé di politici inetti. Come andare incontro alla vita quale essa è oggi?

Krishnamurti: Come andarle incontro? Si deve dare per scontato che il mondo sta

diventando sempre più violento - è evidente. Anche le minacce di guerra sono molto evidenti e così lo stranissimo fenomeno che i nostri figli stanno diventando violenti. Viene in mente il caso di una madre venuta a incontrarci in India qualche tempo fa. Nella tradizione indiana le madri sono tenute in grandissimo rispetto, e questa madre era sconvolta perché, diceva, i suoi figli l'avevano picchiata - una cosa inaudita in questo paese. Così questa violenza si sta diffondendo in ogni parte del mondo. E c'è la paura di perdere il lavoro, come dice chi pone la domanda. Riconoscendo tutto ciò, sapendo tutto ciò, come andare incontro alla vita, quale essa è oggi? Non lo so. So come lo faccio io, ma non si sa come lo farete voi. Anzitutto, che cos'è la vita, che cos'è questa cosa chiamata esistenza, piena di dolore, di sovrappopolazione, di politici inetti, d'ogni truffa, di disonestà, di corruzione che persiste nel mondo? Come andarle incontro? Di certo, ci si deve dapprima domandare che cosa significa vivere. Che cosa significa vivere in questo mondo, quale esso è? Come viviamo la nostra vita quotidiana, realmente, non teoricamente, non filosoficamente o idealisticamente, come la viviamo realmente? Se la esaminiamo o ne siamo consapevoli seriamente, è una battaglia costante, un costante lottare, uno sforzo dopo l'altro. Doversi alzare al mattino è uno sforzo. Che cosa dobbiamo fare? Non possiamo assolutamente sfuggirla. Una volta si sapeva di diverse persone che dicevano che era impossibile vivere nel mondo e che si ritiravano su qualche montagna dello Himalaya e scomparivano. Si tratta di un mero evitare, di una fuga dalla realtà, come lo è perdersi in una comunità, o unirsi a un qualche guru dal considerevole patrimonio e smarrirsi in ciò. Ovviamente, quelle persone non risolvono i problemi della vita quotidiana, né indagano sul cambiamento, sulla rivoluzione psicologica della società. Fuggono da tutto ciò. E noi, se non fuggiamo e viviamo davvero in questo mondo, quale esso è, che cosa dobbiamo fare? Possiamo cambiare la nostra vita? Non avere il minimo conflitto in essa, perché il conflitto fa parte della violenza - è possibile? Questa lotta costante per essere qualcosa è il fondamento della nostra vita, lottare, lottare. Possiamo, come esseri umani che vivono in questo mondo, cambiare noi stessi? Questo è davvero il problema - trasformarci radicalmente, psicologicamente, non «alla fine», non concedendoci tempo. Per un uomo serio, un uomo veramente religioso, non c'è domani. È alquanto difficile dire che non c'è un domani; c'è solo l'intenso culto dell'oggi. Possiamo vivere questa vita interamente e realmente, quotidianamente, trasformando le nostre reciproche relazioni? Ecco il problema, non ciò che il mondo è, dato che noi siamo il mondo. Rendetevene conto, per favore: il mondo è voi e voi siete il mondo. Questa è una terribile evidenza, una sfida che deve essere totalmente raccolta - ovvero, rendersi conto che noi siamo il mondo con tutta la sua bruttezza, che noi abbiamo contribuito a tutto ciò, che noi siamo responsabili di tutto ciò, di ciò che accade in Medio Oriente, in Africa, e di tutta la follia che persiste in questo mondo; ne siamo responsabili. Possiamo non essere responsabili delle azioni dei nostri nonni e bisnonni - schiavismo, migliaia di guerre, la brutalità degli imperi - ma ne facciamo parte. Se non sentiamo la nostra responsabilità, il che significa essere del tutto responsabili di noi stessi, di ciò che facciamo, di ciò che pensiamo, di come ci comportiamo, allora non c'è quasi più speranza, essendo a conoscenza di ciò che il mondo è, sapendo che non possiamo individualmente, separatamente, risolvere il problema del terrorismo. Questo è il problema dei governi,

accertarsi che i propri cittadini siano al sicuro, protetti, e tuttavia essi non sembrano preoccuparsene. Se ciascun governo si preoccupasse davvero di proteggere il suo popolo, non ci sarebbero guerre. Ma, a quanto pare, i governi hanno perduto anche il buon senso; sono interessati soltanto ai partiti politici, al proprio potere, alla propria posizione, al proprio prestigio - conoscete tutto ciò, tutto il gioco. Possiamo, dunque, senza concederci tempo, ossia domani, il futuro, vivere in modo tale che l'oggi sia estremamente importante? Il che significa che dobbiamo diventare straordinariamente vigili riguardo alle nostre reazioni, alla nostra confusione - lavorare con accanimento su di noi. A quanto pare questa è l'unica cosa che possiamo fare. E se non lo facciamo, non c'è davvero alcun futuro per l'uomo. Non so se avete seguito qualche titolo nei giornali - tutto questo prepararsi alla guerra. E se vi preparate a qualcosa, l'avrete - come preparare un buon piatto. La gente comune nel mondo apparentemente sembra non preoccuparsi. Non si preoccupano quelli che sono intellettualmente, scientificamente coinvolti nella produzione di armamenti. Sono solo interessati alle loro carriere, al loro lavoro, alla loro ricerca; e noi, che siamo del tutto delle persone comuni, la cosiddetta borghesia, se non ci preoccupiamo minimamente, allora gettiamo davvero la spugna. La tragedia è che non sembriamo preoccuparci. Non ci riuniamo, non pensiamo insieme, non lavoriamo insieme. Siamo soltanto estremamente disposti a legarci a istituzioni, a organizzazioni, sperando che esse fermino le guerre, ci fermino dal massacrarci l'un l'altro. Non lo hanno mai fatto. Le istituzioni, le organizzazioni non fermeranno mai nulla di tutto ciò. È il cuore umano, la mente umana che è coinvolta. Per favore, non stiamo parlando retoricamente; stiamo affrontando qualcosa che è davvero molto pericoloso. Abbiamo incontrato alcune delle persone importanti che sono coinvolte in tutto ciò, e costoro non se ne preoccupano. Ma se noi ci preoccupiamo e se la nostra vita quotidiana viene vissuta rettamente, se ciascuno di noi è consapevole di ciò che fa ogni giorno, allora io penso che ci sia qualche speranza per il futuro.

Domanda: Perché spreca il suo tempo predicando invece di aiutare il mondo in modo pratico?

Krishnamurti: Ora, che cosa intendete per «pratico»? Volete dire: provocare un cambiamento nel mondo, un migliore ordinamento economico, una migliore distribuzione della ricchezza, un rapporto migliore - o, per metterla in un modo più brutale, l'aiutarvi a trovare un lavoro migliore. Volete vedere un cambiamento in questo mondo - lo vuole ogni uomo intelligente - e volete un metodo per provocare quel cambiamento; quindi, mi domandate perché spreco il mio tempo predicando invece di impiegarlo in qualcosa. Ora, quello che sto facendo è veramente una perdita di tempo? Lo sarebbe - non è così? - se introducessi una nuova serie di idee per rimpiazzare la vecchia ideologia, il vecchio modello. Forse, è ciò che vorreste che io facessi. Ma, invece di indicare un cosiddetto modo pratico di agire, di vivere, di procurarsi un lavoro migliore, di creare un mondo migliore, non è forse importante scoprire quali siano gli impedimenti che ostacolano veramente una rivoluzione reale - non una rivoluzione della Sinistra o della Destra, ma una rivoluzione fondamentale, radicale, non basata sulle idee? Perché, da come ne abbiamo discusso, gli ideali, le credenze, le ideologie, i dogmi ostacolano l'azione. Non

può esserci una trasformazione del mondo, una rivoluzione finché l'azione si basi sulle idee, perché in quel caso essa è soltanto reazione; perciò le idee diventano molto più importanti dell'azione, ed è esattamente quanto sta avvenendo nel mondo, non è così? Per agire, dobbiamo scoprire gli impedimenti che ostacolano l'azione. Ma la maggior parte di noi non vuole agire - sta in ciò la nostra difficoltà. Preferiamo discutere, preferiamo rimpiazzare un'ideologia con un'altra, e così fuggiamo dall'azione mediante l'ideologia. Sicuro, è molto semplice, no? Il mondo al giorno d'oggi si trova di fronte a molti problemi: sovrappopolazione, fame, divisione della gente in nazionalità e classi, e via dicendo. Perché non c'è un gruppo di persone sedute insieme a cercare di risolvere i problemi del nazionalismo? Ma se cerchiamo di diventare internazionali mentre ci attacchiamo alla nostra nazionalità, creiamo un altro problema, ed è ciò che fa la maggior parte di noi. Vedete, dunque, che gli ideali ostacolano realmente l'azione. Uno statista, un'eminente autorità, ha detto che il mondo può essere organizzato e tutta la gente sfamata. Allora perché non è stato fatto? A causa delle idee conflittuali, delle credenze e dei nazionalismi. Quindi, le idee, di fatto, impediscono di sfamare la gente, e la maggior parte di noi si trastulla con le idee, e pensa che siamo dei tremendi rivoluzionari, e si ipnotizza con parole come «pratico». Ciò che conta è liberarci dalle idee, dai nazionalismi, da tutte le credenze religiose e i dogmi, affinché sia possibile agire, non conformemente a un modello o a una ideologia, ma a seconda delle necessità; e, sicuramente, far notare gli intralci e gli impedimenti che ostacolano un'azione simile non è una perdita di tempo, non si tratta di un mucchio di chiacchiere. Ciò che state facendo è, evidentemente, un'assurdità. Le vostre idee e credenze, le vostre panacee politiche, economiche e religiose, dividono le persone e conducono alla guerra. È solo quando la mente si è liberata dell'idea e della credenza che può agire rettamente. Un patriota, un nazionalista non può mai sapere che cosa sia essere fraterno, sebbene ne possa parlare; le sue azioni, al contrario, in senso economico e in ogni direzione, conducono alla guerra. Può esserci, così, la giusta azione e, quindi una trasformazione radicale, duratura, solo quando la mente si è liberata delle idee, non superficialmente, ma fondamentalmente, e la libertà dalle idee può realizzarsi soltanto tramite la consapevolezza e la conoscenza di sé.

Domanda: La maggior parte di noi resta presa nella routine del lavoro e si annoia, ma il nostro sostentamento dipende da essa. Perché non siamo in grado di essere felici nel nostro lavoro?

Krishnamurti: Sicuramente, la civiltà moderna sta facendo fare a molti di noi un lavoro che, come individui, non ci piace affatto. La società, com'è costituita attualmente, essendo basata sulla competizione, sulla crudeltà, sulla guerra, necessita, diciamolo, di ingegneri e scienziati. Sono richiesti ovunque, in ogni parte del mondo, perché possono sviluppare ulteriormente gli strumenti di guerra e rendere la nazione più efficiente nella sua crudeltà. Così, l'educazione è ampiamente dedicata a fare dell'individuo un ingegnere o uno scienziato, che egli sia idoneo a ciò o no. L'uomo che viene educato come ingegnere può non voler esserlo effettivamente. Può voler essere un pittore, un musicista, o chissà che altro. Ma le circostanze - l'educazione, la tradizione familiare, le esigenze della società, e via dicendo - lo costringono a specializzarsi come ingegnere.

Abbiamo creato, dunque, una routine in cui la maggior parte di noi resta presa, e allora siamo frustrati, tristi, infelici, per il resto della vita. Lo sappiamo tutti. Si tratta, fondamentalmente, di una questione di educazione. E siamo in grado di determinare un'educazione d'altro tipo, in cui ciascuno, così l'insegnante come lo studente, ami quello che fa? Ami - intendo esattamente questa parola. Ma voi non potete amare quello che fate se lo usate tutto il tempo come uno strumento di successo, potere, posizione, prestigio. Di sicuro, com'è costituita attualmente, la società produce degli individui che sono del tutto annoiati, che restano presi nella routine di ciò che fanno. Così, occorrerà una tremenda rivoluzione nell'educazione e in tutto il resto, per determinare delle condizioni ambientali totalmente diverse - condizioni che aiuteranno gli studenti, i bambini a crescere in ciò che amano veramente. Data la situazione, dobbiamo rassegnarci alla routine, alla noia, e così tentiamo di fuggire in svariate maniere. Mediante gli svaghi, mediante la televisione o la radio, per mezzo dei libri, della cosiddetta religione; e le nostre vite, quindi, si fanno molto superficiali, vuote, insignificanti. Questa superficialità, a sua volta, porta con sé l'accettazione dell'autorità, che ci dà una sensazione di universalità, di potere, di posizione. Nell'intimo sappiamo tutto ciò, ma è molto difficile staccarsene del tutto, perché per farlo occorre non il solito sentimentalismo, ma pensiero, energia, duro lavoro. Se vogliamo, dunque, creare un mondo nuovo - e di certo voi dovete volerlo, dopo queste guerre terribili, dopo la miseria, i terrori che gli esseri umani hanno sopportato - allora dovrà esserci una rivoluzione religiosa in ciascuno di noi, una rivoluzione che determinerà una nuova cultura e una religione del tutto nuova, non la religione dell'autorità, del clericalismo, del dogma e del rituale. Per creare una società completamente diversa, questa rivoluzione religiosa deve avvenire - una rivoluzione all'interno dell'individuo e non, all'esterno, il terribile spargimento di sangue che provoca soltanto una tirannia maggiore, miseria e paura maggiori. Se dobbiamo creare un mondo nuovo - nuovo in un senso totalmente differente - allora deve essere il nostro mondo, non il mondo tedesco, o russo, o hindú, poiché siamo tutti degli esseri umani, e la terra è nostra. Ma, sfortunatamente, sono pochi quelli profondamente sensibili al riguardo, perché ciò richiede amore, non sentimentalismo o emotività. L'amore è difficile da trovare, e l'uomo che è sentimentalmente emotivo generalmente è crudele. Per determinare una cultura totalmente diversa, a me sembra che debba avvenire in ciascuno di noi questa rivoluzione religiosa, il che significa che ci vuole libertà, non solo da tutti i credo e i dogmi, ma anche dall'ambizione personale e dall'attività egocentrica. Solo allora, sicuramente, potrà esserci un mondo nuovo.

Domanda: Mia moglie e io litighiamo. A quanto pare ci piacciamo, eppure questo litigare continua. Abbiamo cercato in vari modi di porre fine a questa brutta cosa, ma sembriamo incapaci di essere psicologicamente liberi l'uno dall'altra. Che cosa suggerisce?

Krishnamurti: Finché c'è dipendenza, c'è necessariamente tensione. Se dipendo da voi come uditorio per appagare me stesso, allo scopo di sentirmi qualcuno parlando a un gran numero di persone, allora io dipendo da voi, vi strumentalizzo, mi siete psicologicamente necessari. Questa dipendenza è chiamata amore, e tutte le nostre

relazioni si basano su di essa. Psicologicamente ho bisogno di voi, e psicologicamente voi avete bisogno di me. Psicologicamente diventate importanti nel mio rapporto con voi, perché soddisfate le mie esigenze - non solo psicologicamente, ma anche interiormente. Senza di voi sono perduto, sono insicuro, dipendo da voi; vi amo. Ogniqualvolta quella dipendenza viene messa in discussione, c'è insicurezza - e allora ho paura. E per nascondere quella paura, ricorro a ogni sorta di stratagemmi, i quali mi aiuteranno a scappare da essa. Sappiamo tutto ciò - usiamo proprietà, conoscenza, dèi, illusioni, rapporti, come mezzi per coprire la nostra vacuità, la nostra solitudine e, dunque, queste cose diventano molto importanti. Le cose che sono diventate le nostre fughe si fanno straordinariamente preziose. Così, finché c'è dipendenza, c'è necessariamente paura. Essa non è amore. Potete chiamarla amore; potete nasconderla con qualsiasi parola dal suono gradevole. Ma, in realtà, al di sotto di essa c'è un vuoto; c'è la ferita che non può essere curata in nessun modo, che può giungere alla fine solo quando ne siete consci, consapevoli, solo quando l'avete compresa. E può esserci comprensione solo quando non cercate una spiegazione. Vedete, chi pone la domanda vuole una spiegazione; vuole da me delle parole. Ci accontentiamo di parole. La nuova spiegazione - se è nuova - voi la ripeterete. Ma il problema è ancora lì; ci sarà ancora litigio. Ma, non appena comprendiamo questo processo di dipendenza - quella esteriore come quella interiore, le dipendenze nascoste, le impellenze psicologiche, l'esigenza del «di più» - quando comprendiamo queste cose, solo allora, sicuramente, c'è una possibilità di amore. L'amore non è né personale né impersonale; è uno stato. Non è della mente; la mente non può ottenerlo. Non potete mettere in pratica l'amore, o acquisirlo attraverso la meditazione. Sorge solo quando non c'è paura, quando questo senso di ansia, di solitudine è cessato, quando non c'è alcuna dipendenza o acquisizione. E ciò avviene solo quando comprendiamo noi stessi, quando siamo pienamente consci dei nostri moventi reconditi, quando la mente è in grado di scavare nelle profondità di se stessa senza cercare una risposta, una spiegazione, quando non si danno più nomi. Sicuramente, una delle nostre difficoltà è che la maggior parte di noi si accontenta di ciò che nella vita è superficiale - soprattutto di spiegazioni, giusto? E pensiamo di aver risolto ogni cosa con lo spiegarla - che è l'attività della mente. Finché possiamo dare un nome, riconoscere, pensiamo di aver ottenuto qualcosa; non appena si ha l'impressione che manchi il riconoscimento, il nominare, la spiegazione, la mente si fa confusa. Ma solo laddove non ci siano spiegazioni, quando la mente non si invischi nelle parole, l'amore può sorgere.

Domanda: Il matrimonio è una parte necessaria di qualsiasi società organizzata, tuttavia lei sembra contrario a questa istituzione. Che cosa dichiara? Spieghi, per favore, anche il problema del sesso. Perché è diventato, con la guerra, il problema più urgente del nostro tempo?

Krishnamurti: Fare una domanda è facile, il difficile è l'analisi attenta del problema stesso, che racchiude la risposta. Per comprendere questo problema, dobbiamo vederne le enormi implicazioni. Ciò è difficile, perché il tempo a nostra disposizione è limitato; io dovrò essere breve e se voi non seguite con attenzione, potreste non essere in grado di comprendere. Indaghiamo il problema, non la risposta, perché la risposta è nel problema,

non ne è separata. Più comprendo il problema, più chiaramente vedo la risposta. Se cercate soltanto una risposta, non la troverete, perché sarete alla ricerca di una risposta separatamente dal problema. Prendiamo in considerazione il matrimonio, ma non teoricamente o come ideale, il che è piuttosto assurdo; non idealizziamolo, guardiamolo per quello che è, poiché allora facciamo qualcosa al riguardo. Se lo dipingete rosa, non potete agire; ma se lo guardate e lo vedete esattamente com'è, allora forse sarete in grado di agire. Ora, che cosa accade di fatto? Quando si è giovani, lo stimolo sessuale, biologico è molto forte e, al fine di arginarlo, avete l'istituzione chiamata matrimonio. C'è, da entrambe le parti, lo stimolo biologico, e così vi sposate e avete dei figli. Vi legate a un uomo o a una donna per il resto della vita, e nel farlo ne ricavate una fonte permanente di piacere, una sicurezza garantita, col risultato che cominciate a disgregarvi; vivete in un ciclo di abitudini, e l'abitudine è disgregazione. Comprendere questo stimolo sessuale, biologico richiede molta intelligenza, ma noi non siamo educati a essere intelligenti. Semplicemente invecchiamo con l'uomo o con la donna con cui dobbiamo vivere. Mi sposo a 20 o 25 anni, e devo vivere per il resto della vita con una donna che non ho conosciuto. Non ho conosciuto nulla di lei, eppure mi chiedete di vivere con lei per il resto della vita. Lo chiamate matrimonio quello? Man mano che cresco e osservo, la trovo completamente diversa da me; i suoi interessi sono diversi dai miei; a lei interessano i circoli, a me interessa essere serio, o viceversa. E tuttavia abbiamo dei figli - questa è la cosa più singolare. Signori, non guardate le signore sorridendo; è il vostro problema. Ho, così, instaurato un rapporto di cui non conosco il significato; non l'ho né scoperto né compreso. È solo per l'esigua minoranza che ama che il rapporto coniugale ha un significato e, allora, non può spezzarsi; non è una mera abitudine o una convenienza, né si basa sul bisogno sessuale, biologico. In quell'amore, che è incondizionato, le identità si sono fuse, e in un simile rapporto c'è un rimedio, c'è speranza. Ma per la maggior parte di noi il rapporto coniugale non è fusione. Per fondere due entità separate, voi dovete conoscere voi stessi e lei deve conoscere se stessa. Il che significa amare. Ma non c'è amore, è un fatto evidente. L'amore è fresco, nuovo, non è mera gratificazione, mera abitudine. È incondizionato. Non trattate vostro marito o vostra moglie in questo modo, non è così? Voi vivete nel vostro isolamento, e lei vive nel suo, e avete instaurato le vostre abitudini di piacere sessuale assicurato. Che cosa succede all'uomo che ha un guadagno assicurato? Di sicuro, si guasta. Ve ne siete accorti? Osservate un uomo che abbia un guadagno assicurato e presto vedrete con che rapidità la sua mente si inaridisce. Può avere una posizione importante, può essere ritenuto abile, ma tutta la gioia della vita lo ha abbandonato. Analogamente, nel matrimonio trovate una fonte permanente di piacere, un'abitudine senza comprensione, senza amore, e siete costretti a vivere in tale stato. Non sto dicendo che cosa dovreste fare, ma guardate, anzitutto, il problema. Pensate che sia giusto? Ciò non significa che dovete liberarvi di vostra moglie e cercare un'altra persona. Qual è il significato di questo rapporto? Di certo, amare è essere in comunione con qualcuno, ma voi siete in comunione con vostra moglie, eccetto a livello fisico? La conoscete, eccetto a livello fisico? Lei vi conosce? Non siete forse entrambi isolati, perseguendo ciascuno i propri interessi, le proprie ambizioni, le proprie esigenze, chiedendo all'altro gratificazione, sicurezza economica o psicologica? Un

rapporto del genere non è affatto un rapporto - è un processo di reciproca chiusura in sé, di necessità psicologica, biologica ed economica - e l'ovvio risultato è il conflitto, la miseria, il fastidio, la paura possessiva, la gelosia, e via dicendo. Pensate che un tale rapporto produca qualcosa all'infuori di brutti bambini e di un brutto sistema di vita? Pertanto, ciò che conta è vedere l'intero processo, non come qualcosa di brutto, ma come un fatto reale che sta avvenendo proprio sotto il vostro naso, e rendendovene conto, che cosa farete? Non potete lasciarlo così com'è ma, poiché non volete analizzarlo, vi date al bere, alla politica, a una donna dietro l'angolo, a qualcosa che vi porti via da casa e da quella moglie o quel marito che vi infastidisce - e pensate di aver risolto il problema. È la vostra vita, non è così? Quindi, dovete fare qualcosa al riguardo, il che significa che dovete affrontarla; vale a dire, se necessario, dividervi, perché, quando un padre e una madre si rimbrottano e litigano costantemente, pensate forse che la cosa non si ripercuota sui figli? Dunque, il matrimonio come abitudine, come coltivazione di un piacere abituale, è un fattore deteriorante, perché nell'abitudine non c'è amore. L'amore non è abituale; l'amore è qualcosa di gioioso, di creativo, di nuovo. Quindi, l'abitudine è il contrario dell'amore, ma voi siete invischiati in essa e il vostro rapporto abituale con l'altro muore spontaneamente. Torniamo, così, alla questione fondamentale, ovvero che la riforma della società dipende da voi, non dalla legislazione. La legislazione può solo favorire ulteriore abitudine o conformismo. Voi, dunque, quale individui responsabili nel rapporto, dovete fare qualcosa - dovete agire, e potete farlo solo quando c'è un risveglio della vostra mente e del vostro cuore. Vedo alcuni di voi fare cenni di assenso col capo, ma il fatto evidente è che non volete assumervi la responsabilità della trasformazione, del cambiamento; non volete affrontare lo sconvolgimento di scoprire come vivere rettamente. E così il problema continua; litigate e tirate avanti, e alla fine morite; e, quando morite, qualcuno piange, non per il compagno, ma per la propria solitudine. Continuate immutati, e pensate che siete esseri umani capaci di legiferare, di occupare alte posizioni, di parlare di Dio, di trovare un modo per fermare le guerre, e via dicendo. Non una di queste cose ha un significato, perché non avete risolto nessuna delle questioni fondamentali. L'altra parte del problema, poi, è il sesso e perché il sesso sia diventato così importante. Perché questo stimolo esercita una presa tale su di voi? Ci avete mai pensato? Non ci avete pensato perché non avete fatto altro che indulgere a esso; non avete cercato di scoprire perché ci sia questo problema. Signori, perché c'è questo problema? E che cosa succede quando avete a che fare con esso reprimendolo completamente - si sa, l'ideale dei brahmacarya, e via dicendo? - Che cosa succede? È ancora lì. Vi irrita chiunque parli di una donna, e pensate di riuscire a reprimere completamente lo stimolo sessuale in voi e di risolvere così il vostro problema, ma siete tormentati da esso. È come vivere in una casa e mettere tutte le vostre cose brutte in una stanza, ma esse sono ancora lì. Dunque, non si risolverà il problema con la disciplina - che è sublimazione, repressione, sostituzione - ci avete provato e non è la via d'uscita. Qual è, quindi, la via d'uscita? La via d'uscita è comprendere il problema, e comprendere non è condannare o giustificare. Guardiamolo, allora, in tal modo. Perché il sesso è diventato un problema così importante nella vostra vita? L'atto sessuale, la sensazione non è forse una condizione di oblio di se stessi? Comprendete quello che voglio dire? In

quell'atto c'è una completa fusione; in quel momento c'è la cessazione completa d'ogni conflitto; vi sentite supremamente felici perché non provate più il bisogno come entità separata, e non siete logorati dalla paura. Ossia, per un momento si ha la fine dell'autocoscienza e percepite la chiarezza dell'oblio del sé, la gioia dell'assenza del sé. Così, il sesso è diventato importante perché in ogni altra direzione voi vivete una vita di conflitti, di autoesaltazione e di frustrazione. Signori, guardate le vostre vite - politiche, sociali, religiose - vi state sforzando di diventare qualcosa. Politicamente, volete essere potenti, avere una posizione, il prestigio. Non volgete lo sguardo verso qualcun altro: non considerate i ministri. Se vi fosse dato tutto quello, fareste la stessa cosa. Dunque, politicamente, vi state sforzando di diventare qualcuno, vi state espandendo, non è così? State, quindi, creando conflitto; non c'è rinuncia, non c'è sacrificio del «me». C'è, al contrario, accentuazione del «me». Lo stesso processo si verifica nel vostro rapporto con le cose, che è possesso di beni e, ancora, nella religione che seguite. Non c'è un senso in ciò che fate, nelle vostre pratiche religiose. Voi semplicemente credete, vi attaccate alle etichette, alle parole. Se osservate, vedrete che anche lì non c'è libertà dalla coscienza del «me» come centro. Sebbene la vostra religione dica: «Dimenticati di te stesso», il vostro stesso processo è l'affermazione di voi stessi; voi siete ancora l'entità che conta. Potete leggere la Gita o la Bibbia, ma siete ancora il ministro, lo sfruttatore che succhia il sangue alla gente e costruisce templi. Così, in ogni campo, in ogni attività, compiacete e valorizzate voi stessi, la vostra importanza, il vostro prestigio, la vostra sicurezza. Quindi, c'è una sola fonte di oblio di sé: il sesso; ecco perché la donna o l'uomo diventano importanti al massimo grado e dovete possederli. Costruite, così, una società che faccia valere quel possesso, che ve lo garantisca, e naturalmente il sesso diventa il problema fondamentale quando da qualsiasi altra parte il sé è la cosa importante. E pensate, signori, che si possa vivere in questo stato senza contraddizione, senza miseria, senza frustrazione? Ma quando, onestamente e sinceramente, non si dà alcuna importanza al sé, sia nella religione sia nell'attività sociale, il sesso, allora, ha ben poco significato. È perché temete di non essere nulla - in campo politico, sociale, religioso - che il sesso diventa un problema; ma se in tutte queste cose vi concedeste di farvi più piccoli, di essere di meno, vedreste che il sesso non è assolutamente più un problema. C'è castità solo quando c'è amore. Quando c'è amore, il problema del sesso finisce; e senza amore, perseguire l'ideale del brahmacarya è un'assurdità, perché l'ideale è irreale. Il reale è ciò che siete, e se non comprendete la vostra mente, il lavorio della vostra mente, non comprenderete il sesso, perché il sesso è una faccenda della mente. Il problema non è semplice. Richiede non semplici pratiche che danno origine ad assuefazione, ma un pensiero enorme e un'indagine circa i vostri rapporti con le persone, con i beni e con le idee. Ciò significa che dovete intraprendere un intenso esame del vostro cuore e della vostra mente e realizzare, in tal modo, una trasformazione all'interno di voi stessi. L'amore è casto, e quando c'è amore, e non la semplice idea della castità creata dalla mente, allora il sesso ha perduto il suo problema e ha un significato del tutto differente.

Domanda: Che tipo di educazione dovrebbe avere mio figlio per far fronte a questo mondo caotico?

Krishnamurti: Questa è una domanda veramente vasta, vero? Una domanda a cui non si può certo rispondere in un paio di minuti. Ma, forse, siamo in grado di riassumerla e, in seguito, potremo approfondirla ulteriormente. Il problema non è che tipo di educazione dovrebbe avere il bambino, ma piuttosto il fatto che l'educatore stesso, il genitore, necessita di educazione. (Mormorio di risate)

No, per favore, non è un'osservazione arguta di cui ridere, con cui distrarsi. Non abbiamo forse bisogno di un tipo di educazione totalmente differente che non sia il mero coltivare la memoria, cosa che dà al bambino una tecnica, in grado di aiutarlo a trovare un lavoro, un sostentamento, bensì un'educazione che lo renderà veramente intelligente? L'intelligenza è la comprensione dell'intero processo, del processo totale della vita, non la conoscenza di un frammento di essa. Così, il problema in realtà è: siamo in grado noi, persone adulte, di aiutare il bambino a crescere in libertà, in completa libertà? Il che non significa permettergli di fare ciò che vuole; ma piuttosto aiutarlo a comprendere che cosa sia essere liberi, perché noi stessi lo abbiamo compreso? Attualmente, la nostra educazione non è che un processo di adeguamento che aiuta il bambino a conformarsi a un particolare modello della società in cui troverà un lavoro, diventerà esteriormente rispettabile, andrà in chiesa, si adatterà e farà sforzi sino alla sua morte. Non lo aiutiamo a essere libero interiormente, affinché, fattosi più grande, sia capace di affrontare tutte le complessità della vita - vale a dire, aiutarlo ad avere la capacità di pensare, invece di insegnargli che cosa pensare. Per questo, l'educatore stesso deve essere in grado di liberare la propria mente da qualsiasi autorità, da qualsiasi paura, da qualsiasi nazionalità, dalle svariate forme di credenza e tradizione, di modo che il bambino capisca - col vostro aiuto, con la vostra intelligenza - che cosa sia essere liberi, che cosa sia domandare, indagare e scoprire. Ma, vedete, noi non vogliamo una società siffatta; non vogliamo un mondo diverso. Vogliamo la ripetizione del vecchio mondo, soltanto modificato, soltanto reso un pò migliore, un pò più raffinato. Vogliamo che il bambino si conformi totalmente, che non pensi affatto, che non sia consapevole, che non sia interiormente limpido - perché, se è interiormente limpido, sono in pericolo tutti i nostri valori stabiliti. Così, ciò che questa domanda implica realmente è: come educare l'educatore. Come possiamo voi e io - perché noi, i genitori, la società, siamo gli educatori - come possiamo voi e io contribuire a fare chiarezza in noi stessi, cosicché anche il bambino sia in grado di pensare liberamente, avere una mente calma, una mente quieta, con cui possano essere percepite e originarsi nuove cose? Questa è veramente una domanda fondamentale. Perché siamo educati? Solo per un lavoro? Solo per accettare il cattolicesimo o il protestantesimo, il comunismo o l'induismo? Solo per conformarci a una qualche tradizione, per inserirci in un qualche lavoro? Oppure, l'educazione è qualcosa di completamente diverso, non il coltivare la memoria, bensì il processo della comprensione? La comprensione non giunge mediante l'analisi; la comprensione giunge solo quando la mente è molto quieta, sgravata; quando non cerca più il successo, essendo, per tale ragione, frustrata, timorosa del fallimento. Solo quando la mente è calma, soltanto allora c'è una possibilità di comprendere e di avere intelligenza. Una simile educazione è quella giusta, e da essa, ovviamente, derivano le altre cose. Ma siamo veramente in pochi a interessarci a tutto ciò. Se avete un figlio, volete che abbia

un lavoro; vi interessa solo questo - che cosa accadrà al suo futuro. Il figlio deve ereditare tutte le cose che avete - la proprietà, i valori, le credenze, le tradizioni - o deve, piuttosto, crescere in libertà, in modo da scoprire da sé il vero? Ciò può avvenire solo se voi stessi non ereditate, se voi stessi siete liberi di indagare, di scoprire il vero.

Domanda: Che cos'è una malattia psicosomatica, e può suggerire dei modi per curarla?

Krishnamurti: Non penso sia possibile scoprire dei modi per curare una malattia psicosomatica, e forse proprio la ricerca di un modo per curare la mente produce la malattia. Scoprire un modo, o praticare un metodo comporta che si inibisca, si controlli, si reprima il pensiero, cosa che è ben diversa dal comprendere la mente. È del tutto ovvio che la mente crei una malattia nell'organismo fisico. Se mangiate quando siete in collera, avete lo stomaco sottosopra; se detestate fortemente qualcuno, avete un disturbo fisico; se limitate la vostra mente a una particolare credenza, diventate mentalmente o psichicamente nevrotico, e ciò si ripercuote sul corpo. Fa tutto parte del processo psicosomatico. Naturalmente, non tutte le malattie sono psicosomatiche, ma paura, ansietà e altri disturbi della psiche producono malattie fisiche. È, quindi, possibile rendere sana la mente? A molti di noi interessa mantenere il corpo in buona salute con una dieta corretta, e via dicendo, il che è essenziale; ma a ben pochi interessa mantenere la mente sana, giovane, vigile, vitale, in modo che non si deteriori. Ora, affinché la mente non abbia a deteriorarsi, non deve mai seguire; deve essere indipendente, libera. Ma la nostra educazione non ci aiuta a essere liberi; ci aiuta, al contrario, ad adattarci a questa società deteriorante, e quindi la mente stessa si deteriora. Siamo incoraggiati dall'infanzia a essere timorosi, competitivi, a pensare sempre a noi stessi e alla nostra sicurezza. Naturalmente, una mente simile è per forza in eterno conflitto, e quel conflitto produce degli effetti fisici. L'importante, allora, è scoprire e comprendere per conto nostro, mediante la nostra attenzione vigile, l'intero processo del conflitto e non dipendere da uno psicologo o da un guru. Seguire un guru è distruggere la vostra mente. Lo seguite perché volete ciò che pensate egli abbia; quindi, avete avviato un processo di deterioramento. Lo sforzo per essere qualcuno, mondanamente o spiritualmente, è un'altra forma di deterioramento, perché uno sforzo siffatto cagiona sempre ansietà, produce paura, frustrazione, rendendo poco sana la mente, la quale, a sua volta, danneggerà il corpo. Penso che sia assolutamente semplice. Ma contare su un altro per la cura della mente fa parte del processo di deterioramento.

Domanda: Il mio corpo e la mia mente sembrano fatti di stimoli profondamente radicati e di paure consce e inconsce. Vigilo sulla mente, ma spesso è come se queste paure di fondo mi soverchiassero. Che cosa devo fare?

Krishnamurti: Signore, scopriamo che cosa intendiamo per paura. Che cos'è la paura? La paura esiste solo in relazione a qualcosa. Non è una cosa in sé. È solo in relazione a qualcosa - a ciò che potreste dire di me, a ciò che il pubblico può pensare di me, alla perdita di un lavoro, all'avere sicurezza nella mia vecchiaia, oppure è paura della morte della madre o del padre, o Dio solo sa cosa. È la paura di qualcosa. Ora, come devo fare

per essere libero dalla paura? Un qualche tipo di disciplina disperderà forse la paura? La disciplina è resistenza, è il coltivare la resistenza ad apprendere. Libererà forse la mente dalla paura? Oppure la terrà soltanto lontana da essa - come costruendo un muro, che lascia sempre la paura dall'altra parte? Ovviamente, non ci si può disfare della paura con la resistenza, coltivando il coraggio, perché la natura stessa del coraggio è l'opposto della paura e, quando la mente è invischiata in paura e coraggio, non c'è alcuna soluzione fuorché il coltivare la resistenza; così, non si supera la paura coltivando il coraggio. Come devo fare per disfarmi della paura? Questo è il vostro problema, vostro e mio, di ogni essere umano che desideri liberarsi dalla paura perché, se posso liberarmene, allora il «me», il sé che crea tanto danno, tanta miseria nel mondo può scomparire. Non è forse il sé, per sua natura, la causa della paura? Siccome voglio sentirmi sicuro, se non lo sono economicamente, voglio esserlo politicamente, socialmente, nella reputazione; voglio esserlo nell'aldilà, voglio la garanzia che Dio mi dia una pacca sulla schiena e dica: «Avrai un'occasione migliore nella prossima vita»; voglio che qualcuno mi dica cosa fare, mi incoraggi, mi dia protezione, riparo. Così, finché cerco una qualsiasi forma di sicurezza, la paura, da cui scaturiscono tutti gli stimoli basilari, è inevitabile. Se sono, dunque, in grado di comprendere ciò che la paura è, forse allora può esserci una liberazione da quella costante alternativa. Come devo fare per comprendere che cos'è la paura? Come devo fare - senza disciplinare, senza resistere, senza scappar via, senza creare altre illusioni, altri problemi, altri sistemi di guru, di filosofi - per affrontarla davvero, per comprenderla, per liberarmene e trascenderla? Posso comprendere la paura soltanto quando non sfuggo, quando non le resisto. Dobbiamo, così, scoprire che cos'è quest'entità che resiste. Chi è l'«io» che resiste alla paura? Lo capite, signori? Ossia, io ho paura; ho paura di ciò che il pubblico potrebbe dire di me, perché voglio essere una persona rispettabilissima; voglio aver successo nel mondo; voglio avere un nome, una posizione, l'autorità. Così, una parte di me insegue ciò e, interiormente, so che qualunque cosa io faccia condurrà alla frustrazione, so che ciò che voglio fare mi bloccherà. Ci sono, dunque, due processi che agiscono in me: uno, l'entità che vuole conseguire, diventare rispettabile, aver successo; l'altro, l'entità che teme sempre che io possa non farcela. Così, in me stesso agiscono due processi, due desideri, due attività: uno che dice: «Voglio essere felice», e l'altro che sa che può non esserci felicità nel mondo. Voglio essere ricco e, allo stesso tempo, vedo milioni di persone povere; tuttavia la mia ambizione è quella di essere ricco. Finché il desiderio di sicurezza mi sta di fronte, mi guida, non c'è liberazione; al tempo stesso in me c'è compassione, amore, sensibilità. È una battaglia che continua incessantemente, e quella battaglia si proietta, si fa antisociale, e così via. Cosa devo fare, dunque? Come devo fare per essere libero da questa battaglia, da questo conflitto interno? Se so osservare un processo soltanto e non coltivare il processo duale, allora ho una possibilità di occuparmene. Ossia, se so osservare la paura in sé e non coltivare la virtù, il coraggio, allora posso occuparmi della paura. Vale a dire, se conosco «ciò che è» e non «ciò che dovrebbe essere», allora posso occuparmi di «ciò che è». La maggior parte di noi non conosce «ciò che è», perché è interessata a «ciò che dovrebbe essere». Questo «dovrebbe essere» crea la dualità. «Ciò che è» non crea mai dualità. «Ciò che dovrebbe essere» causa il conflitto, la dualità. Sono, quindi, in grado di osservare «ciò che è» senza

il conflitto dell'opposto, posso osservarlo senza alcuna resistenza? Poiché proprio la resistenza crea l'opposto, vero? Quando ho paura, posso guardarla senza creare resistenza? Perché, non appena creo resistenza a essa, ho già dato vita a un altro conflitto. Posso guardare «ciò che è» senza alcuna resistenza? Se lo so fare, allora posso cominciare a occuparmi della paura. Ora, che cos'è la paura? È una parola, un'idea, un pensiero, o una realtà? Si origina a causa della parola «paura», o è indipendente dalla parola? Per favore, signore, lo esamini con me. Non si stanchi. Non permetta alla sua mente di assopirsi. Perché, se è veramente interessato al problema della paura, cosa che lei è, che ogni essere umano è - paura della morte, paura che muoia il nonno o la nonna - dal momento che è oppresso da quell'oscurità straordinaria, non dovrebbe forse addentrarsi nel problema, anziché accantonarlo? Se ci addentriamo attentamente in questo problema, ci rendiamo conto che finché creiamo una qualsiasi resistenza alla paura, sfuggendo, costruendo barriere contro di essa, come il coltivare il coraggio, e via dicendo, proprio quella resistenza causerà conflitto, il conflitto degli opposti. E a causa del conflitto degli opposti, noi non giungeremo mai alla comprensione. L'idea che il conflitto fra tesi e antitesi determinerà una sintesi non è vera. Ciò che determina la comprensione è capire il fatto di «ciò che è», e non creare l'opposto. Posso, dunque, stare di fronte alla paura, guardarla senza resistere, senza sfuggire? Ora, che cos'è quest'entità che guarda la paura? Quando dico di aver paura, che cos'è l'«io» e che cos'è la «paura»? Sono due stati differenti, due differenti processi? Sono diverso dalla paura che l'«io» prova? Se sono differente dalla paura, allora posso agire su di essa, posso cambiarla, posso resisterle o allontanarla. Ma se non sono differente da essa, non c'è, allora, un'azione completamente diversa? È forse un pò astratto e troppo difficile per voi, signori? Per favore, esaminiamolo a fondo. Ascoltate solamente; non preoccupatevi di argomentare, perché ascoltando, non sollevando argomenti, solamente ascoltando, potete capire ciò di cui parlo. Finché resisto alla paura, non c'è libertà dalla paura, ma solo ulteriore conflitto, ulteriore infelicità. Quando non resisto, c'è solo la paura. La paura è, allora, diversa dall'osservatore, il «me» che dice: «Ho paura»? Che cos'è questo «me» che dice: «Ho paura»? Non è forse il «me» costituito di quella sensazione che io chiamo paura? Il «me» non è forse la sensazione di paura? Se non ci fosse alcuna sensazione di paura, non ci sarebbe alcun «me». Così, il «me» e la paura sono tutt'uno. Non c'è un «me» separato dalla paura; la paura, dunque, è «me». Così, c'è solo la paura. Ora, c'è la domanda: La paura è soltanto la parola? La parola «paura» - l'idea, il simbolo, la condizione - è creata dalla mente indipendentemente dal fatto? Ascoltate, per favore. La paura è «me»; non c'è un «io» indipendente, separato da me. L'uomo, l'«io»» dice: «Sono avido»; l'autorità è l'«io». La qualità non è diversa dall'«io». Così, finché l'«io» dice: «Devo disfarmi dell'avidità», sta facendo uno sforzo, sta lottando. Ma quello stesso «io» è ancora avido, perché vuole essere non avido. Analogamente, quando l'«io» dice: «Devo sbarazzarmi della paura», sta coltivando una resistenza, e così c'è conflitto, e non è mai libero dalla paura. C'è, quindi, libertà dalla paura solo quando riconosco il fatto, quando c'è una comprensione del fatto che la paura è l'«io», e che l'«io» non può fare nulla al riguardo. Per favore, vedete l'«io» che dice: «Ho paura, devo fare qualcosa al riguardo». Finché esso agisce sulla paura, non crea che resistenza e sviluppa, perciò, ulteriore conflitto. Ma quando io

riconosco che la paura è me, allora non c'è azione dell'io; è soltanto allora che c'è libertà dalla paura. Vedete, siamo così abituati a fare qualcosa riguardo alla paura, a un impulso, a un impulso sessuale, che agiamo sempre su di esso come se quello stimolo fosse indipendente da «me». Quindi, finché consideriamo il desiderio come indipendente da «me», necessariamente c'è conflitto. Non c'è desiderio senza «me». Io sono il desiderio; le due cose non sono separate. Rendetevene conto, per favore. È veramente un'esperienza enorme quella che si ha quando c'è questa sensazione, che la paura sia «me», che l'avidità sia «me», che non sia separata da «me». Non c'è pensiero senza il pensante. Finché c'è il pensiero c'è il pensante. Il pensante non è separato dal pensiero, ma il pensiero crea il pensante, lo separa, perché il pensiero è eternamente alla ricerca della permanenza e crea, così, l'«io» come entità permanente, l'«io» che controlla il pensiero. Ma senza pensiero non c'è «io»; quando non pensate, quando non riconoscete, quando non distinguete, c'è forse l'«io»? C'è forse il «me»? Lo stesso processo del pensare crea il «me»; allora, il «me» opera sul pensiero. La lotta, dunque, va avanti indefinitamente. Se si ha l'intenzione di essere completamente liberi dalla paura, ci vuole, allora, il riconoscimento della verità che la paura è «me», che non c'è paura separata da «me». Questo è il fatto. Quando vi trovate di fronte a un fatto, c'è azione - un'azione che non è provocata dalla mente cosciente, un'azione che è la verità, non della scelta, non della resistenza. Soltanto allora c'è la possibilità di liberare la mente da ogni genere di paura.

Domanda: Sono in conflitto e soffro. Per migliaia di anni ci hanno parlato delle cause della sofferenza e del modo in cui farla cessare; eppure, ci troviamo al punto in cui siamo oggi. È possibile porre fine a questa sofferenza?

Krishnamurti: Mi chiedo in che modo molti di noi siano consapevoli che stiamo soffrendo. Siete consapevoli, non teoricamente ma realmente, di essere in conflitto? E se lo siete, che cosa fate? Cercate di fuggire da esso, giusto? Nel momento in cui si è consapevoli di questo conflitto e di questa sofferenza, si cerca di dimenticarli con attività intellettuali, col lavoro, oppure ricercando il godimento, il piacere. Si cerca una fuga dalla sofferenza, e tutte le fughe sono uguali, che siano colte o rozze. Che cosa intendiamo per conflitto? Quando siete consapevoli di essere in conflitto? Il conflitto, naturalmente, sorge quando esiste la coscienza del «me». C'è consapevolezza del conflitto solo quando il «me» diventa improvvisamente conscio di se stesso; in caso contrario voi conducete una vita monotona, superficiale, scialba, di routine, non è vero? Sei consapevole di te stesso solo quando vi è conflitto, e finché tutto fila liscio, senza una contraddizione, senza una frustrazione, non c'è alcuna coscienza di te stesso in atto. Finché non vengo intimorito, finché ottengo ciò che voglio, non sono in conflitto, ma nel momento in cui vengo ostacolato, sono consapevole di me stesso e mi avvilisco. In altre parole, il conflitto sorge solo quando ho la sensazione di «me stesso» di fronte a una frustrazione in atto. Che cosa vogliamo, dunque? Vogliamo avere un'azione che sia costantemente appagante, senza frustrazione; vogliamo, cioè, vivere senza essere ostacolati. In altre parole, vogliamo la realizzazione dei nostri desideri e, finché quei desideri non vengono esauditi, c'è conflitto, contraddizione. Il nostro problema, dunque, è come attingere, come

conseguire la realizzazione personale senza frustrazione. Voglio possedere qualcosa - proprietà, una persona, un titolo, o qualsivoglia cosa - e se riesco a ottenerlo e a continuare a ottenere ciò che voglio, allora sono felice, non c'è contraddizione. Così, ciò che cerchiamo è la nostra realizzazione e, finché possiamo conseguirla, non c'è attrito. Ora, la domanda è: c'è qualcosa come la realizzazione di sé? Ossia, posso conseguire qualcosa, diventare qualcosa, realizzare qualcosa? E in quel desiderio non c'è forse una costante battaglia? Finché bramo diventare qualcosa, conseguire qualcosa, realizzarmi, la frustrazione è inevitabile, la paura è inevitabile, il conflitto è inevitabile; c'è, quindi, qualcosa come la realizzazione di sé? Cosa intendiamo per realizzazione di sé? Per realizzazione di sé noi intendiamo espansione del sé - il farsi più ampio del «me», il suo farsi più importante; il suo diventare il governatore, il dirigente, il direttore di banca, e via dicendo. Ora, se lo esaminate un pò più a fondo, vedrete che, finché c'è quest'azione del sé, cioè, finché l'autocoscienza è in atto, frustrazione e quindi sofferenza sono inevitabili. Perciò, il nostro problema non è come superare la sofferenza, come accantonare il conflitto, ma come comprendere la natura del sé, il «me». Spero di non avere reso la cosa troppo complicata. Se cerchiamo meramente di superare il conflitto, di metter da parte il dolore, non comprendiamo la natura del creatore del dolore. Finché il pensiero è interessato al proprio miglioramento, alla propria trasformazione, al proprio progresso, conflitto e contraddizione sono inevitabili. Così, ritorniamo al fatto evidente che il conflitto, la sofferenza esisteranno finché non comprenderò me stesso. Comprendersi, dunque, è più importante che sapere come superare il dolore e il conflitto. Possiamo approfondire tutto ciò più tardi. Ma sottrarsi al dolore per mezzo dei riti, degli svaghi, delle credenze, o di qualsiasi altra forma di distrazione, significa allontanare sempre più il vostro pensiero dalla questione centrale, che è comprendervi. Per comprendere la sofferenza occorre la cessazione di ogni fuga, perché solo allora sarete in grado di riconoscere voi stessi in atto; e nel comprendervi in atto - vale a dire in rapporto - troverete un modo per liberare del tutto il pensiero da ogni conflitto e per vivere in una condizione di felicità, di realtà.

Domanda: Lei ha detto che tutti gli impulsi sono in sostanza uguali. Intende dire che l'impulso dell'uomo che è alla ricerca di Dio non è diverso da quello dell'uomo che va in cerca di donne o si dà al bere?

Krishnamurti: Non tutti gli impulsi sono simili, ma sono tutti impulsi. Tu puoi avere un impulso verso Dio, e io posso avere un impulso a ubriacarmi, ma siamo entrambi costretti, spinti - tu in una direzione, io in un'altra. La tua direzione è rispettabile, la mia non lo è; al contrario, io sono antisociale. Ma l'eremita, il monaco, la persona cosiddetta religiosa la cui mente è dedita alla virtù, a Dio, è essenzialmente uguale all'uomo la cui mente è dedita agli affari, alle donne, al bere, perché entrambi sono dediti a qualcosa. Capite? L'uno ha un'utilità sociologica, mentre l'altro, l'uomo la cui mente è intenta al bere, è socialmente inadeguato. Voi giudicate, dunque, da un punto di vista sociale, giusto? L'uomo che si ritira in un monastero e prega dal mattino alla sera, dedicando al giardinaggio una parte della giornata, la cui mente è completamente dedita a Dio, alla penitenza, all'autodisciplina, all'autocontrollo - costui viene da voi considerato una

persona santissima, l'uomo più straordinario. Mentre dell'uomo che segue gli affari, che manipola valori in Borsa ed è intento tutto il tempo a far denaro, di lui dite: «Bene, è un uomo normale, come noi altri». Ma entrambi sono dediti a qualcosa. Per me, non è importante sapere con che cosa la mente si tiene occupata. Un uomo la cui mente si tenga occupata con Dio, non troverà mai Dio, perché Dio non è qualcosa con cui tenere occupata la mente; è l'ignoto, l'incommensurabile. Non potete tenervi occupati con Dio. Questo è un modo a buon mercato di pensare a Dio. Quello che conta non è sapere con che cosa la mente si tiene occupata, ma sapere che è occupata, che lo sia con la cucina, con i bambini, col divertimento, col tipo di cibo che avrete, o con la virtù, con Dio. Deve la mente essere occupata? Seguite? Può mai una mente occupata vedere qualcosa di nuovo, qualcosa all'infuori della sua occupazione? E che cosa accade alla mente se non è occupata? Capite? C'è una mente se non c'è occupazione? Lo scienziato è intento ai suoi problemi tecnici, alla sua meccanica, alla sua matematica; allo stesso modo, la casalinga è impegnata in cucina o col bambino. Siamo tutti così timorosi di non essere occupati, timorosi delle implicazioni sociali. Se non si fosse occupati, ci si potrebbe scoprire quali si è; l'occupazione, dunque, diventa una fuga da ciò che si è. La mente deve, dunque, essere eternamente occupata? Ed è possibile che non ci sia alcuna occupazione della mente? Per favore, vi sto ponendo una domanda a cui non c'è risposta, perché voi dovete scoprirla, e quando la scoprirete, vedrete la cosa straordinaria accadere. È molto interessante scoprire per conto proprio come si tenga occupata la mente. L'artista è occupato con la propria arte, col proprio nome, col proprio progresso, con la mescolanza dei colori, con la fama, con la notorietà; l'uomo di scienza è occupato con la propria conoscenza; e l'uomo che ricerca la conoscenza di sé, è occupato con quella, tentando, come una piccola formica, di essere consapevole d'ogni pensiero, d'ogni movimento. Sono tutti uguali. E solo la mente totalmente sgombra, per intero vuota - è solo una simile mente che può ricevere qualcosa di nuovo, in cui non c'è occupazione. Ma quella cosa nuova non può scaturire fintanto che la mente è occupata.

Domanda: Quando moriamo, rinasciamo su questa terra, o andiamo a finire in un altro mondo?

Krishnamurti: Questa domanda interessa tutti noi, giovani e vecchi, vero? La esaminerò, dunque, piuttosto in profondità, e spero che sarete tanto bravi da seguire non solo le parole, ma l'esperienza effettiva di ciò che discuterò con voi. Sappiamo tutti che esiste la morte, in particolar modo le persone anziane, e anche i giovani che la prendano in considerazione. I giovani dicono: «Aspettiamo che arrivi e ce ne occuperemo»; e siccome gli anziani sono già prossimi alla morte, fanno ricorso a varie forme di consolazione. Seguitemi, per favore, e riferitelo a voi stessi; non scaricatelo su qualcun altro. Dato che sapete che morirete, avete delle teorie in proposito, giusto? Credete in Dio, credete nella resurrezione, o nel karma e nella reincarnazione; affermate che rinascerete qui o in un altro mondo. Oppure, razionalizzate la morte, sostenendo che è inevitabile, che accade a tutti; l'albero si fa secco, nutrendo il suolo, e ne spunta uno nuovo. O invece, siete troppo assorbiti dalle vostre quotidiane preoccupazioni, ansietà, gelosie, invidie, dalla vostra rivalità e dalla vostra ricchezza, per pensare davvero alla

morte. Ma essa è nella vostra mente; consciamente o inconsciamente è lì. Per prima cosa, potete liberarvi delle credenze, delle razionalizzazioni, o dell'indifferenza che avete coltivato verso la morte? Potete liberarvi di tutto ciò, adesso? Poiché ciò che conta è entrare nella casa della morte mentre si vive, mentre si è pienamente consci, attivi, in salute, e non attendere la venuta della morte, che può portarvi via fulmineamente per un incidente o per una malattia che, lentamente, vi renda incoscienti. Quando la morte arriva, deve trattarsi di un momento straordinario, vitale quanto il vivere. Ora, posso io, potete voi entrare nella casa della morte mentre siete in vita? Questo è il problema - non se ci sia reincarnazione, o un altro mondo in cui rinascerete, il che è in tutto e per tutto immaturo, infantile. L'uomo che vive non domanda mai: «Che cos'è vivere?», e non ha teorie sul vivere. Soltanto colui che è vivo per metà parla dello scopo della vita. Quindi, possiamo voi e io, mentre siamo in vita, consci, attivi, nel pieno delle nostre capacità, quali che siano, sapere che cos'è la morte? Ed è, allora, la morte differente dal vivere? Per la maggior parte di noi vivere è una continuazione di ciò che pensiamo sia permanente. Il nostro nome, la nostra famiglia, la nostra proprietà, le cose in cui noi abbiamo un interesse acquisito da un punto di vista economico e spirituale, le virtù che abbiamo coltivato, le cose che abbiamo raggiunto emotivamente - tutto ciò che vogliamo continui. E il momento che noi chiamiamo «morte» è un momento dell'ignoto; siamo, dunque, spaventati e cerchiamo, così, di trovare una consolazione, un qualche conforto; vogliamo sapere se vi sia una vita dopo la morte e un'infinità di altre cose. Questi sono problemi del tutto irrilevanti; sono problemi per gli indolenti, per coloro che non vogliono scoprire, mentre vivono, che cosa sia la morte. Possiamo dunque, voi e io, scoprirlo? Che cos'è la morte? Certamente, è la cessazione completa di tutto quel che avete conosciuto. Se non è la cessazione di tutto quel che avete conosciuto, non è morte. Se conoscete già la morte, allora non avete nulla da temere. Ma la conoscete? Ossia, potete, mentre siete in vita, porre fine a questo incessante sforzo per scoprire nell'impermanente qualcosa che continuerà? Siete in grado di conoscere l'inconoscibile, quello stato che chiamiamo morte, mentre siete in vita? Potete ora accantonare tutte le descrizioni di ciò che accade dopo la morte lette nei libri, o dettate dal desiderio inconscio di conforto, e assaporare o sperimentare quello stato che deve essere straordinario? Se quello stato può essere sperimentato ora, allora il vivere e il morire sono identici. Così, posso io, che ho una vasta educazione, una vasta conoscenza, che ho avuto innumerevoli esperienze, lotte, amori, odi - può quell'«io» giungere a una fine? L'«io» è il ricordo impresso di tutto ciò, e può quell'«io» giungere a una fine? Senza esservi condotti da un incidente, da una malattia, possiamo voi e io, mentre sediamo qui, conoscere quella fine? Allora vi scoprirete a non fare più stupide domande sulla morte e sulla continuità - se vi sia un aldilà. Allora conoscerete la risposta da soli, perché ciò che è inconoscibile avrà avuto origine. Allora accantonerete tutta la tiritera della reincarnazione, e le molte paure - la paura di vivere e la paura di morire, la paura di invecchiare e di accollare ad altri l'onere di badare a voi, la paura della solitudine e della dipendenza - avranno fine. Queste non sono parole vane. È solo quando la mente cessa di pensare in termini di continuità personale che scaturisce l'inconoscibile.

Domanda: Prego Dio e le mie preghiere vengono esaudite. Non è questa una prova dell'esistenza di Dio?

Krishnamurti: Se avete la prova dell'esistenza di Dio, allora non si tratta di Dio (risata), perché la prova appartiene alla mente. Come può la mente dimostrare o confutare Dio? Il suo dio, dunque, è una proiezione della mente conforme alla sua soddisfazione, al suo appetito, alla sua felicità, al suo piacere o alla sua paura. Una cosa simile non è Dio, ma semplicemente una creazione del pensiero, una proiezione del conosciuto, che è passato. Ciò che lei conosce non è Dio, per quanto la mente possa cercarlo, possa essere attiva nella ricerca di Dio. Chi pone la domanda sostiene che le sue preghiere sono esaudite e chiede se questa non sia una prova dell'esistenza di Dio. Volete forse una prova dell'amore? Quando amate qualcuno, cercate una prova? Se chiedete una prova d'amore, è amore quello? Se amate vostra moglie, vostro figlio, e volete una prova, allora l'amore è senz'altro un contratto. Così, la vostra preghiera a Dio è un mero contrattare (risata). Non eludete la faccenda ridendo, guardatela seriamente, come fatto. Chi pone la domanda si accosta a ciò che egli chiama Dio mediante l'implorazione e la supplica. Non potete trovare la realtà mediante il sacrificio, mediante il dovere, mediante la responsabilità, perché questi sono mezzi per raggiungere un fine, e il fine non è diverso dai mezzi. I mezzi sono il fine. L'altra parte della domanda è: «Io prego Dio, e le mie preghiere vengono esaudite». Esaminiamola. Che cosa intendete per preghiera? Pregate forse quando siete gioiosi, quando siete felici, quando non c'è confusione, tormento alcuno? Pregate quando c'è tormento, quando c'è turbamento, paura, agitazione, e la vostra preghiera è implorazione, supplica? Quando siete infelici, volete che qualcuno vi aiuti, che un'entità più elevata vi dia una mano, e quel processo d'implorazione in forme diverse viene chiamato preghiera. Che cosa accade, dunque? Allungate il vostro piattino delle elemosine verso qualcuno; non ha importanza di chi si tratti - un angelo, o la vostra proiezione che chiamate Dio. Non appena mendicate, avete qualcosa - ma che quel qualcosa sia reale o no è una faccenda diversa. Volete che la vostra confusione, i vostri tormenti si risolvano e, così, pronunciate le vostre frasi tradizionali, date sfogo alla vostra devozione, e la ripetizione costante, ovviamente, fa sì che la mente s'acquieti. Ma non è quiete quella - la mente è soltanto offuscata e messa a dormire. In quella quiete indotta, quando c'è implorazione, c'è una risposta. Ma non è affatto una risposta da Dio -,deriva dalla vostra elaborata proiezione. Ecco la risposta alla domanda. Ma voi non volete indagare su tutto ciò; è per questo che viene posta la domanda. La vostra preghiera è implorazione - non vi interessa che ottenere una risposta alla vostra preghiera, perché volete liberarvi della preoccupazione. Qualcosa vi tormenta il cuore e, pregando, vi fate ottusi e quieti. In quella quiete artificiale c'è una risposta - ovviamente soddisfacente, altrimenti la respingereste. La vostra preghiera è appagante e, quindi, è ciò che voi stessi avete creato. È la vostra proiezione che vi soccorre - questa è un tipo di preghiera. Poi c'è la preghiera di tipo deliberativo, per acquietare la mente, per renderla ricettiva, aperta. Come può la mente essere aperta quando è condizionata dalla tradizione, dal bagaglio del passato? L'apertura implica la comprensione, la capacità di seguire l'imponderabile. Quando la mente si attacca, si tiene stretta a una credenza, non può essere aperta. Quando viene deliberatamente aperta qualsiasi risposta essa

riceva è, ovviamente, una proiezione di se stessa. Solo quando la mente è decondizionata, quando sa come affrontare ogni problema, comunque esso sorga - solo allora non c'è più un problema. Finché continua, il bagaglio del passato crea inevitabilmente un problema; finché c'è continuità, agitazione e tormento non possono che essere sempre in aumento. La ricettività è la capacità di essere aperti, senza condanna o giustificazione a «ciò che è»; ed è ciò da cui cercate di fuggire per mezzo della preghiera.

Domanda: Nei momenti di grande angoscia e di sconforto, mi abbandono senza sforzo a Lui, senza conoscerLo. Ciò disperde il mio sconforto; altrimenti sarei distrutto. Che cos'è questo abbandono, e si tratta di un processo errato?

Krishnamurti: Una mente che si abbandoni deliberatamente a qualcosa d'ignoto adotta un procedimento errato, come l'uomo che coltivi deliberatamente amore, umiltà, quando non abbia né amore, né umiltà. Se, quando sono violento, cerco di diventare non-violento, continuo a esser tale. Se pratico l'umiltà, è umiltà? È soltanto rispettabilità, non è umiltà. Ne vedete la verità, signori? Non sorridete, dicendo: «Com'è intelligente questa asserzione». Non è intelligente. Un uomo che deliberatamente si convinca a essere buono, che si abbandoni a qualcosa che egli chiama Dio, o a Lui, lo fa di proposito, volontariamente, mediante un atto di volontà. Un abbandono del genere non è abbandono, è oblio di sé, è una sostituzione, un surrogato, una fuga; è come ipnotizzarsi, come assumere una droga, o come ripetere parole prive di senso. Penso che esista un abbandono non deliberato, del tutto spontaneo, non richiesto. Quando la mente esige qualcosa, non si tratta di abbandono. Quando la mente esige la pace, quando essa dice: «Amo Dio, e vado in cerca dell'amore di Dio», non è amore. Ogni attività intenzionale della mente è la continuità di essa, e ciò che ha continuità è nel tempo. E solo nella cessazione del tempo che può sussistere l'esistenza della realtà. La mente non può abbandonarsi. Tutto quel che può fare è esser tranquilla, ma quella tranquillità non può aver origine se c'è lo sconforto, o se c'è la speranza. Se comprendete il processo dello sconforto, se la mente vede il pieno significato dello sconforto, ne vedrete la verità. Siete per forza disperati quando volete qualcosa e non potete ottenerla - che sia un'automobile, una donna, Dio: si equivalgono. Non appena volete qualcosa, il volere stesso è l'inizio dello sconforto. Sconforto significa frustrazione. Sareste appagati se otteneste ciò che volete, e giacché non potete ottenerlo, dite: «Devo abbandonarmi a Dio». Se otteneste ciò che volete, sareste perfettamente appagati; solo che quell'appagamento finisce presto e voi andate in cerca di qualcos'altro. Cambiate, dunque, costantemente l'oggetto del vostro appagamento; ciò porta con sé la propria ricompensa, la propria pena, le proprie sventure, il proprio piacere. Se comprendete che qualsiasi tipo di desiderio porta con sé frustrazione, sconforto, e quindi il conflitto duale della speranza; se ne vedete davvero la realtà; se, senza dire: «Come devo fare per trovarmi in un tale stato?» vedete soltanto che il desiderio favorisce la sofferenza, allora proprio il vederlo comporta l'azzittirsi del desiderio. Essendo puramente, semplicemente consapevoli, nell'assenza di scelta, che la mente è chiassosa, in costante moto, in costante lotta, proprio quella consapevolezza provoca la fine di quel chiasso, senza

possibilità di scelta. La cosa importante è la consapevolezza, non il cacciar via lo sconforto, non il silenzio. L'intelligenza pura è quello stato della mente in cui c'è consapevolezza, in cui non c'è scelta, in cui la mente tace. Solo in quello stato di silenzio c'è l'«essere»; ha vita quella realtà, quella stupefacente creatività senza tempo.

Domanda: Secondo lei, che cos'è la vera meditazione?

Krishnamurti: Ora, qual è lo scopo della meditazione? E che cosa intendiamo con meditazione? Non so se voi abbiate meditato, così sperimentiamo, dunque, insieme, al fine di scoprire che cos'è la vera meditazione. Non ascoltate meramente la mia espressione di essa; insieme scopriremo e sperimenteremo, invece, che cos'è la vera meditazione. Perché la meditazione è importante, no? Se non si sa cos'è la corretta meditazione, non c'è conoscenza di sé, e senza conoscere se stessi, la meditazione non ha senso. Sedersi in un cantuccio o passeggiare in giardino o in strada, e cercare di meditare non ha senso. Conduce soltanto a una particolare concentrazione, che è esclusione. Sono sicuro che alcuni di voi hanno provato tutti quei metodi. Ossia, cercare di concentrarsi su un particolare oggetto, tentare di indurre la mente, quando essa vaga per ogni dove, a essere concentrata; e quando ciò non vi riesce, pregate. Se si vuole, quindi, comprendere davvero che cos'è la corretta meditazione, si deve scoprire quali sono le cose false che abbiamo definito «meditazione». In verità, la concentrazione non è meditazione perché, se osservate, nel processo della concentrazione si ha esclusione e, pertanto, distrazione. Cercate di concentrarvi su qualcosa e la vostra mente divaga in direzione di qualcos'altro, e questa battaglia costante per esser fermi su un punto, mentre la mente si oppone e divaga, va avanti. E così stiamo degli anni a cercare di concentrarci, di apprendere la concentrazione, che viene erroneamente chiamata meditazione. Poi c'è la questione della preghiera. La preghiera, evidentemente, produce dei risultati; in caso contrario milioni di persone non pregherebbero. E nel pregare, ovviamente, la mente si tranquillizza; mediante la ripetizione costante di certe frasi, la mente si fa quieta. E in quella quiete c'è un qualche cenno, certe percezioni, certe risposte. Ma ciò fa ancora parte dell'imbroglio della mente, perché, dopo tutto, mediante una forma di mesmerismo potete rendere la mente estremamente quieta. E in quella quiete vi sono certe risposte misteriose, che sorgono dall'inconscio e dall'esterno della coscienza. Ma si tratta ancora di uno stato in cui non c'è alcuna comprensione. E la meditazione non è devozione - devozione a un'idea, a una figura, a un principio - perché anche gli oggetti della mente sono da idolatra. Si può non venerare una statua, ritenendolo da idolatra e sciocco, superstizioso; ma si venerano, come fa la maggior parte della gente, gli oggetti nella mente - e anche questo è da idolatra. Ed essere devoti a una figura, a un'idea o a un Maestro, non è meditazione. In verità, è una forma di fuga da se stessi. È una fuga molto confortante, ma è pur sempre una fuga. E, ovviamente, neanche questo costante sforzarsi di diventare virtuosi, di acquisire la virtù tramite la disciplina, per mezzo dell'attento esame di se stessi, e via dicendo, è meditazione. La maggior parte di noi rimane intrappolata in questi processi e, poiché essi non portano alla comprensione di noi stessi, non costituiscono il sentiero della corretta meditazione. Dopo tutto, senza comprensione di voi stessi, quali basi avete per un corretto pensare? Tutto ciò che farete

senza quella comprensione di voi stessi è adattarvi all'ambiente, alla risposta del vostro condizionamento. E una simile risposta al condizionamento non è meditazione. Ma essere consapevoli di quelle risposte, ossia, essere consapevoli dei moti del pensiero e delle sensazioni senza alcun sentimento di condanna - cosicché siano compresi i movimenti del sé, le vie del sé - quello è il sentiero della corretta meditazione. La meditazione non è un ritiro dalla vita. La meditazione è un processo di comprensione di se stessi. E quando ci si comincia a comprendere, non solo il conscio, ma anche tutte le parti recondite di sé, ecco giungere allora la tranquillità. Una mente resa calma con la meditazione, la costrizione, il conformismo, non è calma. È una mente stagnante. Non è una mente vigile, passiva, capace di ricettività creativa. La meditazione richiede una vigilanza costante, una costante consapevolezza d'ogni parola, d'ogni pensiero e sensazione che riveli lo stato del nostro essere, il riposto come il superficiale; e trattandosi di una cosa ardua, fuggiamo in ogni sorta di cosa confortante, ingannevole e la chiamiamo meditazione. Se si è in grado di vedere che la conoscenza di sé è l'inizio della meditazione, allora il problema si fa straordinariamente interessante e vitale. Poiché, alla fin fine, se non c'è la conoscenza di sé, potete praticare ciò che chiamate meditazione e tuttavia essere attaccati ai vostri princìpi, alla vostra famiglia, alla vostra proprietà; oppure, rinunciando alla vostra proprietà, potete essere attaccati a un'idea, così concentrati su di essa che la alimentate sempre di più. In verità, quella non è meditazione. Così, la conoscenza di sé è l'inizio della meditazione; senza conoscenza di sé non c'è meditazione. E man mano che ci si addentra più a fondo nella questione della conoscenza di sé, non solo la mente in superficie diventa tranquilla, quieta, ma vengono rivelati anche i diversi strati più riposti. Quando la mente in superficie è quieta, allora l'inconscio, gli strati riposti della coscienza si proiettano; rivelano il proprio contenuto, danno i propri segni, cosicché viene compreso in pieno l'intero processo del proprio essere. La mente si fa, dunque, estremamente quieta - è quieta. Non è resa quieta, non viene costretta a essere quieta da una ricompensa, dalla paura. Allora c'è un silenzio in cui viene in essere la realtà. Ma quel silenzio non è il silenzio cristiano, o il silenzio hindú, o il silenzio buddhista. Quel silenzio è silenzio, non nominato. Pertanto, se seguite il cammino del silenzio cristiano, o hindú, o buddhista, non sarete mai silenziosi. Un uomo che voglia, quindi, trovare la realtà deve abbandonare del tutto il suo condizionamento - che sia cristiano, hindú, buddhista, o di qualche altro gruppo. Il mero rinsaldare lo sfondo culturale mediante la meditazione, il conformismo, determina il ristagno della mente, il suo ottundimento; e io non sono affatto sicuro che ciò non sia quanto la maggior parte di noi vuole, perché è molto più facile creare un modello e seguirlo. Ma liberarsi dello sfondo culturale richiede vigilanza costante nei rapporti. E una volta che ci sia quel silenzio, si ha, allora, uno stato straordinario, creativo - non che dobbiate scrivere poemi, o dipingere quadri, potete o non potete. Ma quel silenzio non deve essere perseguito, copiato, imitato - in quel caso cessa di essere silenzio. Non potete pervenirvi attraverso nessun cammino. Si origina solo quando siano comprese le vie del sé, e il sé, con tutte le sue attività e i suoi danni, giunga al termine. Ossia, quando la mente cessa di creare, c'è creazione. Pertanto, la mente deve farsi semplice, quieta, deve essere quieta - il «deve» è sbagliato; dire che la mente «deve» implica costrizione. E la mente è quieta solo quando l'intero processo del

sé è giunto al termine. Quando viene compresa la totalità delle vie del sé e sono, quindi, terminate le attività del sé, allora soltanto c'è silenzio. Quel silenzio è vera meditazione, e in quel silenzio si origina l'eterno.

Domanda: Che io sappia, di tutti i maestri spirituali lei è l'unico a non offrire un sistema di meditazione per il raggiungimento della pace interiore. Concordiamo tutti sul fatto che la pace è necessaria, ma come possiamo raggiungerla senza mettere in pratica una tecnica, sia essa dello yoga orientale o della psicologia occidentale?

Krishnamurti: Non è veramente un male che vi siano dei maestri, maestri spirituali e dei seguaci? Nel momento in cui avete un maestro e ne diventate il seguace, non avete forse distrutto quella fiamma che deve essere alimentata costantemente se dovete trovare, scoprire? Quando fate affidamento sull'aiuto di un maestro, questi non diventa forse più importante della verità che state cercando? Mettiamo, dunque, da parte l'atteggiamento maestro-discepolo; cerchiamo di dimenticarcene completamente e consideriamo il problema stesso poiché riguarda ciascuno di noi. È evidente che nessun insegnante può aiutarvi a trovare la verità; va scoperta in voi stessi; occorre passare attraverso il dolore, la sofferenza, l'indagine; occorre scoprire e comprendere le cose da soli. Ma facendovi seguaci di un determinato maestro, non avete forse coltivato l'inerzia, la pigrizia, non c'è forse un offuscamento della mente? E, senza alcun dubbio, i diversi insegnanti con i loro svariati gruppi sono in contraddizione, competendo gli uni con gli altri, facendo propaganda - conoscete tutta l'assurdità della faccenda. Tutta quanta la questione dei seguaci e dei maestri è, dunque, ridicola e infantile. Il punto è: c'è un metodo, orientale od occidentale, per conseguire la pace? Se la pace viene conseguita praticando un qualche metodo, ciò che avete conseguito e che chiamate pace non è più una qualità vivente, è una cosa morta. Sapete in teoria che cosa dovrebbe essere la pace, e avete fissato una linea di condotta da seguire in direzione di essa. In verità, quella pace è una proiezione del vostro stesso desiderio, non è vero? Quindi, non si tratta più di pace. È ciò che volete, una cosa opposta a ciò che siete. Mi trovo in una condizione di conflitto, di miseria, di contraddizione; sono infelice, violento e voglio un rifugio, uno stato in cui io non sia disturbato. Mi reco, così, da diversi maestri, da diverse guide; leggo libri, pratico discipline che promettono ciò che voglio; mi reprimo, mi controllo, mi adatto al fine di guadagnarmi la pace. Ed è pace quella? Di certo, la pace non è una cosa da ricercare - essa giunge. È un sottoprodotto, non è fine a se stessa. Essa giunge quando comincio a comprendere per intero il processo di me stesso, le mie contraddizioni, i miei desideri, le mie ambizioni, il mio orgoglio. Ma se la rendo fine a se stessa, allora vivo in uno stato di ristagno. Ed è pace quella? Perciò, fino a quando cerco la pace con un sistema, con un metodo, con una tecnica, l'avrò, ma sarà la pace del conformismo, la pace della morte. Ed è ciò che la maggior parte di noi vuole. Ho avuto un barlume di qualcosa, un'esperienza che non può essere espressa a parole, e voglio vivere in tale stato, voglio che perduri, voglio una realtà assoluta. Può anche esserci una realtà assoluta, oppure possono esserci delle esperienze dal significato sempre maggiore, ma se mi aggrappo all'una o alle altre, non coltivo forse una lenta morte? E la morte non è pace. Non mi riesce, dunque, d'immaginare che cosa sia la pace in questo stato di confusione,

in questo stato di conflitto. Ciò che riesco a immaginare è l'opposto, e ciò che è opposto a quello che sono non è pace. Una tecnica, dunque, mi aiuta soltanto a ottenere qualcosa che è il contrario di ciò che sono, e senza comprendere ciò che sono - penetrandolo interamente, non solo a livello conscio, ma anche inconscio - senza comprendere l'intero processo di me stesso, la mera ricerca della pace ha davvero poco significato. Vedete, la maggior parte di noi è pigra. Siamo talmente inerti; vogliamo l'aiuto di maestri, di monasteri; non vogliamo scoprire da soli per mezzo della nostra costante consapevolezza, della nostra indagine, della nostra esperienza, per vaga, sottile, elusiva che sia. Ci uniamo a chiese, a gruppi, ci facciamo seguaci di questo o di quello - il che significa che da un lato c'è lo sforzo, e dall'altro si coltiva l'inerzia. Ma se si desidera davvero scoprire, sperimentare direttamente - e possiamo discutere di ciò che è lo sperimentare in un altro momento - allora è veramente essenziale che si accantonino tutte queste cose e ci si comprenda. La conoscenza di sé è l'inizio della saggezza, e quella soltanto può arrecare la pace.

Domanda: Il pensiero continua, continua tutto il tempo, senza tregua. Com'è possibile far sì che si arresti?

Krishnamurti: Se dico: «Non lo so», che cosa farete? Non lo so davvero. Signore, ascolti attentamente ciò che viene detto. Sono stati provati tanti metodi - l'andare in un monastero, l'identificarsi con una qualche immagine, una qualche teoria, o un qualche concetto, mediante la disciplina, la meditazione, forzando, reprimendo - nel tentativo di porre fine al pensiero. L'uomo ha fatto tutto il possibile, ha torturato se stesso in mille modi diversi, perché si è reso conto che pensare è essere colmi di afflizione. Come si deve fare? Ciò comporta diverse cose. Nel momento in cui fate uno sforzo per fermarlo, allora diventa un problema. Si ha una contraddizione. Volete fermarlo, ed esso non fa che continuare. Proprio questa contraddizione causa il conflitto; ogni contraddizione genera conflitto. Che cosa avete fatto, dunque? Non avete posto fine al pensiero, bensì avete dato l'avvio a un nuovo problema, che è il conflitto. Qualsiasi sforzo per arrestare il pensiero non fa che alimentarlo, conferirgli ulteriore energia. Sapete benissimo che dovete pensare. Dovete usare tutta l'energia che avete per pensare con chiarezza, con purezza, pensare sensatamente, razionalmente, logicamente. Sapete, tuttavia, che quel pensare sensato, razionale, logico non arresta il pensiero. Esso continua e continua. Che cosa dovete fare? Sapete che qualsiasi forma di repressione, qualsiasi forma di disciplina, di soppressione, di resistenza o di adattamento all'idea che dobbiate smettere di pensare è vana. Scartate tutto ciò. L'avete fatto? Se sì, allora che farete? Non farete assolutamente nulla! Per prima cosa voi pensate al doverlo arrestare. Quella è un'idea, e dietro all'idea c'è un motivo. Volete fermarlo, perché il pensiero non ha risolto il problema. Può, quindi, la mente - non solo una parte, non un qualche frammento di essa, ma la sua totalità, in cui siano inclusi i nervi, il cervello, i sensi, tutto - può la mente rendersi conto di non essere in grado di far nulla al riguardo? E allora esso continuerà? Constaterete che non continuerà.

Domanda: Che cos'è questa conoscenza di sé di cui lei parla, e come posso acquisirla?

Qual è il punto di partenza?

Krishnamurti: Ora, per favore, ascoltate con attenzione, perché vi siete fatti delle idee strane sulla conoscenza di sé - che per ottenerla dobbiate esercitarvi, dobbiate meditare, dobbiate fare ogni genere di cose. È molto semplice, signori. Il primo passo è l'ultimo nella conoscenza di sé, l'inizio è la fine. Il primo passo è ciò che conta perché non è cosa che possiate apprendere da un altro. Nessuno può insegnarvela, dovete scoprirla da soli; deve essere una vostra scoperta, e quella scoperta non è qualche cosa di tremendo, di assurdo; è semplicissima. In fin dei conti, conoscere voi stessi è osservare la vostra condotta, le vostre parole, quel che fate in tutti i rapporti quotidiani; questo è tutto. Cominciate con ciò e vedrete come sia straordinariamente difficile essere consapevoli, anche solo osservare il vostro modo di comportarvi, le parole che usate col vostro domestico, col vostro capo, l'atteggiamento che avete nei confronti della gente, verso le idee e le cose. Esaminate i vostri pensieri, i vostri moventi nello specchio del rapporto e vedrete che, nel momento in cui osservate, volete correggere, dite: «Questo è bene, questo è male. Devo fare questo e non quello». Quando vi vedete nello specchio del rapporto, il vostro è un approccio di condanna o di giustificazione e, quindi, distorcete ciò che vedete. Mentre se osservate semplicemente in quello specchio il vostro atteggiamento nei riguardi della gente, verso le idee e le cose, se vedete soltanto il fatto senza giudizio, senza condanna o accettazione, allora scoprirete che quella stessa percezione ha la propria azione. Quello è l'inizio della conoscenza di sé. Guardare voi stessi, osservare ciò che fate, ciò che pensate, quali sono i vostri moventi e incentivi e ciò nonostante non condannare o giustificare, è una cosa straordinariamente difficile a farsi, perché tutta la vostra cultura si basa sulla condanna, sul giudizio e sulla valutazione; siete stati educati a furia di «Fai questo, e non quello». Ma se siete in grado di guardare nello specchio del rapporto senza suscitare l'opposto, allora scoprirete che non c'è limite alla conoscenza di sé. Vedete, l'indagine sulla conoscenza di sé è un movimento verso l'esterno che, più tardi, si volge all'interno. Dapprima guardiamo le stelle e poi ci guardiamo dentro. Allo stesso modo, cerchiamo la realtà, Dio, la sicurezza, la felicità, nel mondo oggettivo, e quando non la troviamo lì, ci volgiamo all'interno. Questa ricerca del Dio interiore, del sé supremo, o di quel che volete, cessa del tutto tramite la conoscenza di sé, e allora la mente si fa estremamente quieta, non per mezzo della disciplina, ma soltanto attraverso la comprensione, l'osservazione, l'essere consapevole di se stessa, in ogni minuto, senza alternativa. Non dite: «Devo essere consapevole, ogni minuto», perché quella è soltanto un'altra manifestazione della nostra stupidità allorquando vogliamo ottenere qualcosa, quando vogliamo raggiungere uno stato particolare. Ciò che importa è essere consapevoli di voi stessi e continuare a esserlo senza accumulazione, perché non appena accumulate, da quel centro voi giudicate. La conoscenza di sé non è un processo d'accumulazione; è un processo di scoperta, di momento in momento, nel rapporto.

Domanda: La prego di spiegare che cosa intende per consapevolezza.

Krishnamurti: Nient'altro che consapevolezza! La consapevolezza dei vostri giudizi, dei vostri pregiudizi, delle vostre simpatie e antipatie. Quando vedete qualcosa, quel vedere

è il frutto del vostro confronto, della vostra condanna, del vostro giudizio, della vostra valutazione, vero? Quando leggete qualcosa, state giudicando, state criticando, state condannando o approvando. Essere consapevoli è vedere, all'istante, tutto questo processo di giudizio, di valutazione, vedere le conclusioni, il conformismo, le accettazioni, i rifiuti. Ora, si può essere consapevoli senza tutto ciò? Per il momento, tutto quello che conosciamo è un processo di valutazione, e quella valutazione è il frutto del nostro condizionamento, del nostro bagaglio di esperienze, dei nostri influssi religiosi, morali ed educativi. Questa cosiddetta consapevolezza è il risultato della nostra memoria - memoria intesa come il «me», l'hindú, il buddhista, il cattolico, o quel che si voglia. È il «me» - i miei ricordi, la mia famiglia, la mia proprietà, le mie qualità - che guarda, giudica, valuta. Ora, ci può essere consapevolezza senza tutto ciò, senza il sé? È possibile guardare soltanto, senza condanna, osservare soltanto il movimento della mente, della propria mente, senza giudicare, senza valutare, senza dire: «È bene» o «È male»? La consapevolezza che scaturisce dal sé, che è la consapevolezza della valutazione e del giudizio, fa sorgere sempre la dualità, il conflitto degli opposti - quel «ciò che è» e quel «ciò che dovrebbe essere». In quella consapevolezza c'è giudizio, c'è paura, c'è valutazione, condanna, identificazione. Non è che la consapevolezza del «me», del sé, dell'«io», con tutte le sue tradizioni, i suoi ricordi, e via dicendo. Una simile consapevolezza suscita sempre conflitto tra l'osservatore e l'osservato, tra ciò che sono e ciò che dovrei essere. Ora, è possibile essere consapevoli senza questo processo di condanna, di giudizio, di valutazione? È possibile che io mi guardi, quali che siano i miei pensieri, e non condanni, non giudichi, non valuti? Non so se ci abbiate mai provato. È veramente arduo, perché tutta la nostra formazione dall'infanzia ci conduce a condannare o ad approvare. E nel processo di condanna o di approvazione c'è frustrazione, c'è paura, c'è un tormentoso dolore, c'è ansietà, il che è il processo stesso del «me», il sé. Allora, sapendo tutto ciò, può la mente, senza sforzo, senza cercare di non condannare - giacché nel momento in cui dice: «Non devo condannare», è già intrappolata nel processo di condanna - può la mente essere consapevole, senza giudizio? Può limitarsi a guardare spassionatamente e, quindi, osservare quegli stessi pensieri, quelle stesse sensazioni nello specchio del rapporto - rapporto con le cose, con la gente e con le idee? Questa tacita osservazione non provoca freddezza, un gelido intellettualismo - al contrario. Se comprendo qualcosa, non deve, ovviamente, esserci condanna, confronto alcuno - è semplice, non vi pare? Ma noi pensiamo che la comprensione scaturisca dal confronto, e in questo modo aumentiamo i confronti. La nostra educazione è di tipo comparativo, e tutta la nostra struttura morale, religiosa è fatta per confrontare e condannare. Quindi, la consapevolezza di cui sto parlando è la consapevolezza dell'intero processo di condanna, e ne è la fine. In essa c'è osservazione senza alcun giudizio - cosa che è estremamente difficile; implica la cessazione, la fine completa del definire, del denominare. Quando mi rendo conto di essere bramoso, avido, stizzoso, passionale, o quel che si voglia, non è possibile osservarlo soltanto, esserne consapevole, senza condannare? - il che significa proprio smettere di attribuire un nome alla sensazione. Infatti, quando do un nome, per esempio «avidità», l'attribuzione stessa del nome è il processo di condanna. Per noi, neurologicamente, la parola stessa «avidità» è già una condanna. Liberare la mente da

ogni condanna significa cessare di attribuire dei nomi. Dopo tutto, il nominare è il processo di chi pensa. E il pensante che separa se stesso dal pensiero - il che è un processo del tutto artificiale, è irreale. Esiste solo il pensare; non c'è alcuna entità pensante; c'è solo una condizione d'esperienza, non l'entità che esperisce. Così, tutto questo processo di consapevolezza, di osservazione è il processo di meditazione. È, in altri termini, la propensione a sollecitare il pensiero. Per la maggior parte di noi, i pensieri sopraggiungono senza sollecitazione - un pensiero dopo l'altro. Il pensare è incessante; la mente è schiava di ogni sorta di pensiero errabondo. Se ve ne rendete conto, allora vedrete che può esservi una sollecitazione al pensiero - una sollecitazione del pensiero - e allora un perseguire ogni pensiero che abbia a sorgere. Per la maggior parte di noi, il pensiero giunge non sollecitato; in qualsiasi maniera. Comprendere quel processo e sollecitare, allora, il pensiero e perseguire quel pensiero fino alla fine è l'intero processo che ho descritto come consapevolezza; e in ciò non c'è un denominare. Allora vedrete che la mente si fa straordinariamente quieta - non con fatica, non attraverso la disciplina, non attraverso una qualsiasi forma di tortura inflitta a se stessi e di controllo. Mediante la consapevolezza delle proprie attività, la mente diventa sorprendentemente quieta, calma, creativa - priva dell'azione di qualsiasi disciplina o di qualsiasi imposizione. Allora, in quella calma della mente, si presenta il vero, senza sollecitazione. Non potete sollecitare la verità; essa è l'ignoto. E in quel silenzio colui che sperimenta è assente. Perciò, ciò che è sperimentato non viene accumulato, non viene ricordato come «la mia esperienza della verità». Allora ha vita qualcosa che è al di fuori del tempo - che non può essere misurato da chi lo sperimenti, o da chi meramente ricordi un'esperienza passata. La verità è qualcosa che giunge di momento in momento. Non va coltivata, non va accumulata, immagazzinata e trattenuta nel ricordo. Giunge soltanto quando c'è una consapevolezza in cui colui che sperimenta è assente.

Domanda: Ascoltandola, si percepisce che lei ha letto moltissimo ed è anche direttamente consapevole della realtà. Se è così, allora perché condanna l'acquisizione di conoscenza?

Krishnamurti: Vi dirò perché. È un viaggio che va intrapreso da soli, e non si può viaggiare da soli se si ha per compagna la conoscenza. Se avete letto la Gita, le Upanisad e la moderna psicologia, se avete immagazzinato le informazioni degli esperti su di voi, e ciò che essi dicono è quello che dovreste sforzarvi di ottenere, ebbene, una simile conoscenza è un ostacolo. Il tesoro non è nei libri, ma sepolto nella vostra mente, ed essa soltanto può portarlo alla luce. Avere la conoscenza di se stessi è conoscere le vie della propria mente, essere consapevoli delle sue sottigliezze, con tutte le loro implicazioni, e per questo non dovrete leggere neanche un libro. In verità, io non ho letto niente di tutto ciò. Forse, da ragazzo, o da giovane, ho casualmente dato un'occhiata a qualcuno dei libri sacri, ma non li ho mai studiati. Non voglio studiarli; sono noiosi, perché il tesoro è altrove. Il tesoro non è nei libri, e nemmeno nel vostro guru; è in voi stessi, e la chiave è la comprensione della vostra mente. Dovete comprendere la vostra mente, non secondo Patanjali, o secondo qualche psicologo che sia abile a spiegare le cose, ma guardando in voi stessi, osservando l'operato della vostra mente - non solo la mente

conscia, ma anche i livelli profondi dell'inconscio. Se osservate la vostra mente, se giocate con essa, se la guardate quando è spontanea, libera, vi rivelerà tesori indicibili, e allora sarete al di sopra d'ogni libro. Ma anche ciò richiede moltissima attenzione, vigore, un'intensità di ricerca - non il dilettantismo delle spiegazioni oziose. La mente, dunque, deve essere libera dalla conoscenza, perché una mente che è intenta alla conoscenza non può mai portare alla luce «ciò che è».

Problemi e fughe

«Ho molti seri problemi e mi sembra di renderli più tortuosi e dolorosi cercando di risolverli. Sono al limite delle mie risorse e non so che cosa fare. In aggiunta a tutto ciò, sono sorda e devo usare questa cosaccia come apparecchio acustico. Ho diversi figli e un marito che mi ha lasciata. Sono veramente preoccupata per i miei figli, perché voglio che evitino tutti i tormenti che ho patito io». Come ci preoccupiamo di trovare una risposta ai nostri problemi! Siamo talmente ansiosi di trovarla che non sappiamo considerare il problema; ciò impedisce la nostra quieta osservazione di esso. Il problema è la cosa importante, non la risposta. Se cerchiamo una risposta, la troveremo; ma il problema rimarrà, dato che la risposta è estranea a esso. La nostra ricerca mira a una fuga dal problema e la soluzione è un rimedio superficiale, e così non si ha alcuna comprensione del problema. Tutti i problemi sorgono da una fonte e, senza comprenderne la fonte, ogni sforzo per risolverli condurrà soltanto a nuova confusione e nuova infelicità. Innanzitutto si deve essere davvero certi che la propria intenzione di comprendere il problema sia seria, e realizzare la necessità di liberarsi di tutti i problemi, poiché solo allora ci si può avvicinare all'artefice dei problemi. Senza libertà dai problemi non può esserci tranquillità, e la tranquillità è essenziale alla felicità, la quale non è fine a se stessa. Come lo specchio d'acqua è immobile quando cessa la brezza, così la mente è immobile con la cessazione dei problemi. Ma la mente non può essere resa immobile; se lo è, è morta, è uno specchio d'acqua stagnante. Quando ciò è chiaro, allora l'artefice dei problemi può essere osservato. L'osservazione deve essere quieta e non conforme a una qualche intenzione prestabilita, basata su piacere e dolore. «Ma lei sta chiedendo l'impossibile! La nostra educazione esercita la mente a differenziare, a confrontare, a giudicare, a scegliere, ed è molto difficile non condannare o giustificare quel che viene osservato. Come ci si può liberare di questo condizionamento e osservare in modo quieto?» Se si vede che l'osservazione quieta, che la consapevolezza passiva è essenziale alla comprensione, allora la verità della propria percezione libera dal retroterra culturale. È solo quando non si vede l'immediata necessità di una consapevolezza passiva, e ciò nonostante vigile, che sorge il «come», la ricerca di un mezzo che dissolva quel retroterra. È la verità a liberare, non il mezzo o il sistema. Ci si deve rendere conto della verità che solo l'osservazione quieta genera la comprensione. Allora soltanto si è liberi dalla condanna e dalla giustificazione. Quando si vede il pericolo non ci si domanda come fare a starne lontani. È perché non si vede la necessità di essere consapevoli passivamente che si domanda «come». Perché non ne vede la necessità? «Lo voglio, ma non ho mai riflettuto in questa direzione prima d'ora. Tutto quello che posso dire è che voglio sbarazzarmi dei miei problemi, perché sono un vero supplizio per me. Voglio essere felice, come tutti.»

Consciamente o inconsciamente ci rifiutiamo di vedere quanto sia indispensabile essere consapevoli passivamente, perché non vogliamo veramente lasciare andare i nostri problemi. Che cosa saremmo senza di essi? Piuttosto che arrischiarci a inseguire qualcosa che può condurci chissà dove, preferiremmo aggrapparci a qualcosa che conosciamo, per quanto doloroso possa essere. Quanto meno i problemi ci sono ben noti, mentre il pensiero di inseguirne l'artefice, non sapendo dove ciò possa condurre, suscita in noi paura e ottusità. La mente sarebbe perduta senza il fastidio dei problemi; si nutre di problemi, siano essi mondiali o domestici, politici o personali, religiosi o ideologici. E così i nostri problemi ci rendono gretti e meschini. Una mente che si tormenta con problemi mondani è tanto meschina quanto quella che si preoccupa del progresso spirituale che consegue. I problemi gravano la mente di paura, poiché danno forza al sé, al «me» e al «mio». Senza problemi, senza successi e fallimenti, il sé non è. «Ma come si può esistere senza il sé? È la fonte d'ogni azione.» Fintanto che l'azione è il risultato del desiderio, della memoria, della paura, del piacere e del dolore, cagiona inevitabilmente conflitto, confusione e antagonismo. La nostra azione è il risultato del nostro condizionamento, a qualsiasi livello, e la nostra risposta alla provocazione, essendo inadeguata e incompleta, non può far altro che produrre conflitto, che è il problema. Il conflitto è la struttura propria del sé. È del tutto possibile vivere senza conflitto, il conflitto della bramosia, della paura, del successo, ma questa possibilità sarà meramente teorica e non effettiva sino a che non venga scoperta grazie all'esperienza diretta. Vivere senza bramosia è possibile solo quando siano comprese le vie del sé. «Pensa che la mia sordità sia dovuta alle mie paure e alle mie repressioni? I medici mi hanno garantito che non c'è nulla che non vada strutturalmente. Ho qualche possibilità di riacquistare l'udito? Per tutta la vita sono stata repressa, in un modo o nell'altro. Non ho mai fatto quello che volevo veramente.» Interiormente o esteriormente è più semplice reprimere che comprendere. Comprendere è difficile, specialmente per coloro che sono stati pesantemente condizionati dall'infanzia. Per quanto estenuante, la repressione diventa una questione di abitudine. La comprensione non può mai tradursi in un'abitudine, in una faccenda di routine; essa richiede un'attenzione, una vigilanza costanti. Per poter comprendere, devono esserci docilità, sensibilità, un ardore che non ha nulla a che fare con la sentimentalità. Qualsiasi forma di repressione non richiede alcuna stimolazione della consapevolezza. È il modo di reagire più comodo e più stupido. La repressione è il conformarsi a un'idea, a un modello, e dà una sicurezza, una rispettabilità superficiali. La comprensione libera, ma la repressione limita sempre, è causa del chiudersi in se stessi. La paura dell'autorità, dell'insicurezza, dell'opinione costruisce un rifugio ideologico, con la sua controparte fisica, a cui la mente si volge. Questo rifugio, a qualsivoglia livello si possa porre, alimenta sempre la paura e dalla paura derivano la sostituzione, la sublimazione o la disciplina, che sono tutte forme di repressione. La repressione deve trovare uno sbocco, sia esso una malattia fisica o una qualche illusione ideologica. Si paga lo scotto a seconda del proprio carattere e delle proprie idiosincrasie. «Mi sono accorta che ogniqualvolta c'è da sentire qualcosa di spiacevole, io mi rifugio dietro questo apparecchio, che, conseguentemente, mi aiuta a fuggire nel mio mondo. Ma come ci si deve liberare dalla repressione di anni? Non richiederà molto tempo?» Non è una questione di tempo, di

scavare nel passato o di analisi accurata; è questione di vedere la verità della repressione. Se si è consapevoli passivamente, senza scelta alcuna, dell'intero processo della repressione, se ne vede la verità. Non si può scoprire tale verità se si pensa in termini di ieri e di domani. La verità non deve essere capita con il passare del tempo. Non è cosa che debba essere conseguita. È vista o non è vista; non può essere percepita gradualmente. La volontà di liberarsi dalla repressione è un ostacolo alla comprensione della verità di essa, poiché la volontà è desiderio, sia esso positivo o negativo, e con il desiderio non può esserci consapevolezza passiva. È il desiderio o la brama che cagiona la repressione; e questo stesso desiderio, sebbene sia ora chiamato volontà, non può mai liberarsi dalla sua creazione. Ancora una volta, si deve percepire la verità della volontà grazie a una consapevolezza passiva e, ciò nonostante vigile. L'analizzante, quantunque possa separarsene, è parte dell'analizzato e giacché è condizionato dalla cosa analizzata, non se ne può liberare. Ancora una volta, si deve vedere la verità di ciò. È la verità che libera, non la volontà e non lo sforzo.

L'ossessione

Disse che era ossessionato da stupide, piccole cose e che queste ossessioni cambiavano costantemente. Lo preoccupavano difetti fisici immaginari e, nel giro di qualche ora, la sua preoccupazione si era fissata su un altro caso o pensiero. Gli sembrava di passare da un'ossessione angosciosa all'altra. Per vincere queste ossessioni, di continuo, consultava dei libri o parlava del suo problema con un amico, ed era anche andato da uno psicologo; ma, per una ragione o per l'altra, non aveva trovato giovamento alcuno. Anche dopo una seduta seria e impegnativa, queste ossessioni sopraggiungevano immediatamente. Se trovasse la causa, riuscirebbe a porvi fine? La scoperta di una causa determina la libertà dall'effetto? La conoscenza della causa annienterà il risultato? Conosciamo le cause sia economiche sia psicologiche della guerra, eppure incoraggiamo la barbarie e l'autodistruzione. Dopo tutto, la nostra motivazione nel ricercare la causa è il desiderio di liberarci dell'effetto. Questo desiderio è un'altra forma di resistenza o di condanna e, quando c'è condanna, non c'è comprensione. «Allora che cosa si deve fare?» domandò. Perché la mente è dominata da queste ossessioni futili e stupide? Chiedere «perché» non è ricercare la causa come qualcosa che si debba trovare indipendentemente da se stessi. È solamente svelare le modalità del proprio pensare. Dunque, perché la mente è occupata in tal modo? Non è forse perché è superficiale, frivola, meschina e, quindi, presa dalle proprie seduzioni? «Sì», rispose, «sembra vero, ma non del tutto, dato che sono una persona seria». Eccezion fatta per queste ossessioni, che cosa occupa il suo pensiero? «La mia professione», disse. «Ho una posizione di responsabilità. Per tutto il giorno, e talvolta sino a notte fonda, i miei pensieri sono rivolti ai miei affari. Saltuariamente leggo, ma dedico la maggior parte del tempo alla mia professione». Le piace quello che fa? «Sì, ma non è del tutto soddisfacente. Per tutta la vita sono stato insoddisfatto di ciò che facevo ma, avendo certi obblighi, non ho potuto rinunciare al mio attuale impiego e, per di più, sto invecchiando. Ciò che mi secca sono queste ossessioni e il mio crescente risentimento verso il mio lavoro come pure nei confronti della gente. Non sono stato indulgente. Provo una

crescente preoccupazione circa il futuro e non mi sembra di trovar pace. Faccio bene il mio lavoro, ma…» Perché sta lottando contro «ciò che è»? La casa in cui vivo può essere rumorosa, sudicia; la mobilia può essere orrenda e, in generale, può esservi una mancanza assoluta di bellezza ma, per svariati motivi, mi tocca viverci, non mi è possibile trasferirmi in un'altra casa. In questo caso, non si tratta di una questione di accettazione, ma di considerare l'ovvia realtà. Se non vedo «ciò che è», mi angustierò per quel vaso, per quella sedia o per quel quadro; essi diverranno le mie ossessioni e ci sarà del risentimento nei confronti della gente, verso il lavoro, e via dicendo. Se potessi abbandonare il tutto e ricominciare, sarebbe una faccenda diversa, ma non posso. È inutile ribellarmi contro «ciò che è», contro il reale. Il riconoscimento di «ciò che è» non porta a una contentezza compiaciuta e ad adagiarsi. Quando mi arrendo a «ciò che è», non solo ne ho la comprensione, ma ecco che sopraggiunge anche una certa quiete alla superficie della mente. Se la mente in superficie non è quieta, indulge alle ossessioni, reali o immaginarie; si fa prendere da qualche riforma sociale o da qualche conclusione religiosa: il Maestro, il salvatore, il rituale e così via. È solo quando la mente in superficie è quieta che il recondito può rivelarsi. Il recondito si deve rivelare; ma ciò non è possibile se la mente in superficie è oberata di ossessioni, di preoccupazioni. Dal momento che la mente in superficie si trova continuamente in qualche tipo di agitazione, il conflitto tra il livello superiore e quello più profondo di essa è inevitabile. E, fintanto che tale conflitto rimane irrisolto, le ossessioni aumentano. Dopo tutto, esse sono una scappatoia dal nostro conflitto. Tutte le fughe sono simili, quantunque sia evidente che alcune sono socialmente più dannose. Quando si è consapevoli dell'intero processo dell'ossessione o di qualsiasi altro problema, allora soltanto si è liberi dal problema. Per essere ampiamente consapevoli non ci deve essere condanna o giustificazione del problema; la consapevolezza deve essere priva di scelta. Essere così consapevoli esige immensa pazienza e sensibilità; richiede passione e attenzione prolungata, di modo che l'intero processo del pensiero possa essere osservato e compreso.

Perché ci si affligge per la morte?

La meditazione è la rivelazione del nuovo. Il nuovo è al di là e al di sopra del passato ripetitivo - e la meditazione è la cessazione di questa ripetizione. La morte che scaturisce dalla meditazione è l'immortalità del nuovo. Il nuovo non appartiene al pensiero e la meditazione è il silenzio del pensiero. La meditazione non è un conseguimento; non ha lo scopo di afferrare una visione, né di stimolare la sensazione. È come il fiume indomabile che scorre rapido e inonda le rive. È la musica priva di suono; non può essere ammansita e usata. È il silenzio in cui l'osservatore si è acquietato sin dall'inizio. Il sole non era ancora sorto e attraverso gli alberi si vedeva la stella del mattino. C'era un silenzio straordinario. Non il silenzio tra due rumori o tra due note, bensì quello che non ha causa alcuna - il silenzio dei primordi del mondo. Permeava l'intera vallata e le alture, non rotto dai richiami di due grossi gufi e il lontano abbaiare di un cane alla tarda luna faceva parte di quell'immensità. La rugiada era particolarmente fitta e, quando il sole sorse sulla collina, emanò bagliori multicolori e quello splendore che s'accompagna ai primi raggi solari. Sulle delicate foglie della jacaranda pesava la rugiada e gli uccelli, convenuti per i

loro bagni mattutini, battevano le ali affinché le piume se ne impregnassero. I corvi continuavano a saltellare di ramo in ramo, insinuando le teste tra le foglie, sbattendo le ali e lisciandosi le penne: erano una mezza dozzina circa ad appesantire un unico ramo e molti altri erano gli uccelli intenti al bagno del mattino, sparpagliati sull'albero. E quel silenzio si diffuse, sembrava estendersi oltre le colline. Si sentirono i consueti strilli di bambini e delle risate e la fattoria cominciò a svegliarsi. S'annunciava una giornata fresca e sulle colline si diffondeva la luce del sole. Erano molto antiche - probabilmente le più antiche colline del mondo - dalle rocce stranamente modellate, che parevano scolpite con estrema cura, in equilibrio l'una sull'altra, senza che il vento o l'intervento umano potessero sbilanciarle. La valle era assai distante dalla città e la strada accidentata che l'attraversava conduceva a un altro villaggio. Né automobili, né autobus turbavano l'antica quiete di quella vallata; solo carri trainati da buoi, il cui movimento era parte delle colline. C'era l'alveo secco di un fiume, in cui l'acqua scorreva solo dopo piogge abbondanti e il cui colore era una mescolanza di rosso, giallo e marrone, e anch'esso sembrava muoversi con le colline. E gli abitanti del villaggio che passavano silenziosamente a piedi erano come le rocce. Il giorno si consumò lentamente e sul finire della sera, mentre il sole tramontava sulle colline occidentali, il silenzio sopraggiunse da lontano, sulle alture, attraverso gli alberi, avvolgendo i piccoli cespugli e l'antico baniano. E come le stelle si fecero brillanti, così il silenzio diventò tanto grande da essere a stento tollerabile. I piccoli lumi del villaggio furono spenti e, con il sonno, l'intensità di quel silenzio si approfondì, si ampliò, fino a diventare incredibilmente soverchiante. Pure le colline si fecero più quiete, giacché anch'esse avevano messo fine ai loro mormorii, al loro movimento, e parvero perdere il loro immenso peso……..

Disse di avere quarantacinque anni. Aveva accuratamente indossato la veste da lutto e portava bracciali ai polsi. L'uomo più anziano che era con lei affermò di essere suo zio. Sedemmo tutti sulla piattaforma che dominava un vasto giardino con un baniano, alcuni alberi di mango, la splendida buganvillea e le giovani palme. Era tremendamente triste. Le sue mani non avevano pace e tentava di evitare di erompere in parole o, forse, di scoppiare a piangere. Lo zio disse: «Siamo venuti a parlarle di mia nipote. Suo marito morì qualche anno fa e, in seguito, anche suo figlio. Non riesce a smettere di piangere ed è terribilmente invecchiata. Non sappiamo più che cosa fare. I soliti consigli dei medici sembrano inefficaci e pare che si stia allontanando dagli altri figli. Sta dimagrendo sempre di più; non sappiamo dove la porterà tutto ciò. Insisteva perché venissimo a trovarla». «Persi mio marito quattro anni fa. Era un medico e morì di cancro. Deve avermelo tenuto nascosto e ne sono venuta a conoscenza solo nell'ultimo anno circa. Soffriva, sebbene i dottori gli somministrassero morfina e altri sedativi. Deperì sotto i miei occhi e spirò». Tacque, quasi soffocata dalle lacrime. Una colomba appollaiata su un ramo tubava placidamente. Era bruno-grigia, con una piccola testa e un grosso corpo - non troppo grosso, trattandosi di una colomba. Volò subito via e il ramo prese a oscillare per la pressione del suo volo. «Non riesco a trovare il modo di sopportare questa solitudine, questa vita insensata senza di lui. Amavo i miei figli, ne avevo tre: un maschio e due femmine. Un giorno dello scorso anno il maschio mi scrisse da scuola, dicendo di non sentirsi bene e, qualche giorno più tardi, ricevetti la telefonata del direttore che mi

comunicava la sua morte». A questo punto scoppiò in un pianto dirotto. Mostrò subito una lettera del figlio, in cui egli le diceva di voler tornare a casa perché si sentiva male e si augurava che ella stesse bene. Spiegò quanto fosse stato preoccupato per lei, tanto da preferire restarle accanto piuttosto che andare a scuola. Ella, invece, lo aveva più o meno spinto ad andarsene, temendo di affliggerlo con la propria angoscia. Adesso era troppo tardi. Le due figlie, disse, non erano pienamente consapevoli dell'accaduto a causa della loro giovane età. Di colpo esclamò: «Non so che cosa fare. Questo lutto ha scosso le fondamenta della mia vita. Come una casa, il nostro matrimonio era costruito con cura su quelle che ritenevamo essere basi profonde. Ora tutto è stato distrutto da questo enorme evento». Lo zio doveva essere un credente, un tradizionalista, poiché aggiunse: «Dio le ha inflitto ciò. Ha compiuto tutti i riti necessari ma non le sono serviti. Io credo nella reincarnazione, mentre lei non vi trova alcun conforto. Non vuole neanche parlarne. Per lei è del tutto priva di senso e noi non siamo stati in grado di consolarla». Restammo lì seduti in silenzio per qualche tempo. Il suo fazzoletto era ora completamente inzuppato. Uno pulito, preso dal cassetto, servì ad asciugarle le lacrime sulle guance. La buganvillea rossa faceva capolino dalla finestra e la vivida luce meridionale era su ogni foglia. Vuole parlarne seriamente - andare alla radice di tutto ciò? O vuole essere confortata da spiegazioni, da argomenti ragionati ed essere distolta dalla sua afflizione con parole convincenti? Rispose: «Vorrei andarne al fondo, ma non so se ho la capacità o l'energia per affrontare quel che dirà. Quando mio marito era vivo venivamo talvolta ad ascoltarla, ma adesso può darsi che mi sia difficile seguirla». Perché è afflitta? Non dia una spiegazione, perché quella non sarà che una costruzione verbale della sua sensazione, e non la realtà effettiva. Quando le verrà posta una domanda, dunque, non risponda. Si limiti ad ascoltare e a trovare la risposta da sola. Perché ci si affligge per la morte? In ogni casa, dal ricco al povero, dal più potente sulla terra al mendicante? E lei perché è afflitta? È per suo marito - o per se stessa? Se piange per suo marito, possono forse le sue lacrime aiutarlo? Se n'è andato definitivamente. Faccia ciò che vuole ma non potrà mai riaverlo indietro. Nessuna lacrima, nessuna fede, nessun rito o dio potrà mai restituirglielo. È una realtà che deve accettare; non può farci nulla. Ma se sta piangendo per se stessa, a causa della sua solitudine, della sua esistenza vuota, dei piaceri sensuali e della compagnia di cui godette, allora, non lo sta forse facendo a motivo della sua stessa vacuità, per autocommiserazione? Forse, per la prima volta, è conscia della sua miseria interiore. Non ha, forse, se è permesso farlo gentilmente notare, investito in suo marito, ricavandone agio, appagamento e piacere? Tutto quello che prova adesso - il senso di perdita, lo strazio della solitudine e dell'affanno - è una forma di autocommiserazione, non è così? Lo consideri. Non indurisca il suo cuore contro ciò e dica: «Amavo mio marito e non ho mai minimamente pensato a me stessa. Volevo proteggerlo, anche se cercavo spesso di dominarlo, ma lo facevo per il suo bene, senza mai avere un pensiero egoistico». Adesso che se n'è andato si sta rendendo conto della sua situazione effettiva, non è vero? La sua morte l'ha scossa e le ha mostrato la condizione reale della sua mente e del suo cuore. Può non essere disposta a considerarla, può rifiutarla per paura; ma se riflette un pò di più, si accorgerà che sta piangendo a causa della sua solitudine, della sua miseria interiore - in altre parole, per

autocommiserazione. «È piuttosto crudele, signore, non trova?» disse. «Sono venuta da lei per essere veramente confortata e che cosa mi sta dando?» Una delle illusioni della maggior parte delle persone è quella di ritenere che vi sia qualcosa come la consolazione interiore, che qualcun altro possa donarla o che la si possa trovare in se stessi. Temo che non vi sia nulla del genere. Se sta cercando la consolazione è destinata a vivere nell'illusione e, quando quell'illusione si spezza, a rattristarsi perché la consolazione l'ha abbandonata. Per comprendere il dolore, o per superarlo, si deve, in effetti, essere veramente consapevoli di quel che avviene interiormente e non nasconderlo. Fare rilevare tutto ciò non è crudeltà, non crede? Non si tratta di qualcosa di sgradevole da cui fuggire. Se lo comprende con estrema chiarezza, allora ne viene immediatamente fuori, senza un graffio, intatta, rinnovata, indifferente ai casi della vita. La morte è inevitabile per noi tutti. Non c'è scampo. Tentiamo di dare ogni tipo di spiegazione, aggrappandoci a ogni sorta di fede, nella speranza di trascenderla, ma qualunque cosa facciamo, è sempre là; domani, o girato l'angolo, o trascorsi molti anni, è sempre là. Si deve prendere atto di questa enorme realtà della vita. «Ma», disse lo zio, palesando la credenza tradizionale nell'Atman, l'anima, la realtà permanente che perdura. Era sul suo terreno, adesso, ben fornito di sottili argomenti e di citazioni. Si alzò bruscamente in piedi e negli occhi gli si accese la vampa della battaglia, la battaglia delle parole. Compassione, amore e comprensione erano spariti. Stava sul suo sacro terreno di fede e tradizione, schiacciato dal pesante fardello dei condizionamenti. «Ma l'Atman risiede in tutti noi! Continua a rinascere fino a che non diviene consapevole di essere il Brahama. Dobbiamo passare attraverso la sofferenza per pervenire a quella realtà. Viviamo nell'illusione; il mondo è un'illusione. C'è solo una realtà». E si interruppe! Ella mi guardò, senza prestargli troppa attenzione, e un sorriso dolce accennò ad apparirle sul viso. Osservammo entrambi la colomba che era ritornata e la fiammeggiante buganvillea. Non c'è nulla di permanente sulla terra o in noi stessi. Il pensiero è in grado di dare continuità a ciò che esso pensa; può attribuire la permanenza a una parola, a un'idea, a una tradizione. Il pensiero pensa se stesso come permanente, ma lo è davvero? Il pensiero è la risposta della memoria e la memoria è permanente? Può costruire un'immagine e conferirle una continuità, una permanenza, chiamandola Atman o come si voglia; può ricordare il volto del marito o della moglie e aggrapparglisi. Questa è l'attività del pensiero che suscita la paura e, a causa di tale paura, sorge l'impulso alla permanenza - la paura di non avere, domani, pasto o riparo - la paura della morte. Questa paura è il risultato del pensiero e anche il Brahama è il prodotto del pensiero. Lo zio disse: «Memoria e pensiero sono come una candela: la si spegne e la si riaccende di nuovo; si dimentica e, in seguito, si torna a ricordare. Si muore e si nasce a nuova vita. La fiamma della candela è la stessa - e non è la stessa. Nella fiamma c'è, dunque, una certa continuità». Ma la fiamma che è stata spenta e la nuova fiamma non sono la stessa cosa. Il vecchio finisce affinché vi sia il nuovo. Se vi fosse una costante continuità modificata non si avrebbe nulla di nuovo. I mille ieri non possono essere rinnovati; anche una candela si estingue. Tutto deve concludersi perché sorga il nuovo. Lo zio, ora, non può ricorrere alle citazioni, o alle credenze, o alle massime altrui; così si chiude in sé e si calma, confuso e piuttosto stizzito, poiché è stato messo di fronte a se stesso e, come la nipote, non vuole affrontare

la realtà. «Tutto ciò non mi preoccupa», ella disse. «Sono del tutto infelice. Ho perso mio marito e mio figlio. Mi rimangono queste due figlie. Cosa devo fare?» Se è preoccupata per loro, non può esserlo per se stessa e per la sua sofferenza. Deve badare a loro, educarle rettamente, crescerle al di fuori della solita mediocrità. Ma se si strugge nell'autocommiserazione, che lei definisce «amore per suo marito», e si chiude nell'isolamento, allora distruggerà anche loro. Consapevolmente o inconsapevolmente siamo tutti totalmente egoisti. Fintanto che otteniamo quello che vogliamo, pensiamo che ogni cosa vada bene; ma, nel momento in cui si verifica un avvenimento che rovina tutto ciò, ci disperiamo, aspettandoci di trovare altre consolazioni, le quali, naturalmente, finiranno a loro volta per infrangersi. In tal modo questo processo continua e se lei vuole essere trascinata in esso, ben conoscendone tutte le implicazioni, faccia pure. Ma se ne vede l'assurdità, allora, smetterà spontaneamente di piangere e di isolarsi e vivrà con le bambine con una nuova luce e il sorriso sul volto.

La sicurezza

Il piccolo ruscello scorreva molto dolcemente vicino al sentiero che serpeggiava tutt'intorno alle risaie, pieno di fiori di loto di un viola scuro e dai cuori dorati, che galleggiavano sull'acqua. Il profumo restava accanto a essi ed erano molto belli. Il cielo era coperto: stava cominciando a pioviggginare e fra le nubi tuonava. Il fulmine era ancora lontano, ma si stava avvicinando all'albero sotto cui ci riparavamo. Cominciò a piovere forte e le gocce d'acqua si accumulavano sulle foglie di loto. Quando si fecero troppo grandi scivolarono dalle foglie, solamente per formarsi un'altra volta. Il fulmine adesso era sopra l'albero e il bestiame spaventato tirava le funi. Un vitello nero, fradicio e tremante, si lamentava pietosamente; strappò la sua corda e corse verso una capanna lì vicino. I fiori di loto si chiudevano saldamente, serrando i loro cuori dorati contro l'oscurità crescente; per raggiungerli uno avrebbe dovuto strappare i petali viola. Sarebbero rimasti saldamente chiusi sino all'arrivo del sole. Erano molto belli anche nel loro sonno. Il lampo si muoveva verso la città. Era veramente buio ora, e a stento si poteva udire il mormorio del ruscello. Il sentiero ci portò oltre il villaggio, alla strada che ci ricondusse alla città chiassosa.

Era un giovane di oltre vent'anni; era ben nutrito, aveva viaggiato un pò e aveva studiato all'università. Era nervoso e nei suoi occhi c'era inquietudine. Era tardi, ma voleva parlare; voleva che qualcuno esaminasse la sua mente per lui. Si espose con molta semplicità, senza esitazione o pretesa alcuna. Il suo problema era chiaro, ma non a lui, che brancolava qua e là. Non ascoltiamo e non scopriamo «ciò che è». Affibbiamo le nostre idee e opinioni a un altro, cercando di imporgli la struttura del nostro pensiero. I nostri pensieri e i nostri giudizi sono per noi molto più importanti che scoprire «ciò che è». Il «ciò che è» è sempre semplice. Siamo noi a essere complicati. Rendiamo il semplice, il «ciò che è», complicato e ci perdiamo in esso. Ascoltiamo unicamente il chiasso crescente della nostra confusione. Per ascoltare dobbiamo essere liberi. Non è che non debbano esserci distrazioni, dato che lo stesso pensare è una forma di distrazione. Dobbiamo essere liberi per stare in silenzio, e solo allora è possibile ascoltare. Diceva che appena andava a dormire gli accadeva di mettersi a sedere sul letto con un attacco di ansia pura.

In quei momenti la stanza perdeva le sue proporzioni; i muri si appiattivano; soffitto e pavimento sparivano. Ed egli, in preda alla paura, sudava. La cosa andava avanti da parecchi anni. Di che cosa ha paura? «Non lo so; ma quando mi sveglio spaventato, vado da mia sorella, o da mio padre e mia madre e, per calmarmi, parliamo un pò; poi vado a letto. Loro capiscono, ma io ho passato la ventina e tutto questo sta diventando piuttosto stupido». È preoccupato per il futuro? «Sì, un pò. Benché il denaro non ci manchi, mi preoccupa lo stesso».Perché? «Voglio sposarmi e provvedere al benessere della mia futura moglie». Perché preoccuparsi per il futuro? Lei è veramente giovane: può lavorare e darle il necessario. Perché farsi assillare così da ciò? Teme di perdere la sua posizione sociale? «In parte. Abbiamo una macchina, qualche proprietà e un nome. Ovviamente non voglio perdere tutto questo, il che potrebbe essere la causa della mia ansia. Ma non è esattamente così. È la paura di non essere. Quando mi sveglio spaventato, provo la sensazione di essere perduto, di non essere nessuno, di crollare». Dopo tutto, può darsi che un nuovo governo vada al potere e che lei perda le sue proprietà, i suoi beni. Ma è veramente giovane e può sempre lavorare. Milioni di persone stanno perdendo i loro beni materiali e anche a lei può capitare di dover affrontare una cosa simile. E poi le cose del mondo vanno condivise e non possedute esclusivamente. Perché essere così prudente, così timoroso di perdere, alla sua età? «Ecco, voglio sposare una ragazza e desidero che non ci sia alcun ostacolo. È probabile che nulla lo impedisca, ma sento la sua mancanza e lei la mia; ciò può essere un'altra causa del mio timore». È questa la causa della sua paura? Sostiene che è probabile che non accada nulla di eccezionale che possa impedirle di sposarla e, allora, perché questa paura? «Sì, è vero; possiamo sposarci quando decidiamo di farlo, quindi questo non può essere il motivo del mio timore, almeno non adesso. In effetti, penso di aver paura di non essere, di perdere la mia identità, il mio nome». Anche se non tenesse al suo nome e avesse, però, le sue proprietà e il resto, non avrebbe, forse, ancora paura? Che cosa intendiamo per identità? Essere identificati con un nome, con delle proprietà, con una persona, con delle idee; essere associati a qualcosa; essere riconosciuti come questo o quello; essere etichettati come appartenenti a un gruppo o a una nazione particolari, e così via. Lei teme di perdere la sua etichetta. È così? «Sì, perché altrimenti che cosa sarei? Sì, è così».Dunque lei è ciò che possiede: il suo nome, la sua reputazione, la sua macchina, le altre proprietà, la ragazza che sposerà, le ambizioni che ha. Lei è queste cose, le quali, insieme a certe caratteristiche e a certi valori, vanno a formare quello che lei chiama «io». Lei è la somma di tutto ciò e teme di perderlo. Come per tutti gli altri, c'è sempre la possibilità di perdita: può scoppiare una guerra; ci può essere una rivoluzione o un cambio di governo verso la Sinistra. Può accadere qualcosa che la privi di tutto ciò, adesso o domani. Ma perché temere l'insicurezza? Non è, forse, la natura propria di tutte le cose? Contro questa insicurezza sta costruendo dei muri che la proteggeranno, ma questi muri possono essere e vengono di fatto abbattuti. Può sfuggirlo per un momento, ma il pericolo dell'insicurezza è sempre là. Non può evitare ciò che è. L'insicurezza è là, che le piaccia o no. Ciò non significa che deve rassegnarsi a essa, che deve accettarla o respingerla; ma lei è giovane e perché temere l'insicurezza? «Adesso che ha messo la cosa in questo modo non credo di temere l'insicurezza. Sono veramente disposto a lavorare. Lavoro più di otto ore al giorno e,

quantunque non mi piaccia particolarmente, posso continuare. No, non ho paura di perdere proprietà, macchina e il resto, e la mia fidanzata e io possiamo sposarci quando vogliamo. Mi rendo conto, ora, che non è nulla di tutto ciò a spaventarmi. Allora che cos'è?». Scopriamolo insieme. Potrei essere in grado di rivelarglielo, ma non sarebbe una sua scoperta. Si situerebbe solo a un livello verbale e sarebbe, pertanto, del tutto inutile. Scoprirlo sarà per lei sperimentarlo ed è questo che veramente conta. Scoprire è sperimentare. Lo scopriremo insieme. Se non ha paura di perdere nessuna di queste cose, se non teme l'insicurezza esteriore, allora che cosa la preoccupa? Non risponda subito; ascolti soltanto; sia attento a scoprire. È del tutto sicuro di non aver paura dell'insicurezza fisica? Nella misura in cui si può essere sicuri di cose simili, lei sostiene di non averne paura. Se è certo che questa non sia una mera affermazione verbale, allora di che cosa ha paura? «Sono del tutto certo di non temere d'essere insicuro fisicamente. Possiamo sposarci e avere ciò di cui abbiamo bisogno. È qualcosa di più della semplice perdita delle cose ciò che io temo. Ma che cos'è?». Lo scopriremo, ma riflettiamoci con calma. Vuole davvero scoprirlo, non è così? «Naturalmente. Soprattutto adesso che siamo giunti fin qui. Che cos'è quello di cui ho paura?». Per scoprire dobbiamo essere calmi, attenti, ma non pressanti. Se non è spaventato dall'insicurezza fisica, teme, forse, di essere insicuro interiormente, d'essere incapace di conseguire lo scopo che si è prefisso? Non risponda; ascolti soltanto. Si sente incapace di diventare qualcuno? Probabilmente ha un ideale religioso; avverte, forse, la sensazione di non avere la capacità di vivere conformemente a esso o di raggiungerlo? Prova un senso di disperazione al riguardo, un senso di colpa o di frustrazione? «Ha perfettamente ragione. Fin da quando l'ascoltai alcuni anni fa, da ragazzo, il mio ideale è stato, se posso dirlo, assomigliarle. Essere religiosi è nel nostro sangue e mi ero sentito in grado d'esser tale. Ma c'è sempre stato il timore profondo di non riuscire ad avvicinarmi mai a ciò». Andiamo adagio. Sebbene non tema d'essere insicuro esteriormente, ha paura d'esserlo interiormente. Un altro si rende sicuro esteriormente con una reputazione, con la fama, con il denaro, e così via; mentre lei vuole essere sicuro interiormente con un ideale e sente di non avere la capacità di diventare quell'ideale. Perché vuole diventare o raggiungere un ideale? Non è forse soltanto per essere sicuro, per sentirsi in salvo? Questo rifugio lei lo chiama l'ideale. Ma in realtà vuole essere sicuro, protetto. È così?«Ora che me lo fa notare, è proprio così». Adesso lo ha scoperto, non è vero? Ma andiamo oltre. Lei si rende conto dell'ovvia futilità della sicurezza esteriore, ma vede anche la falsità del ricercare la sicurezza interiore diventando l'ideale? Al posto del denaro il suo rifugio è l'ideale. Se ne rende veramente conto? «Sì, davvero». Allora sia ciò che è. Quando ne comprende la falsità, l'ideale scompare. Lei è «ciò che è». Quindi proceda a comprendere «ciò che è» - ma non con uno scopo particolare, perché lo scopo, il fine è sempre lontano da «ciò che è». Il «ciò che è» è lei stesso; non in un periodo particolare o in un dato stato d'animo, ma come lei è di momento in momento. Non si condanni o si rassegni a quello che vede, ma sia attento, senza interpretare il movimento di «ciò che è». Sarà difficile, ma in ciò c'è gioia. La felicità c'è solo per chi è libero, e la libertà giunge con la verità di «ciò che è».

La collera

Perfino a quell'altitudine il calore era intenso. Il vetro dei finestrini era caldo al tatto. Il costante ronzio dei motori dell'aereo aveva un effetto rilassante e molti dei passeggeri sonnecchiavano. La terra si stendeva assai al di sotto di noi, luccicando nel caldo: un marrone interminabile con un'occasionale chiazza di verde. Ben presto atterrammo e la calura si fece insopportabile, letteralmente penosa; anche all'ombra di un edificio ci sentivamo la testa scoppiare. L'estate era inoltrata e la campagna sembrava un deserto. Decollammo di nuovo e l'aereo prese quota, in cerca di venti freschi. Due nuovi passeggeri sedettero sui sedili opposti e presero a parlare ad alta voce; era impossibile non stare ad ascoltarli. Cominciarono piuttosto tranquillamente; ma presto la collera si insinuò nelle loro voci, la collera della familiarità e del rancore. Nella loro impetuosità parevano avere scordato il resto dei passeggeri; se la prendevano a tal punto l'uno con l'altro, che non esisteva più nessuno, tranne loro. La collera ha come caratteristica peculiare l'isolamento; come il dolore, essa isola e, se non altro momentaneamente, ogni relazione si interrompe. La collera ha la forza e la vitalità temporanea dell'isolato. Nella collera c'è una strana disperazione, poiché l'isolamento è disperazione. La rabbia del disappunto, della gelosia, dell'impulso a ferire, dà una violenta liberazione il cui piacere è l'autogiustificazione. Condanniamo gli altri e proprio quella condanna è una giustificazione per noi stessi. Senza un qualsiasi atteggiamento, sia esso di presunzione o di autoumiliazione, che cosa siamo? Usiamo ogni mezzo per difenderci e la collera, come l'odio, è uno dei più semplici. Una cosa è la collera spontanea, un repentino infiammarsi che è presto dimenticato; ma un'altra è quella che è stata deliberatamente alimentata, che è stata premeditata e che mira a danneggiare e a distruggere. La rabbia spontanea può avere delle cause fisiologiche che possono essere rilevate e curate; mentre molto più sottile e difficile da trattare è la rabbia come effetto di una causa psicologica. Alla maggior parte di noi non importa d'essere in collera: troviamo delle scuse. Per quale motivo non dovremmo essere arrabbiati quando qualcuno viene maltrattato o quando lo siamo noi stessi? Così, giustamente, ci adiriamo. Non ci limitiamo a dire che siamo arrabbiati; ci dilunghiamo in minuziose spiegazioni della causa di un tale stato. Non diciamo mai soltanto che siamo gelosi o aspri, ma lo giustifichiamo o spieghiamo. Chiediamo come possa esserci amore senza gelosia, oppure sosteniamo che la nostra asprezza è dipesa dalle azioni altrui, e così via. Ciò che sostiene la collera, che le dà opportunità e profondità, è la spiegazione, la costruzione verbale, tacita o espressa. La spiegazione, tacita o espressa, agisce come uno scudo contro la scoperta di noi stessi quali siamo. Vogliamo essere lodati o lusingati, pretendiamo qualcosa; e quando ciò non si verifica, ne siamo contrariati, ci inaspriamo o ingelosiamo. Allora, brutalmente o delicatamente, accusiamo qualcun altro; attribuendogli la responsabilità della nostra asprezza. Tu hai una grande importanza, perché la mia felicità, la mia posizione, il mio prestigio dipendono da te. Grazie a te, mi realizzo, dunque, tu sei importante per me. Devo proteggerti; devo possederti. Grazie a te, fuggo da me stesso, e quando vengo rigettato su di me, per timore del mio stato, vado in collera. La rabbia assume svariate forme: disappunto, risentimento, asprezza, gelosia, e via dicendo. L'accumularsi della rabbia, che è risentimento, richiede l'antidoto del perdono; ma l'accumularsi della rabbia è molto più significativo del perdono. Il perdono non è necessario se la rabbia non viene

accumulata. Il perdono è essenziale se c'è risentimento; ma l'essere liberi da adulazione e offesa, senza la durezza dell'indifferenza, favorisce la compassione, la benevolenza. Non ci si può liberare dalla collera con un atto di volontà, perché la volontà fa parte della violenza. La volontà è l'effetto del desiderio, è la brama di essere, e il desiderio nella sua essenza è aggressivo, dominante. Sopprimere la collera per mezzo di uno sforzo della volontà significa trasferirla a un livello differente, dandole un nome diverso; ma essa continua pur sempre a far parte della violenza. Essere liberi dalla violenza, che non significa coltivare la non-violenza, implica la comprensione del desiderio. Non c'è un surrogato spirituale del desiderio; non lo si può sopprimere o sublimare. È necessaria una consapevolezza del desiderio tacita e priva di scelta; e questa consapevolezza passiva è l'esperienza diretta del desiderio, senza che vi sia colui che esperisce a darle un nome.

Il condizionamento

Egli era molto interessato ad aiutare l'umanità, a compiere buone azioni, ed era attivo in varie organizzazioni di assistenza sociale. Disse di non essersi letteralmente mai preso una lunga vacanza e, dal conseguimento della laurea, di aver costantemente operato per il miglioramento dell'uomo. Naturalmente non prendeva denaro per il lavoro che faceva. La sua attività aveva sempre avuto una grande importanza per lui e a essa era fortemente attaccato. Era diventato un operatore sociale di prim'ordine e ciò gli piaceva. Ma in uno dei discorsi aveva sentito parlare dei vari tipi di fuga che condizionano la mente e ne voleva discutere. «Lei pensa che lavorare in campo sociale sia un condizionamento? Che possa determinare ulteriore conflitto?» Chiariamo che cosa si intende per condizionamento. Quando siamo consapevoli di essere condizionati? E lo siamo mai? Si è consapevoli di essere condizionati o si è soltanto consci del conflitto, della lotta a vari livelli della propria esistenza? Senza dubbio siamo consapevoli non del nostro condizionamento ma solo del conflitto, del dolore e del piacere. «Che cosa intende per conflitto?» Ogni sorta di conflitto: quello tra le nazioni, tra i diversi gruppi sociali, tra i singoli e il conflitto interiore. Il conflitto non è forse inevitabile finché non vi sia integrazione tra l'agente e la sua azione, tra provocazione e risposta? Il conflitto è il nostro problema, vero? Non qualche conflitto in particolare, ma tutti: la lotta tra le idee, le credenze, le ideologie, gli opposti. Se non ci fosse conflitto non ci sarebbe alcun problema. «Sta suggerendo che tutti dovremmo ricercare una vita d'isolamento, di contemplazione?» La contemplazione è ardua; è una delle cose più difficili da comprendere. L'isolamento, sebbene ognuno lo ricerchi, consciamente o inconsciamente, a proprio modo, non risolve i nostri problemi; al contrario, li accresce. Stiamo cercando di capire quali sono i fattori di condizionamento che cagionano ulteriore conflitto. Noi siamo solo consapevoli del conflitto, del dolore, del piacere e non del nostro condizionamento. Cos'è che favorisce il condizionamento? «Gli influssi sociali o ambientali: la società in cui siamo nati, la cultura in cui siamo stati allevati, le pressioni economiche e politiche, e così via». È così. Ma è tutto? Questi influssi sono un nostro prodotto, giusto? La società è il risultato del rapporto dell'uomo con l'uomo, il che è del tutto evidente. E un rapporto di abitudine, di bisogno, di comodità, di gratificazione, e crea gli influssi, i valori che ci vincolano. Il vincolo è il nostro condizionamento. Siamo vincolati dai nostri stessi pensieri

e dalle nostre azioni ma non siamo consci di esserlo; siamo solo consapevoli del conflitto di piacere e dolore. Non sembra mai che andiamo al di là di questo e, se lo facciamo, è solo in un altro conflitto. Non siamo consapevoli del nostro condizionamento e, fintanto che non lo diventiamo, possiamo solo produrre altro conflitto e altra confusione. «In che modo si deve essere consapevoli del proprio condizionamento?» Ciò è possibile solo con la comprensione di un altro processo: quello dell'attaccamento. Se riusciamo a capire perché siamo attaccati, allora, forse, possiamo acquisire consapevolezza del nostro condizionamento. «Non è un giro piuttosto lungo per arrivare a una questione precisa?» Lo è? Provi a essere conscio del suo condizionamento. Lo può conoscere soltanto indirettamente, in relazione a qualcos'altro. Non si può essere consapevole di esso come astrazione, perché allora è meramente verbale, senza molta importanza. Noi siamo solo consci del conflitto. Esso sussiste quando non c'è integrazione tra provocazione e risposta. Questo conflitto è il risultato del nostro condizionamento. Il condizionamento è attaccamento: attaccamento al lavoro, alla tradizione, alla proprietà, alle persone, alle idee, e via dicendo. Se non ci fosse attaccamento ci sarebbe condizionamento? Certamente no. Perché ci attacchiamo, dunque? Io sono attaccato alla mia nazione perché per mezzo dell'identificazione con essa io divento qualcuno. Mi identifico col mio lavoro ed esso diviene importante. Io sono la mia famiglia, la mia proprietà; sono attaccato a ciò. L'oggetto dell'attaccamento mi fornisce la via di fuga dalla mia vuotaggine. L'attaccamento è fuga; ed è la fuga che rafforza il condizionamento. Se sono attaccato a te è perché tu sei diventato la via di fuga da me stesso; quindi tu sei per me molto importante e io devo possederti, aggrapparmi a te. Tu diventi il fattore condizionante; e la fuga è il condizionamento. Se riusciamo a essere coscienti delle nostre fughe, allora possiamo percepire i fattori, gli influssi che contribuiscono al condizionamento. «Sto sfuggendo a me stesso con la mia opera sociale?» È attaccato, legato a essa? Si sentirebbe smarrito, vuoto, annoiato se non intraprendesse alcun lavoro sociale? «Ne sono certo».L'attaccamento al lavoro è la sua fuga. Ci sono fughe a tutti i livelli della nostra esistenza. Lei scappa per mezzo del lavoro; un altro lo fa bevendo; chi tramite i riti religiosi; chi mediante la conoscenza; chi per mezzo di Dio; e chi, ancora, con l'essere dedito al divertimento. Tutte le fughe sono uguali. Non ce ne sono di superiori o di inferiori. Dio e il bere sono allo stesso livello fintanto che sono fughe da ciò che siamo. Quando siamo consci delle nostre fughe, solo allora siamo in grado di conoscere il nostro condizionamento. «Cosa farò se smetto di fuggire per mezzo del mio lavoro sociale? Posso fare qualcosa senza fuggire? Ogni mia azione non è forse una forma di fuga da ciò che sono?» Questa è una domanda puramente verbale o riflette una realtà, un fatto che sta sperimentando? Se non fuggisse cosa accadrebbe? Ha mai provato? «Ciò che sta dicendo è così negativo, se mi è concesso dirlo. Non offre nulla che sostituisca il lavoro». Ogni sostituzione non è forse un'altra forma di fuga? Quando un tipo particolare di attività non ci soddisfa o causa ulteriore conflitto, ne intraprendiamo un'altra. Rimpiazzare un'attività con un'altra senza comprendere la fuga è alquanto inutile, giusto? Sono le fughe e il nostro attaccamento a queste che favoriscono il condizionamento. Esso arreca problemi, conflitto. È il condizionamento che ostacola la comprensione della provocazione. Essendo condizionata, la nostra risposta crea inevitabilmente il conflitto.

«Come ci si può liberare dal condizionamento?» Solo comprendendo, diventando consapevoli delle nostre fughe. Il fattore condizionante è il nostro attaccamento a una persona, al lavoro, a un'ideologia. È questo che dobbiamo capire, invece di cercare una fuga migliore o più sensata. Ogni fuga è insensata in quanto determina inevitabilmente il conflitto. Coltivare il distacco è un'altra forma di fuga, di isolamento; è attaccamento a un'astrazione, a un ideale chiamato distacco. L'ideale è fittizio, prodotto dall'io, e diventare l'ideale è fuggire da «ciò che è». Si ha la comprensione di «ciò che è», un'azione adeguata verso «ciò che è», solo quando la mente non ricerca più alcuna fuga. Proprio il pensare a «ciò che è» è una fuga da «ciò che è». Pensare al problema è fuggire da esso, poiché il pensare è il problema, il solo problema. La mente, restia a essere ciò che è, timorosa di ciò che è, cerca queste diverse fughe; e la via di fuga è il pensiero. Finché c'è il pensiero ci sono necessariamente fughe, attaccamenti, i quali non fanno che rafforzare il condizionamento. La libertà dal condizionamento giunge con la libertà dal pensiero. Quando la mente è completamente quieta, allora soltanto il reale è libero di essere.

L'amor proprio

Era venuta con tre amici: erano tutti coscienziosi e avevano la dignità dell'intelligenza. Uno era svelto a comprendere, un altro era impaziente nella sua vivacità e il terzo era sollecito ma la sollecitudine non era duratura. Formavano un bel gruppo, perché condividevano tutti il problema dell'amica e nessuno dava consigli od opinioni pesanti. Volevano tutti aiutarla a fare qualsiasi cosa ella ritenesse giusta, e a non agire semplicemente secondo la tradizione, l'opinione pubblica o l'inclinazione personale. Il difficile era stabilire quale fosse la cosa giusta da farsi. Ella stessa non era sicura, si sentiva turbata e confusa, ma la pressione per un'azione immediata era tanta; doveva prendere una decisione, non poteva procrastinarla oltre. Si trattava di libertà da una relazione personale. Ella voleva essere libera e lo ripeteva parecchie volte. C'era quiete nella stanza; la tensione si era placata ed erano tutti ansiosi di esaminare il problema senza aspettarsi un risultato, una definizione della cosa giusta da fare. L'azione giusta sarebbe emersa naturalmente e pienamente, man mano che il problema fosse stato esposto. Era importante la scoperta della sostanza del problema, non lo scopo-risultato, dato che qualsiasi risposta non sarebbe stata che un'altra conclusione, un'altra opinione, un altro consiglio che non avrebbe potuto risolvere in alcun modo il problema. Il punto era comprendere il problema stesso e non come reagire a esso, o cosa fare in proposito. Il giusto approccio al problema era importante, perché il problema stesso aveva in sé la giusta azione. Le acque del fiume danzavano, poiché il sole aveva creato su di esse un sentiero di luce. Una bianca imbarcazione attraversava il sentiero, ma la danza non ne era disturbata. Era una danza di pura gioia. Gli alberi erano pieni di uccelli che si rimbrottavano, si lisciavano le penne e volavano via, solo per poi ritornare. Parecchie scimmie strappavano le tenere foglie e se ne riempivano la bocca; il loro peso piegava i rami fragili in ampie curve, eppure esse vi si aggrappavano lievemente, senza timore. Con che facilità si spostavano di ramo in ramo! Sebbene saltassero, era un fluire: il balzare e il posarsi erano un movimento unico. Solevano sedersi con le code penzoloni e

si allungavano a cogliere le foglie. Se ne stavano su in alto e non facevano caso alla gente che passava di sotto. Non appena cominciò a far buio, i pappagalli giunsero a centinaia a sistemarsi per la notte tra le fitte foglie. Si vedevano arrivare e scomparire nel fogliame. La luna nuova era appena visibile. Da lontano un treno fischiò mentre attraversava il lungo ponte attorno alla curva del fiume. Questo fiume era sacro e la gente vi giungeva fin da lontano per bagnarvisi, per purificarsi dai propri peccati. Ogni fiume è incantevole e sacro, e la bellezza di questo era la sua larga, vasta curva e le isole di sabbia tra le profonde distese d'acqua, e quelle silenziose, bianche imbarcazioni che, ogni giorno, risalivano e scendevano il fiume. «Voglio essere libera da una relazione personale», disse. Che cosa intende con voler essere libera? Il dire da parte sua «Voglio essere libera», presuppone che non lo sia. In che modo non è libera? «Lo sono fisicamente; sono libera di andare e venire, perché fisicamente non sono più una moglie, ma voglio essere del tutto libera; non voglio avere niente a che fare con quella particolare persona». In che modo ha un rapporto con quella persona, se è già fisicamente libera? Ha forse un rapporto con lui in qualche altra maniera? «Non lo so, ma ho un grande rancore nei suoi confronti. Non voglio avere niente a che fare con lui». Vuole essere libera e, tuttavia, ha del rancore nei suoi confronti? Allora non si è liberata di lui. Perché prova un simile rancore? «Recentemente ho scoperto la verità sul suo conto: la sua meschinità, la sua effettiva mancanza di amore, il suo completo egoismo. Non posso dirle quale orrore ho scoperto in lui. E pensare che ero gelosa di lui, che lo idolatravo, che mi sottomettevo a lui! Il fatto di scoprirlo ottuso e furbo quando lo pensavo un marito ideale, affettuoso e dolce, mi ha riempita di risentimento nei suoi confronti. Pensare di averci avuto a che fare mi fa sentire sporca. Voglio essere del tutto libera da lui». Può essere fisicamente libera da lui, ma finché ha del rancore nei suoi confronti, non è libera davvero. Se lo odia è legata a lui; se ha vergogna di lui, gli è ancora asservita. È in collera con lui o con se stessa? Egli è quello che è; perché essere in collera con lui? Il suo rancore è veramente nei suoi confronti? O, piuttosto, avendo visto «ciò che è», ha vergogna di se stessa per esserne stata a contatto? Di sicuro è piena di risentimento, non verso di lui, ma per la sua valutazione, le sue azioni. Ha vergogna di se stessa. Essendo restia a vedere ciò, lo biasima per quello che egli è. Quando si rende conto che il suo rancore nei suoi confronti è una fuga dalla sua romantica idolatria, allora egli non esiste più. Non ha vergogna di lui, ma di se stessa, per essergli stata legata. È con se stessa che è in collera, non con lui. «Sì, è così». Se lo vede realmente, se lo sperimenta come un dato di fatto, allora si è liberata di lui. Egli non è più l'oggetto della sua ostilità. L'odio vincola quanto l'amore. «Ma come devo liberarmi dalla mia vergogna, dalla mia stupidità? Vedo molto chiaramente che lui è quello che è, e non va biasimato, ma in che modo devo liberarmi di questa vergogna, di questo rancore che è andato maturando in me lentamente ed è giunto alla pienezza durante questa crisi? Come devo sbarazzarmi del passato?» Il perché desideri sbarazzarsi del passato è più rilevante che conoscere il modo in cui sbarazzarsene. L'intenzione con cui affronta il problema è più importante che sapere cosa fare in proposito. Perché vuole disfarsi del ricordo di quel rapporto? «Detesto il ricordo di tutti quegli anni. Mi hanno lasciato l'amaro in bocca. Non è sufficientemente una buona ragione?» Veramente no, giusto? Perché vuole disfarsi di

quei ricordi del passato? Certamente non perché le hanno lasciato l'amaro in bocca. Anche se fosse in grado, con qualche mezzo, di sbarazzarsi del passato, potrebbe rimanere di nuovo presa in azioni di cui magari vergognarsi. Il mero sbarazzarsi dei ricordi spiacevoli non risolve il problema, non è vero? «Pensavo di sì; ma allora qual è il problema? Non lo sta rendendo inutilmente complicato? Lo è già abbastanza, per lo meno lo è la mia vita. Perché aggiungere un altro peso?» Stiamo aggiungendo un ulteriore peso o stiamo cercando di comprendere «ciò che è», e di liberarci di esso? La prego di pazientare un pò. Qual è l'impulso che la spinge a disfarsi del passato? Può essere spiacevole, ma perché vuole sbarazzarsene? Lei ha una certa idea o immagine di se stessa che questi ricordi contraddicono e così vuole liberarsi di essi. Ha una certa opinione di se stessa, non è così? «Naturalmente, altrimenti…» Ci mettiamo tutti a svariati livelli e cadiamo in continuazione da queste altezze. Sono le cadute che ci fanno vergognare. L'amor proprio è la causa della nostra vergogna, della nostra caduta. È questo amor proprio che deve essere compreso, non la caduta. Se non ci fosse il piedistallo su cui si è posta, come potrebbe esserci caduta? Perché ha posto se stessa su un piedistallo chiamato amor proprio, dignità umana, l'ideale, e via dicendo? Se riesce a comprenderlo, allora non ci sarà vergogna alcuna del passato; esso se ne sarà completamente andato. Lei sarà ciò che è senza il piedistallo. Se non c'è il piedistallo, l'altezza che l'ha fatta guardare in basso o in alto, allora lei è ciò che ha sempre evitato. È questo evitare «ciò che è», ciò che lei è, che arreca confusione e antagonismo, vergogna e rancore. Non deve dire a me o a qualcun altro quello che lei è, ma esserne consapevole, comunque sia, piacevole o spiacevole: viva con esso, senza giustificarlo od opporvisi. Viva con esso, senza dargli un nome, poiché la parola stessa è una condanna o un'identificazione. Viva con esso, senza paura, poiché la paura impedisce la comunione e, senza comunione, non può vivere con esso. Essere in comunione è amare. Senza amore, non può disfarsi del passato; con l'amore, non c'è passato. Ami e il tempo non c'è.

La tempesta nella mente

La nebbia era durata per tutto il giorno e, verso sera, come diradò, il vento si levò da oriente - un vento secco, rigido, che buttava giù le foglie morte e seccava la terra. Era una notte burrascosa e minacciosa; il vento si era intensificato, la casa cigolava e dagli alberi i rami andavano spezzandosi. Il mattino seguente l'aria era così tersa che quasi potevi toccare le montagne. Il caldo era tornato col vento ma, quando questo cessò nel tardo pomeriggio, dal mare avanzò di nuovo la nebbia. Com'è straordinariamente bella e ricca la terra! Non viene mai a noia. Gli alvei secchi sono colmi di esseri viventi: la ginestra spinosa, i papaveri, gli alti girasoli gialli. Sui macigni ci sono le lucertole; un serpente reale dalle spire marroni e bianche prende il sole, la lingua nera saettante e, oltre il burrone, un cane abbaia dando la caccia a un citello o a un coniglio. La contentezza non è mai il risultato della soddisfazione, del conseguimento o del possesso delle cose. Non nasce dall'azione o dall'inazione. Giunge con la pienezza di «ciò che è», non nel mutamento di esso. Ciò che è pieno non ha bisogno di mutamento, di cambiamento. È l'incompleto in cerca di farsi completo che prova l'agitazione della scontentezza e del cambiamento. Il «ciò che è» è l'incompleto, non è il completo. Il

completo è irreale e il perseguimento dell'irreale è la sofferenza della scontentezza che non può essere mai alleviata. Lo sforzo stesso di alleviare quella sofferenza è la ricerca dell'irreale da cui sorge la scontentezza. Non c'è via d'uscita dalla scontentezza. Essere consapevoli della scontentezza è essere consapevoli di «ciò che è», e nella pienezza di esso si ha uno stato che può essere chiamato contentezza. Non ha un opposto. La casa dominava la vallata e la cima più alta delle montagne lontane splendeva nel tramonto. La sua massa rocciosa pareva appesa al cielo e accesa dall'interno e, nella stanza che si oscurava, la bellezza di quella luce era al di là d'ogni misura. Era un uomo piuttosto giovane, appassionato e alla ricerca. «Ho letto parecchi libri sulla religione e sulle pratiche religiose, sulla meditazione e sugli svariati metodi proposti al fine di attingere il supremo. Un tempo fui attratto dal comunismo, ma presto scoprii che era un movimento regressivo, nonostante vi appartenessero molti intellettuali. Fui anche attirato dal cattolicesimo. Alcune delle sue dottrine mi piacevano e, per qualche tempo, pensai di diventare cattolico; ma, un giorno, mentre discorrevo con un sacerdote molto dotto, mi accorsi improvvisamente di quanto il cattolicesimo fosse simile alla prigione del comunismo. Nel corso delle mie peregrinazioni, come un marinaio a bordo di una carretta, giunsi in India e vi trascorsi quasi un anno, pensando di farmi monaco, ma ciò era un eccessivo ritiro dalla vita e troppo idealisticamente irreale. Tentai di vivere da solo allo scopo di meditare, ma anche questo giunse alla fine. Dopo tutti questi anni mi sembra ancora di essere totalmente incapace di controllare i miei pensieri ed è di questo che voglio parlare. Ovviamente ho altri problemi, il sesso e via dicendo ma se fossi pienamente padrone dei miei pensieri allora potrei riuscire a dominare i miei desideri e i miei stimoli cocenti». Controllare il pensiero condurrà all'acquietarsi del desiderio o solamente alla sua soppressione che, a sua volta, cagionerà altri e più profondi problemi? «Ovviamente lei non è del parere di cedere al desiderio. Il desiderio è il modo d'essere del pensiero e nei miei sforzi di controllare il pensiero avevo sperato di soggiogare i miei desideri. Essi devono essere o soggiogati o sublimati, ma anche per essere sublimati devono, dapprima, essere messi a freno. La maggior parte dei maestri afferma che i desideri devono essere trascesi e prescrive svariati metodi per ottenere ciò». Indipendentemente da quanto gli altri hanno detto, che ne pensa lei? Il mero controllo del desiderio risolverà forse i tanti problemi del desiderio? La repressione o la sublimazione del desiderio ne cagionerà forse la comprensione, o la libererà da esso? Per mezzo di occupazioni, religiose o d'altro genere, la mente può essere disciplinata a ogni ora del giorno, ma una mente occupata non è una mente libera e, senza dubbio, è solo la mente libera che può essere consapevole della creatività senza tempo. «Non c'è libertà nel trascendere il desiderio?» Che cosa intende con trascendere il desiderio? «Per la realizzazione della propria felicità e anche del supremo è necessario non essere guidati dal desiderio, non essere invischiati nella sua agitazione e confusione. Per avere sotto controllo il desiderio è indispensabile una qualche forma di soggiogamento. Anziché perseguire le cose futili della vita, quello stesso desiderio può ricercare il sublime». Si può cambiare l'oggetto del desiderio da una casa alla conoscenza, dall'inferiore al supremo stesso, ma è sempre attività del desiderio, non è così? Si può non volere il riconoscimento mondano, ma il desiderio di attingere il paradiso è comunque il perseguimento del

miglioramento. Il desiderio è sempre in cerca di appagamento, di conseguimento, ed è questo movimento del desiderio che deve essere compreso, non allontanato o represso. Senza comprendere le modalità del desiderio, il mero controllo del pensiero ha una scarsa importanza. «Ma devo ritornare al punto da cui sono partito. La concentrazione è necessaria perfino per comprendere il desiderio e in ciò sta tutta la mia difficoltà. Mi sembra di non riuscire a controllare i miei pensieri; errano ovunque, rovesciandosi gli uni sugli altri. Non c'è un singolo pensiero che sia dominante e continuo fra tutti i pensieri non pertinenti». La mente è come una macchina che lavora giorno e notte, facendo baccano, eternamente attiva, addormentata o sveglia che sia. È veloce e incessante come il mare. Un'altra parte di questo intricato e complesso meccanismo cerca di controllare l'intero movimento e, in tal modo, comincia il conflitto tra desideri, stimoli contrapposti. Uno può essere chiamato il sé superiore e l'altro il sé inferiore, ma entrambi appartengono alla sfera della mente. L'azione e la reazione della mente, del pensiero sono quasi simultanee e pressoché automatiche. Tutto questo processo conscio e inconscio di accettazione e rifiuto, di adattamento e lotta per essere liberi è estremamente rapido. Così la domanda non è come controllare questo complesso meccanismo, dato che il controllo cagiona attrito e disperde solamente energia, bensì: può questa mente velocissima rallentare? «Ma come?» Se è lecito farlo notare, signore, il problema non è il «come». Il «come» produce solamente un risultato, uno scopo privo di una qualche importanza e, una volta che esso sia stato raggiunto, comincerà un'altra ricerca di un altro scopo desiderabile, con la sua miseria e il suo conflitto. «Che cosa si deve fare, allora?» Lei non sta ponendo la domanda giusta. Lei non sta scoprendo da solo la verità o la falsità del rallentamento della mente, ma è interessato a conseguire un risultato. Conseguire un risultato è relativamente facile. È possibile per la mente rallentare senza frenare? «Che cosa intende con rallentare?» Quando si sta andando a grande velocità in macchina, il paesaggio vicino è una macchia confusa; è soltanto a passo d'uomo che si possono osservare nei particolari gli alberi, gli uccelli e i fiori. La conoscenza di sé giunge con il rallentamento della mente, ma ciò non significa forzare la mente a essere lenta. La costrizione non fa che favorire la resistenza e nel rallentamento della mente non vi deve essere spreco di energia. È così, non è vero? «Credo di cominciare a capire che lo sforzo che si fa per controllare il pensiero è sprecato, ma non comprendo che altro vada fatto». Non siamo arrivati ancora al problema dell'azione, giusto? Stiamo cercando di capire che è importante che la mente rallenti, non stiamo esaminando come rallentarla. Può la mente rallentare? E quando accade ciò? «Non saprei, non ci ho mai pensato prima d'ora». Non si è accorto, signore, che mentre sta osservando qualcosa la mente rallenta? Quando guarda quella macchina che si muove lungo la strada, laggiù, o guarda attentamente un oggetto fisico, la sua mente non funziona forse più lentamente? Guardare, osservare rallenta la mente. Guardare una figura, un'immagine, un oggetto aiuta a calmare la mente, e così la ripetizione di una frase. Ma, in tal caso, diventano molto importanti l'oggetto o la frase e non il rallentamento della mente e ciò che viene conseguentemente scoperto. «Sto seguendo ciò che lei spiega e c'è una consapevolezza della quiete della mente». Guardiamo mai veramente qualcosa oppure frapponiamo tra l'osservatore e l'osservato uno schermo di

svariati pregiudizi, valori, giudizi, confronti, condanne? «È pressoché impossibile non avere questo schermo. Non penso di essere in grado di osservare in un modo inviolato». Se è lecito suggerirlo, non si blocchi con le parole o con una conclusione, positiva o negativa. Può esservi osservazione senza questo schermo? Per mettere la cosa diversamente: c'è attenzione quando la mente è occupata? È solo la mente non occupata che può fare attenzione. La mente è lenta, pronta quando c'è vigilanza, che poi è l'attenzione di una mente non occupata. «Sto cominciando a sperimentare ciò che lei dice, signore». Esaminiamolo un pò oltre. Se non c'è valutazione, nessuno schermo tra l'osservatore e l'osservato, c'è forse una separazione, una divisione fra essi? L'osservatore non è forse l'osservato? «Mi spiace, non la seguo». Il diamante non può essere separato dalle sue qualità, giusto? Il sentimento dell'invidia non può essere separato da chi lo sperimenta, sebbene esista una divisione illusoria che provoca conflitto e in tale conflitto la mente resti invischiata. Quando questa falsa separazione scompare c'è una possibilità di libertà e solo allora la mente è calma. È solo quando colui che sperimenta si è acquietato che c'è il movimento creativo del reale.

Una sensibilità per ogni essere vivente

C'è un albero presso il fiume e siamo stati a guardarlo giorno dopo giorno, per diverse settimane, all'approssimarsi dell'alba. Man mano che il sole sorge lentamente all'orizzonte, sopra gli alberi, questo albero speciale si fa tutto a un tratto dorato. Le foglie rilucono tutte di vita e, mentre lo si osserva, nel succedersi delle ore, quell'albero, il cui nome non ha importanza - ciò che conta è quel bell'albero - pare che un valore straordinario si diffonda ovunque sulla terra, sopra il fiume. E, mentre il sole si leva un pò più in alto, le foglie cominciano a tremare, a danzare. E ogni ora sembra conferire a quell'albero una caratteristica diversa. Prima del sorgere del sole gli appartiene una cupezza calma, remota, piena di dignità. Sul far del giorno le foglie illuminate danzano, suscitando quella particolare sensazione di grande bellezza. A mezzogiorno la sua ombra si è infittita e ci si può sedere protetti dal sole, senza mai sentirsi soli, con l'albero come compagno. Quando ci si siede, c'è un rapporto di profonda, costante sicurezza e una libertà che solo gli alberi possono conoscere. Verso sera, quando i cieli occidentali sono illuminati dal sole che declina, l'albero si fa gradualmente cupo, oscuro, chiudendosi su se stesso. Il cielo è diventato rosso, giallo, verde, ma l'albero resta silenzioso, celato e riposa durante la notte. Se si instaura un rapporto con esso, allora si ha un rapporto con il genere umano. Si è responsabili, in questo caso, di quell'albero e degli alberi del mondo. Ma se non si ha alcun rapporto con gli esseri viventi su questa terra, si può perdere qualunque rapporto si abbia con l'umanità, con gli esseri umani. Non analizziamo mai in profondità il valore di un albero; non lo tocchiamo mai veramente, sentendone la solidità, la corteccia ruvida; né udiamo il suono che è parte di esso. Non il suono del vento tra le foglie, non la brezza di un mattino che le agita, bensì il suono suo proprio, il suono del tronco e quello muto delle radici. Si deve essere straordinariamente sensibili per udire il suono. Esso non è il chiasso del mondo, non il rumore del chiacchierio della mente, non la volgarità delle dispute e della guerra umane, bensì il suono in quanto parte dell'universo. È strano che si abbia un rapporto così limitato con la natura, con gli insetti e con la rana

saltellante, con il gufo che lancia i suoi richiami alla compagna, fra le colline. Non sembra mai che si abbia una sensibilità per tutti gli esseri viventi sulla terra. Se potessimo instaurare un rapporto profondo, duraturo con la natura, non uccideremmo mai un animale per il nostro appetito, non nuoceremmo mai, vivisezioneremmo mai una scimmia, un cane, un porcellino d'India per il nostro vantaggio. Troveremmo altre strade per sanare le nostre ferite, per guarire i nostri corpi. Ma la guarigione della mente è qualcosa di completamente diverso. Tale guarigione si realizza gradualmente se si è con la natura, con quell'arancia sull'albero, con il filo d'erba che spinge attraverso il cemento e con le colline coperte, celate dalle nubi. Questo non è sentimentalismo o fantasia romantica, ma una realtà di un rapporto con tutto ciò che vive e si muove sulla terra. L'uomo ha ucciso milioni di balene e le sta ancora uccidendo. Tutto quello che traiamo dalla loro carneficina può essere ottenuto con altri mezzi. Ma, a quanto pare, l'uomo prova piacere a uccidere le creature: il cervo sfuggente, la meravigliosa gazzella e l'imponente elefante. Ci piace ucciderci l'un l'altro. L'uccisione di altri esseri umani non si è mai arrestata in tutto il corso della storia della vita dell'uomo su questa terra. Se potessimo, e lo dobbiamo, instaurare un rapporto profondo, lungo, duraturo con la natura, proprio con gli alberi, i cespugli, i fiori, l'erba e le nuvole dal rapido corso, allora non truciderem mo mai un altro essere umano, per nessuna ragione. La guerra è assassinio organizzato e, anche se facciamo delle dimostrazioni contro una guerra in particolare, nucleare o di altro tipo, non abbiamo mai manifestato contro la guerra. Non abbiamo mai affermato che uccidere un altro essere umano è il peccato più grande sulla terra.

Qual è il futuro del genere umano?

Alla mangiatoia c'erano una dozzina o più di uccelli che cinguettavano di continuo, beccavano i chicchi, lottavano, s'azzuffavano l'un l'altro e, all'arrivo di un altro grosso uccello, volarono tutti via. Quando questo se ne andò ritornarono tutti, strepitando, litigando, cinguettando, facendo veramente un gran baccano. Poco dopo passò un gatto e ci fu agitazione, uno strillare e un gran daffare. Il gatto venne cacciato - era uno di quei gatti selvatici, non un gatto domestico; ce ne sono in gran numero nei paraggi, di grandezza, aspetto e colore diversi. Alla mangiatoia per tutto il giorno ci furono degli uccelli, piccoli e grandi e poi arrivò una ghiandaia blu, rimbrottando tutti, l'universo intero e cacciando gli altri suoi simili - o meglio, questi scapparono al suo arrivo. Fecero molta attenzione ai gatti e, all'approssimarsi della sera, andarono via tutti e ci fu un silenzio calmo, sereno. I gatti andavano e venivano, ma non c'erano uccelli. Quel mattino le nuvole erano piene di luce e l'aria prometteva ancora pioggia. Nelle settimane precedenti aveva piovuto. C'è un lago artificiale e le acque lo colmavano. Tutte le foglie verdi, i cespugli e gli alti alberi erano in attesa del sole che non era ancora apparso luminoso com'è il sole della California. Non aveva mostrato la sua faccia per molti giorni. Ci si domanda quale sia il futuro del genere umano, il futuro di tutti quei bambini che si vedono gridare, giocare - i volti così felici, dolci, belli - qual è il loro futuro? Il futuro è ciò che noi siamo ora. Storicamente è così da molte migliaia di anni - il vivere e il morire e tutto il travaglio delle nostre esistenze. A quanto pare non si presta molta attenzione al

futuro. Alla televisione si vedono continui spettacoli, dal mattino sino a tarda notte - a eccezione di uno o due canali - ma sono molto brevi e non troppo seri. S'intrattengono i bambini. Tutta la pubblicità prolunga la sensazione d'essere intrattenuti. E ciò, in pratica, sta accadendo in tutto il mondo. Quale sarà il futuro di questi bambini? C'è l'intrattenimento dello sport - in trenta, quarantamila seguono poche persone nel campo di gara e urlano fino a diventare rauchi. E si va anche ad assistere a certe cerimonie che si tengono in una grande cattedrale, a certi riti, e anche questa è una forma di intrattenimento, solo che ciò viene definito santo, religioso, pur restando, comunque, un intrattenimento - un'esperienza sentimentale, romantica, un'impressione di religiosità. Nell'osservare tutto ciò in parti diverse del mondo, nell'osservare che la mente si tiene occupata con il divertimento, con l'intrattenimento, con lo sport, ci si deve inevitabilmente domandare, se si è in qualche modo interessati: qual è il futuro? La stessa cosa in forme diverse? Una molteplicità di divertimenti? Se siete, dunque, del tutto consapevoli di ciò che vi sta accadendo, dovete riflettere sul modo in cui i mondi dell'intrattenimento e dello sport attirano la vostra mente, dirigendo la vostra vita. Dove sta portando tutto ciò? O forse la cosa non vi preoccupa affatto? Probabilmente non vi importa del futuro. Probabilmente non ci avete pensato o, se lo avete fatto, potreste dire che è troppo complesso, troppo spaventoso, troppo pericoloso pensare agli anni a venire - non alla vostra vecchiaia personale, ma al destino, se è lecito usare questa parola, all'effetto del nostro attuale modo di vivere, pieno d'ogni sorta di sensazioni e attività romantiche, emozionanti, sentimentali, e a tutto il mondo dell'intrattenimento che interferisce sulla vostra mente. Se siete minimamente consapevoli di tutto ciò, qual è il futuro del genere umano? Come si diceva prima, il futuro è ciò che siamo ora. Se non c'è un cambiamento - non un adattamento superficiale, un superficiale conformarsi a un qualche modello politico, religioso o sociale, ma il cambiamento che è ben più profondo e che esige la vostra attenzione, la vostra responsabilità, il vostro affetto - se non c'è un cambiamento fondamentale, allora il futuro è ciò che stiamo facendo, ogni giorno della nostra vita, nel presente. Cambiamento è veramente una parola difficile. Cambiamento verso che cosa? Cambiamento verso un altro modello? Verso un altro concetto? Verso un altro sistema politico o religioso? Cambiamento da questo a quello? Quello è sempre nel regno o nella sfera del «ciò che è». Il cambiamento verso quello è proiettato dal pensiero, formulato da esso, materialisticamente determinato. Si deve, dunque, indagare attentamente su questa parola «cambiamento». C'è un cambiamento se c'è un motivo? C'è un cambiamento se c'è una direzione particolare, uno scopo particolare, una conclusione che sembra sensata, razionale? O forse una frase migliore è «la fine di ciò che è». La fine, non il movimento di «ciò che è» verso «ciò che dovrebbe essere». Quello non è cambiamento. Ma la fine, la cessazione, la - qual è la parola giusta? Penso che «fine» sia una bella parola; atteniamoci, dunque, a essa - la fine… Ma se la fine ha un motivo, uno scopo, se è materia di decisione, si tratta, allora, solamente di cambiamento da questo a quello. La parola «decisione» implica l'azione della volontà. «Farò questo»; «Non farò quello». Quando il desiderio penetra nell'atto della fine, quel desiderio diviene la causa di essa. Dove c'è una causa, c'è un motivo e, così, non c'è affatto un'autentica fine. Il ventesimo secolo ha conosciuto un'enorme quantità di cambiamenti, prodotti da

due guerre sconvolgenti; il materialismo dialettico e lo scetticismo circa le credenze, le attività, i riti religiosi e via dicendo; senza contare il mondo tecnologico, che ha determinato un gran numero di cambiamenti, e ve ne saranno di ulteriori allorquando il computer si svilupperà pienamente dal momento che si è appena ai suoi inizi. Allora, quando subentrerà il computer, che ne sarà della nostra mente umana? Questo è un problema diverso, in cui addentrarsi un'altra volta. Quando subentra l'industria dell'intrattenimento, come sta gradualmente avvenendo adesso, quando i giovani, gli studenti,i bambini sono costantemente istigati al piacere, al capriccio, alla sensualità romantica, le parole «freno» e «austerità» vengono respinte, senza neanche darsene pensiero. L'austerità dei monaci, i sannyasi, che negano il mondo, che coprono i loro corpi con qualche sorta di uniforme o solamente con uno straccio - questo rifiuto del mondo materiale non è certamente austerità. Probabilmente voi neanche darete ascolto a ciò, a quali siano le implicazioni dell'austerità. Quando si viene educati dall'infanzia a divertirsi e a sfuggire a se stessi mediante l'intrattenimento religioso o d'altro tipo, e quando la maggior parte degli psicologi sostiene che si debba esprimere tutto ciò che si sente e che qualsiasi forma di dissimulazione o inibizione sia dannosa, perché porta a varie forme di nevrosi, ovviamente si prende sempre più parte al mondo dello sport, del divertimento, dell'intrattenimento, a tutto ciò che aiuta a sfuggire a se stessi, a ciò che si è. La comprensione della natura di ciò che siete, senza alcun travisamento, alcun pregiudizio, senza alcuna reazione a ciò che scoprite di essere, è il principio dell'austerità. L'osservazione, la consapevolezza di ogni pensiero, ogni sensazione, non per reprimerli, per controllarli, ma per osservarli, come si osserva un uccello in volo, senza nessuno dei vostri pregiudizi e travisamenti - quell'osservazione cagiona uno straordinario senso di austerità che va al di là di tutti i freni, di tutto il perder tempo con se stessi e di tutta quest'idea del miglioramento e della realizzazione di sé. Tutto ciò è veramente puerile. In questa osservazione c'è una grande libertà e in quella libertà c'è il senso della dignità dell'austerità. Ma se diceste tutto questo a un moderno gruppo di studenti o di bambini, essi probabilmente guarderebbero fuori dalla finestra, annoiati, perché questo mondo è volto al proprio perseguimento del piacere. Un grosso scoiattolo fulvo scese dall'albero e salì alla mangiatoia, rosicchiò qualche chicco, si sedette in cima, guardò intorno con i suoi grandi occhi luminosi come perle, la coda in su, piegata - una cosa meravigliosa. Rimase seduto pressapoco un istante; scese, avanzò verso le poche rocce e poi sfrecciò sull'albero e scomparve. Sembra che l'uomo sia sempre fuggito da se stesso, da ciò che egli è, da dove sta andando, da tutto ciò di cui si parla - l'universo, la nostra vita quotidiana, il morire e il cominciare. È strano che non ci si renda mai conto che, per quanto si fugga da se stessi, per quanto ci si smarrisca, consapevolmente, intenzionalmente o inconsapevolmente, sottilmente, il conflitto, il piacere, il dolore, la paura e via dicendo sono sempre là. In definitiva prevalgono. Potete cercare di eliminarli, di respingerli intenzionalmente con un atto di volontà, ma essi riaffiorano. E il piacere è uno dei fattori che predominano, anch'esso ha gli stessi conflitti, lo stesso dolore, lo stesso tedio. La noia del piacere e il cruccio fanno parte di questo tumulto della nostra vita. Non puoi fuggire a ciò, amico mio. Non puoi sottrarti a questo profondo, misterioso tumulto, salvo che tu non te ne dia veramente pensiero; non solo pensare, ma vedere

con attenzione accurata, con assidua osservazione, l'intero movimento del pensiero e del sé. Puoi dire che tutto ciò è troppo fastidioso, forse non necessario. Ma se non gli dedichi attenzione, se non te ne curi, il futuro non solo sarà più distruttivo, più insopportabile, ma anche non molto significativo. Tutto ciò non è un punto di vista scoraggiante, avvilente; è realmente così. Ciò che sei adesso è ciò che sarai nei giorni a venire. Non lo puoi evitare. È sicuro come il sorgere e il tramontare del sole. Questo è ciò che spetta a ogni uomo, a tutta l'umanità, a meno che non cambiamo - ciascuno di noi - a meno che non ci trasformiamo in qualcosa che non è proiettato dal pensiero.

La capacità di penetrazione nell'attività del sé

La maggior parte degli esseri umani è egoista. Non è consapevole del proprio egoismo; è il suo modo di vivere. E se uno è consapevole di essere egoista, lo nasconde con molta attenzione e si conforma al modello della società che è essenzialmente egoista. La mente egoista è molto astuta, sia che essa sia brutalmente e apertamente egoista o che assuma parecchie forme. Se sei un uomo politico, l'egoismo ricerca potere, posizione sociale e popolarità; si identifica con un'idea, una missione, e tutto per il bene pubblico. Se sei un tiranno, si esprime in dominio brutale. Se sei incline a essere religioso, assume la forma di adorazione, devozione, adesione a un qualche credo, un qualche dogma. Si esprime, altresì, nella famiglia; il padre persegue il proprio egoismo in tutti i campi della sua vita e così fa la madre. Fama, benessere, bell'aspetto formano una base per questo nascosto, pervadente movimento del sé. Esso è nella struttura gerarchica del clero, per quanto questo possa dichiarare il proprio amore per Dio, il proprio attaccamento all'immagine autoprodotta della propria divinità personale. I capitani dell'industria e il modesto impiegato provano questa crescente e paralizzante sensualità del sé. Il monaco che ha rinunciato alle vie mondane può errare per il mondo o essere rinchiuso in qualche monastero, ma non ha abbandonato questo incessante movimento del sé. Possono cambiare il proprio nome, portare delle vesti, oppure fare voto di castità o di silenzio, ma ardono per un ideale, una qualche immagine, un qualche simbolo. È lo stesso per gli scienziati, i filosofi e i professori universitari. Chi compie buone azioni, i santi, i guru, l'uomo o la donna che operano senza sosta a favore del bisognoso - tutti costoro si sforzano di perdersi nella propria opera, ma l'opera fa parte di tale movimento. Hanno trasferito l'egotismo ai loro compiti. È un processo che comincia nell'infanzia e continua sino alla vecchiaia. La presunzione della conoscenza, l'esperta umiltà del capo, la sposa che si sottomette, l'uomo che domina: in tutti c'è questo male. Il sé s'identifica con lo Stato, con un'infinità di gruppi, un'infinità di idee e cause, ma resta ciò che era all'inizio. Gli esseri umani hanno provato varie pratiche, vari metodi, varie meditazioni per liberarsi di questo centro che è causa di tanta infelicità e confusione ma, come un'ombra, esso non viene mai catturato. È sempre là, e ti scivola fra le dita, dalla mente. Talvolta è rafforzato o si fa debole, secondo le circostanze. Lo spingi lì e salta fuori là. Viene da chiedersi se l'educatore, che è così responsabile della nuova generazione, comprenda a un livello non verbale che cosa dannosa sia il sé - come corrompa, come alteri, come sia pericoloso nelle nostre esistenze. Può non sapere come liberarsene; può addirittura non essere consapevole che è lì, ma una volta che veda la natura del movimento del sé, può -

lui o lei - comunicarne le sottigliezze allo studente? E non è forse una sua responsabilità farlo? La capacità di penetrazione nell'attività del sé è più grande dell'apprendimento universitario. La conoscenza può essere usata dal sé per la sua propria espansione, la sua aggressività, la sua innata crudeltà. L'egoismo è il problema essenziale della nostra vita. Il conformarsi e l'imitazione sono parte del sé, come lo sono la competizione e la crudeltà del talento. Se l'educatore in queste scuole si prende seriamente a cuore tale questione, cosa che io spero faccia, allora come aiuterà lo studente a essere privo di egoismo? Potrebbe dire che è uno strano dono del cielo, o respingerlo come impossibile. Ma se è serio come si deve essere e del tutto responsabile dello studente, come si accingerà a liberare la mente da questa eterna, vincolante energia, il sé, che ha causato tanto dolore? Non gli spiegherebbe forse con grande cura - il che implica affetto - e con parole semplici quali sono le conseguenze quando parla con rabbia, o quando picchia qualcuno, o quando pensa al proprio interesse? Non è possibile spiegargli che, quando afferma: «questo è mio», o si vanta: «l'ho fatto io», o evita, per paura, una certa azione, sta costruendo un muro, mattone su mattone, attorno a se stesso? Non è possibile, quando i suoi desideri, le sue sensazioni soverchiano il suo pensare razionale, far rilevare che l'ombra del sé si sta accrescendo? Non è possibile dirgli che dove c'è il sé, qualsiasi aspetto esso abbia, non c'è amore? Ma lo studente potrebbe chiedere all'educatore: «Ha compreso tutto questo o sta solo giocando con le parole?» Proprio questa domanda potrebbe risvegliare la sua intelligenza e quella stessa intelligenza le darà, come risposta, la giusta sensibilità e le giuste parole. In qualità di educatore lei non ha uno status. È un essere umano, con tutti i problemi della vita che ha uno studente. Nel momento in cui si esprime da uno status, in realtà distrugge la relazione umana. Lo status implica potere e quando ne è alla ricerca, consapevolmente o inconsapevolmente, entra in un mondo di crudeltà. Ha una grande responsabilità, amico mio, e se si assume questa responsabilità completa che è amore, allora le radici del sé sono rimosse. Questo non viene detto come incoraggiamento, o per farle sentire che lo deve fare. Ma, essendo tutti degli esseri umani, rappresentando l'intera umanità, siamo in tutto e per tutto responsabili, che ci piaccia o no. Può cercare di evitarlo ma proprio questo movimento è l'azione del sé. Chiarezza di percezione è libertà dal sé.

Una benedizione di grande santità

Stamane di buon'ora il cielo era senza una nuvola; il sole sorgeva dietro le colline toscane che l'ulivo e lo scuro cipresso coloravano di grigio. Non c'erano ombre sul fiume e le foglie del pioppo tremulo erano immobili. Qualche uccello che non era ancora migrato cinguettava e il fiume pareva immoto. Non appena il sole sorse dietro il fiume, gettò lunghe ombre sull'acqua calma. Ma una brezza dolce stava giungendo sulle colline e attraverso le valli; era tra le foglie, facendole tremare e danzare con il sole mattutino su di esse. Sulle scintillanti acque marroni c'erano ombre lunghe e corte, grosse e piccole; un camino solitario cominciò a fumare, fumi grigi che passavano sopra gli alberi. Era un bel mattino, pieno d'incanto e bellezza; c'erano tante ombre e tante foglie tremanti. Sebbene ci fosse un sole autunnale, nell'aria profumata c'era sentore di primavera. Una piccola automobile stava salendo su per la collina, facendo un terribile rumore, ma mille ombre

rimanevano immote. Era un bel mattino. Ieri, nel pomeriggio, cominciò all'improvviso, in una stanza che dava su una strada chiassosa; la forza e la bellezza dell'alterità si diffondeva dalla stanza all'esterno, sopra il traffico, oltre i giardini e al di là delle colline. Era là, immensa e impenetrabile; era là nel pomeriggio e, non appena ci si metteva a letto era là, con sfrenata intensità; una benedizione di grande santità. Non ci si abitua a essa, poiché è sempre differente; c'è qualcosa di sempre nuovo, una nuova qualità, un sottile significato, una nuova luce, qualcosa che non era stato visto prima. Non era una cosa da accumulare, ricordare ed esaminare con comodo; era là e nessun pensiero vi si poteva avvicinare, poiché il cervello era quieto e non c'era tempo per sperimentare, per accumulare. Era là e ogni pensiero si faceva quieto. L'intensa energia della vita è sempre là, notte e giorno. È priva di attrito, priva di direzione, priva di scelta e di sforzo. È là, con una tale intensità che pensiero e sensazione non riescono a catturarla per foggiarla conformemente alle proprie fantasie, credenze, esperienze ed esigenze. È là con una tale abbondanza che nulla può ridurla. Ma noi tentiamo di usarla, di darle una direzione, di catturarla entro la forma della nostra esistenza e, perciò, di distorcerla, per adattarla al nostro modello, alla nostra esperienza e conoscenza. Sono l'ambizione, l'invidia, l'avidità che limitano la sua energia e, in tal modo, ci sono conflitto e afflizione. La crudeltà dell'ambizione, personale o collettiva, altera la sua intensità, provocando odio, antagonismo, conflitto. Ogni atto d'invidia corrompe questa energia, causando scontentezza, miseria, paura; con la paura subentrano la colpa, l'ansia e il tormento senza fine del confronto e dell'imitazione. È questa energia corrotta che produce il sacerdote e il generale, il politico e il ladro. Questa energia illimitata, resa incompleta dal nostro desiderio di permanenza e sicurezza, è il terreno in cui crescono le idee sterili, la competizione, la crudeltà e la guerra; è la causa dell'eterno conflitto fra uomo e uomo. Quando tutto ciò viene messo da parte con facilità e senza sforzo, soltanto allora c'è quell'intensa energia che può esistere e fiorire solo nella libertà. Solamente nella libertà non provoca conflitto e afflizione; soltanto allora essa si accresce e non ha fine. È vita che non ha inizio né fine; è creazione che è amore, distruzione. L'energia usata in una direzione conduce a una cosa, a conflitto e afflizione; l'energia che è l'espressione della vita intera è beatitudine incommensurabile.

Esiste un dio?

Domanda: Vorrei veramente sapere se c'è un Dio. Se non c'è, la vita non ha senso. Non conoscendo Dio, l'uomo lo ha inventato in mille credenze e immagini. La divisione e la paura generate da tutte queste credenze lo hanno separato dai suoi simili. Per evitare il dolore e il danno di tale divisione, egli ha creato ancora più credenze, e l'infelicità e la confusione crescenti lo hanno inghiottito. Non conoscendo, crediamo. Posso conoscere Dio? Ho fatto questa domanda a molti santi, sia in India sia qui, e tutti hanno dato rilievo alla fede: «Credi e allora conoscerai; senza fede non puoi mai conoscere». Che ne pensa?

Krishnamurti: È necessaria la fede per scoprire? Apprendere è di gran lunga più importante che conoscere. Apprendere sulla fede è la fine della fede. Quando la mente è priva della fede, allora può guardare. È la fede, o l'incredulità, che vincola; poiché incredulità e fede sono uguali: sono le facce opposte della stessa medaglia. Perciò

possiamo accantonare del tutto la fede positiva o negativa: il credente e il non credente sono uguali. Quando ciò avviene realmente, allora la domanda «Esiste un Dio?» ha un significato del tutto differente. La parola «Dio», con tutta la sua tradizione, la sua memoria, le sue connotazioni intellettuali e sentimentali - tutto questo non è Dio. La parola non è il reale. Perciò, può la mente liberarsi della parola?

Replica: Non so che cosa ciò significhi.

Krishnamurti: La parola è la tradizione, la speranza, il desiderio di scoprire l'assoluto, lo sforzarsi di raggiungere il «massimo», il movimento che dà vitalità all'esistenza. Cosicché la parola stessa diventa il «massimo» e, tuttavia, siamo in grado di vedere che la parola non è la cosa. La mente è la parola e la parola è pensiero.

Replica: E lei mi sta chiedendo di disfarmi della parola? Come posso farlo? La parola è il passato; è ricordo. La moglie è la parola, la casa è la parola. In principio era la parola. Inoltre la parola è mezzo di comunicazione, d'identificazione. Lei non è il suo nome e, tuttavia, senza il suo nome non posso informarmi sul suo conto. E mi sta chiedendo se la mente possa liberarsi della parola - ossia, se possa liberarsi della sua propria attività?

Krishnamurti: Nel caso dell'albero, l'oggetto è davanti ai nostri occhi e la parola si riferisce all'albero per convenzione universale. Ora, nel caso della parola «Dio» non c'è nulla a cui essa si riferisca, così ciascun uomo può creare la propria immagine di ciò per cui non esiste alcun riferimento. Il teologo lo fa in un modo, l'intellettuale in un altro, il credente e il non credente nei loro modi differenti. La speranza genera questa fede e poi il ricercare. Tale speranza è la conseguenza della disperazione - la disperazione di tutto quel che vediamo intorno a noi nel mondo. Dalla disperazione nasce la speranza: anche queste sono le due facce della stessa medaglia. Quando non c'è speranza alcuna c'è inferno e questa paura dell'inferno ci dà la vitalità della speranza. E allora comincia l'illusione. Cosicché la parola ci ha portati all'illusione e mai a Dio. Dio è l'illusione che adoriamo e il non credente crea l'illusione di un altro Dio che egli adora - lo Stato, o qualche utopia, o qualche libro che ritiene possedere ogni verità. Quindi le si chiede se possa liberarsi della parola con la sua illusione.

Replica: Devo meditarci su.

Krishnamurti: Se non c'è nessuna illusione che cosa rimane?

Replica: Solo ciò che è.

Krishnamurti: Quel «ciò che è» è il sommamente sacro.

Replica: Se il «ciò che è» è il sommamente sacro, allora la guerra è sommamente sacra, e lo sono odio, disordine, sofferenza, cupidigia e rapina. Allora non dobbiamo parlare affatto di alcun cambiamento. Se «ciò che è» è sacro, allora ogni assassino, ogni rapinatore e ogni sfruttatore può dire: «Non toccarmi. Quello che sto facendo è sacro».

Krishnamurti: Proprio la semplicità di questa asserzione, «'ciò che è' è il sommamente sacro», porta a un grande malinteso, perché non se ne vede la verità. Se vedi che «ciò che è» è sacro, non uccidi, non fai la guerra, non speri, non sfrutti. Perché se hai fatto queste cose non puoi pretendere l'immunità da una verità che hai violato. L'uomo bianco che dice al rivoltoso nero «'ciò che è' è sacro; non immischiarti, non bruciare», non ha visto, perché, se così fosse, per lui il Negro sarebbe sacro e non ci sarebbe alcun bisogno di bruciare. Così, se ciascuno di noi vede questa verità, non può non esserci

cambiamento. La visione della verità è cambiamento.

Replica: Sono venuto qui per scoprire se esiste Dio e lei mi ha completamente confuso.

Krishnamurti: Lei è venuto a domandare se Dio esiste. È stato detto: la parola conduce all'illusione che noi adoriamo e per questa illusione ci distruggiamo l'un l'altro di buon grado. Quando non c'è illusione alcuna, il «ciò che è» è sommamente sacro. Ora consideriamo ciò che realmente è. In un dato momento il «ciò che è» può essere paura, o disperazione estrema, o una gioia passeggera. Queste cose mutano di continuo. E c'è anche l'osservatore che dice «Queste cose cambiano tutte attorno a me, ma io resto permanente». È un fatto questo? È ciò che veramente è? Non sta forse anch'egli cambiando, aggiungendo a sé, togliendo da sé, modificandosi, adattandosi, divenendo o non divenendo? Così, sia l'osservatore sia l'osservato sono in costante cambiamento. «Ciò che è» è cambiamento. Questo è un fatto. Questo è «ciò che è».

Replica: Allora, l'amore è mutevole? Se tutto è un movimento di cambiamento, non è forse parte di quel cambiamento anche l'amore? E se l'amore è mutevole, allora io posso amare una donna oggi e andare a letto con un'altra domani.

Krishnamurti: È amore quello? O sta dicendo che l'amore è diverso dalla sua espressione? O sta dando all'espressione un'importanza maggiore che all'amore e creando, pertanto, una contraddizione e un conflitto? L'amore può mai essere imprigionato nell'ingranaggio del cambiamento? Se sì, allora può anche essere odio; dunque l'amore è odio. E solo quando non c'è alcuna illusione che «ciò che è» è sommamente sacro. Quando non c'è alcuna illusione, «ciò che è» è Dio, o qualunque altro nome possa essere usato. Così Dio, o qualsiasi nome gli si dia, è quando tu non sei. Quando tu sei, esso non è. Quando tu non sei, l'amore è. Quando tu sei, l'amore non è.

La sofferenza

Domanda: Mi sembra di aver sofferto moltissimo per tutta la vita, non fisicamente, ma a causa della morte, della solitudine e dell'assoluta inutilità della mia esistenza. Avevo un figlio che amavo molto. Morì in una disgrazia. Mia moglie mi lasciò e ciò fu fonte di un grande dolore. Suppongo di essere come migliaia di altri borghesi, con denaro a sufficienza e un lavoro fisso. Non mi sto lamentando delle mie vicissitudini, ma voglio capire quale significato abbia il dolore, perché debba proprio esserci. Si dice che la saggezza giunga grazie al dolore, ma per me è stato esattamente il contrario.

Krishnamurti: Mi chiedo che cosa abbia appreso dalla sofferenza. Ha davvero appreso qualcosa? Che cosa le ha insegnato il dolore?

Replica: Mi ha senz'altro insegnato a non essere mai attaccato alle persone e a non lasciarmi trascinare dai miei sentimenti e mi ha lasciato una certa amarezza, una certa freddezza. Mi ha insegnato a fare molta attenzione a non essere ferito ancora.

Krishnamurti: Così, come lei dice, non le ha insegnato la saggezza. Al contrario, ha fatto sì che lei sia più furbo, più insensibile. Il dolore insegna davvero qualcosa, all'infuori delle ovvie reazioni di autodifesa?

Replica: Ho sempre accettato la sofferenza come parte della mia vita, ma ora sento, in certo qual modo, che vorrei liberarmi da essa, da tutta l'amarezza e l'indifferenza

dappoco, senza sopportare di nuovo tutto il dolore dell'attaccamento. La mia vita è così inutile e vuota, totalmente chiusa in se stessa e insignificante. È una vita di mediocrità e, forse, questa mediocrità è il più grande di tutti i dolori.

Krishnamurti: C'è il dolore personale e il dolore del mondo. C'è il dolore dell'ignoranza e quello del tempo. Questa ignoranza è la mancanza di conoscenza di se stessi e il dolore del tempo è l'illusione che il tempo possa curare, guarire e cambiare. La maggior parte della gente rimane presa in questa illusione e, o venera il dolore, o trova una spiegazione per giustificarlo. Ma, in entrambi i casi, esso continua e non ci si chiede mai se possa giungere a una fine.

Replica: Ma io ora sto chiedendo se possa finire e come. In che modo devo porgli fine. Capisco che è inutile sfuggire od opporre resistenza con amarezza e cinismo. Che cosa devo fare per porre fine alla pena che ho sopportato così a lungo?

Krishnamurti: L'autocommiserazione è uno degli elementi del dolore. Un altro elemento è l'essere attaccati a qualcuno e incoraggiare o stimolare il suo attaccamento. Il dolore non c'è solo quando viene a mancare l'attaccamento, ma il suo seme è proprio al principio di quell'attaccamento. In tutto ciò il guaio è la totale mancanza di conoscenza di se stessi. Conoscere se stessi è la cessazione del dolore. Temiamo di conoscerci perché ci siamo divisi nel buono e nel cattivo, nel peccaminoso e nell'elevato, nel puro e nell'impuro. Il buono giudica sempre il cattivo, e questi frammenti sono in guerra gli uni contro gli altri. Questa guerra è dolore. Porre fine al dolore è vedere la realtà e non inventarne l'opposto, dato che gli opposti si implicano vicendevolmente. Camminare in questo corridoio di opposti è dolore. Questa frammentazione della vita nel superiore e nell'inferiore, nel nobile e nell'ignobile, Dio e il Diavolo, porta con sé conflitto e sofferenza. Quando c'è dolore non c'è amore. Amore e dolore non possono coesistere.

Replica: Ah! Ma l'amore è in grado d'infliggere dolore all'altro. Io posso amare l'altro e, tuttavia, arrecargli dolore.

Krishnamurti: L'arreca lei, se ama, o è lui a farlo? Se l'altro le è attaccato, con o senza incoraggiamento, e lei si allontana da lui, e questi soffre, è lei o l'altro ad aver determinato tale sofferenza?

Replica: Vuole dire che non sono responsabile del dolore altrui, neanche se è per causa mia? Allora in che modo cessa mai il dolore?

Krishnamurti: Come è stato detto, è solo nel conoscere se stessi totalmente che il dolore cessa. Conosce se stesso con un solo sguardo, o spera di farlo dopo una lunga analisi? Mediante l'analisi non può conoscersi. Può conoscersi solo senza accumulazione, nel rapporto, di momento in momento. Ciò significa che ci si deve rendere conto, senza alcuna scelta, di ciò che sta effettivamente avvenendo. Significa vedersi come si è, senza l'opposto, l'ideale, senza la conoscenza di ciò che si è stati. Se volgete lo sguardo a voi stessi con gli occhi del risentimento o del rancore, allora ciò che vedete è alterato dal passato. Il disfarsi sempre del passato quando vi rendete conto di voi stessi è la libertà dal passato. Il dolore cessa solo quando c'è la luce della comprensione e questa luce non è accesa da un'esperienza o da un lampo d'intelligenza. Questa comprensione illumina sempre se stessa. Nessuno può darvela: nessun libro, nessuno stratagemma, nessun insegnante o salvatore. La comprensione di voi stessi è la cessazione del dolore.

La vita religiosa

Domanda: Vorrei sapere che cos'è una vita religiosa. Ho soggiornato per diversi mesi in alcuni monasteri; ho meditato; ho condotto una vita disciplinata; ho letto moltissimo. Mi sono recato in svariati templi, chiese e moschee. Mi sono adoperato per condurre una vita semplicissima, innocua, cercando di non recare offesa a persone o ad animali. Non è tutto ciò che ci vuole per una vita religiosa? Ho praticato lo yoga, studiato lo Zen e seguito molte discipline religiose. Sono, e sono sempre stato, vegetariano. Come vede, ora sto invecchiando, e ho vissuto con alcuni uomini santi in diverse parti del mondo, ma chissà come, sento che tutto ciò è solo un approssimarsi alla cosa vera. Mi chiedo, quindi, se sia possibile discutere oggi di ciò che è per lei una vita religiosa.

Krishnamurti: Un giorno venne da me un samnyàsin, ed era triste. Disse di aver fatto voto di castità e di aver abbandonato il mondo per diventare un mendicante, errante di villaggio in villaggio, e di esser giunto, un mattino, data l'imperiosità dei suoi desideri sessuali, alla decisione di farsi asportare chirurgicamente gli organi sessuali. Per molti mesi aveva sofferto ininterrottamente, ma in qualche modo era guarito e, dopo parecchi anni, si era reso pienamente conto di ciò che aveva fatto. Così, venne da me e in quella piccola stanza mi domandò come fare, essendosi mutilato, per ritornare normale - naturalmente, non fisicamente, ma interiormente. L'aveva fatto perché l'attività sessuale era ritenuta contraria a una vita religiosa. Era considerata mondana, parte di un mondo di piacere che un vero sannyasi deve evitare a tutti i costi. Disse: «Eccomi qui, con la sensazione di essere del tutto perduto, privato della mia virilità. Ho lottato così tenacemente contro i miei desideri sessuali, tentando di controllarli, e alla fine è accaduta questa cosa terribile. Che cosa devo fare adesso? So che quello che ho fatto era sbagliato. La mia energia se n'è quasi del tutto andata e mi sembra di stare concludendo la mia vita nell'oscurità». Mi prese la mano e restammo seduti in silenzio per un pò. Questa è una vita religiosa? Il rifiuto del piacere o della bellezza è la via che conduce a una vita religiosa? Rifiutare la bellezza dei cieli, delle colline e dell'aspetto umano condurrà forse a una vita religiosa? Ma è ciò che la maggior parte dei santi e dei monaci crede. Si tormentano in quella credenza. Può mai una mente tormentata, contorta, distorta scoprire che cosa sia una vita religiosa? Eppure, ogni religione sostiene che l'unica via alla realtà o a Dio, o come lo vogliamo chiamare, passi attraverso questa tortura, questa distorsione. Fanno tutti una distinzione tra quella che definiscono una vita spirituale o religiosa e ciò che chiamano vita mondana. Un uomo che viva unicamente per il piacere, con sprazzi occasionali di afflizione e di pietà, la cui vita sia interamente dedicata allo svago e al divertimento, è naturalmente un uomo mondano, quantunque egli possa essere intelligentissimo, molto erudito, e riempire la sua vita dei pensieri altrui o propri. E un uomo che abbia una dote naturale e la usi a vantaggio della società, o per il proprio piacere, e che consegua la fama nella realizzazione di quella dote, ebbene, anche un simile uomo è mondano. Ma è anche mondano andare in chiesa, o al tempio, o alla moschea, pregare, permeati di pregiudizi, di fanatismo, totalmente inconsapevoli della brutalità che ciò implica. È mondano essere patrioti, nazionalisti, idealisti. Di certo, anche l'uomo che si rinchiude in un monastero - alzandosi a ore fisse con un libro in

mano, leggendo e pregando - è mondano. E l'uomo che si fa in quattro per compiere buone azioni, che sia un riformatore sociale o un missionario, è esattamente come il politico nella sua partecipazione al mondo. La divisione tra vita religiosa e mondo è l'essenza stessa della mondanità. Le menti di tutti costoro - monaci, santi, riformatori - non sono poi così diverse dalle menti di quelli che si interessano soltanto alle cose che danno piacere. È, dunque, importante non dividere la vita in mondana e non mondana. E importante non fare distinzioni tra il mondano e il cosiddetto religioso. Senza il mondo della materia, il mondo materiale, non saremmo qui. Senza la bellezza del cielo e dell'unico albero sulla collina, senza quella donna che passa e quell'uomo che va a cavallo, la vita non sarebbe possibile. Siamo interessati alla vita nel suo insieme, non a una determinata parte di essa che è considerata religiosa, in opposizione al resto. Si comincia, così, a vedere che una vita religiosa è interessata al tutto e non al particolare.

Replica: Comprendo ciò che dice. Dobbiamo occuparci della totalità della vita; non possiamo separare il mondo dal cosiddetto spirito. La domanda, quindi, è: in che modo possiamo agire religiosamente in relazione a tutte le cose nella vita?

Krishnamurti: Che cosa intendiamo con agire religiosamente? Non intende forse un modo di vivere in cui non vi sia divisione - divisione fra il mondano e il religioso, tra ciò che dovrebbe e ciò che non dovrebbe essere, tra me e lei, tra simpatia e antipatia? Questa divisione è conflitto. Una vita di conflitto non è una vita religiosa. Una vita religiosa è realizzabile soltanto quando venga profondamente compreso il conflitto. Questa comprensione è intelligenza. È questa intelligenza che agisce rettamente. Ciò che la maggior parte della gente definisce intelligenza è mera abilità in qualche attività tecnica, o astuzia nei raggiri commerciali o politici.

Replica: Allora la mia domanda in realtà significa: come si fa a vivere senza conflitto e a far sì che ci sia quel sentimento di autentica santità, che non è semplicemente religiosità emotiva, condizionata da qualche impalcatura religiosa - indipendentemente da quanto antica e venerata essa sia?

Krishnamurti: Un uomo che viva senza eccessivo conflitto in un villaggio, o che sogni in una grotta su un «sacro» pendio, di certo non sta vivendo la vita religiosa di cui stiamo parlando. Porre termine al conflitto è una delle cose più complicate. Richiede osservazione di se stessi e la sensibilità della consapevolezza così dell'esterno come dell'interno. Il conflitto può cessare soltanto laddove vi sia la comprensione della contraddizione in se stessi. Questa contraddizione persisterà sempre se non c'è libertà dal conosciuto, che è il passato. Libertà dal passato significa vivere nell'«ora» che non appartiene al tempo, in cui c'è soltanto questo movimento di libertà, non toccato dal passato, dal conosciuto.

Replica: Che cosa intende con libertà dal passato?

Krishnamurti: Il passato è tutto il nostro cumulo di ricordi. Questi ricordi agiscono nel presente e danno vita alle nostre speranze e paure del futuro. Queste speranze e paure sono il futuro psicologico; senza di esse non c'è alcun futuro. Il presente, dunque, è l'azione del passato, e la mente è questo movimento del passato. Il passato in azione nel presente crea ciò che chiamiamo futuro. Questa reazione del passato è involontaria, non è richiesta o indotta; è su di noi prima che la si conosca.

Replica: Allora, come ce ne libereremo?

Krishnamurti: Essere consapevoli di tale movimento, senza scelta - perché la scelta è di nuovo parte di questo stesso movimento del passato - è osservare il passato in atto: una tale osservazione non è un movimento del passato. Osservare senza l'immagine del pensiero è azione in cui il passato è terminato. Osservare l'albero senza il pensiero, è azione priva del passato. Osservare l'azione del passato è, ancora, azione priva del passato. L'atto di vedere è più importante di ciò che viene visto. Essere consapevoli del passato in quell'osservazione priva di scelta non è solamente agire in modo diverso, ma è essere diversi. In questa consapevolezza la memoria agisce senza difficoltà ed efficientemente. Essere religiosi è essere a tal punto consapevoli, in un modo privo di scelta, che c'è libertà dal conosciuto anche mentre il conosciuto agisce, dovunque esso abbia a farlo.

Replica: Ma il conosciuto, il passato, talvolta agisce pure quando non dovrebbe farlo; agisce comunque per provocare conflitto.

Krishnamurti: Anche essere consapevoli di ciò è vivere in uno stato d'inazione rispetto al passato che sta agendo. Così, la libertà dal conosciuto è autenticamente vita religiosa. Ciò non significa eliminare il conosciuto, ma penetrare in una dimensione del tutto diversa, da cui venga osservato il conosciuto. L'atto di vedere in un modo privo di scelta è atto d'amore. La vita religiosa è questo atto; l'intero vivere è questo atto, e lo è la mente religiosa. Religione, mente, vita e amore sono, quindi, tutt'uno.

Sul vero rifiuto

Insegnante: In uno dei suoi discorsi ai ragazzi lei ha detto che quando sorge un problema, lo si dovrebbe risolvere immediatamente. Come si deve fare?

Krishnamurti: Per risolvere immediatamente un problema, lo si deve comprendere. La comprensione di un problema è una questione di tempo, oppure è una questione d'intensità di percezione, un'intensità della capacità di vedere? Supponiamo che io abbia un problema: sono vanitoso. È un problema con me stesso, nel senso che crea in me un conflitto, una contraddizione. Che io sia vanitoso è un fatto, e c'è pure un altro fatto: non voglio essere vanitoso. Devo, innanzitutto, comprendere il fatto di essere vanitoso. Devo convivere con esso. Non occorre solo che io sia intensamente consapevole del fatto, ma che lo comprenda per intero. Ora, la comprensione è una questione di tempo? Sono in grado di vedere immediatamente il fatto, giusto? E l'immediatezza della percezione, del vedere, dissolve il fatto. Quando vedo un cobra avviene una reazione immediata. Ma non vedo allo stesso modo la vanità - quando la vedo o mi piace, e allora persevero in essa, o non la voglio perché mi suscita conflitto. Se non crea conflitto, il problema non sussiste. Percezione e comprensione non appartengono al tempo. La percezione è una questione d'intensità della capacità di vedere, un vedere che è totale. Qual è la natura del vedere qualcosa totalmente? Che cos'è che dà la capacità, l'energia, la vitalità, la spinta, per occuparsi di qualcosa immediatamente, o che cos'è che mi dà l'energia per scattare quando vedo un cobra? Quali sono i processi che fanno sì che così l'organico come lo psicologico, l'intero essere scatti, affinché non ci sia esitazione, affinché la reazione sia immediata? Che cosa rientra in quell'immediatezza? Diverse cose rientrano in quell'azione

che è immediata: paura, difesa spontanea - cose che devono esserci - conoscenza del fatto che il cobra è un pericolo mortale. Ora, perché non abbiamo la stessa energica azione per ciò che concerne la dissoluzione della vanità? Ho preso ad esempio la vanità. Diverse sono le ragioni che concorrono alla mia mancanza di energia. La vanità mi piace; il mondo è basato su di essa; è il fondamento del modello sociale; mi dà un certo senso di vitalità, una certa qualità di dignità e di distacco, la sensazione di essere un pò meglio di un altro. Tutto ciò è di ostacolo a quell'energia che è necessaria per far sparire la vanità. Ora, o analizzo tutte le ragioni che hanno impedito la mia azione, che mi hanno ostacolato nell'avere l'energia per occuparmi della vanità, oppure vedo immediatamente. L'analisi è un processo di tempo e di rinvio. Mentre io sto analizzando, la vanità continua e il tempo non la farà cessare. Devo, quindi, vedere la vanità totalmente e mi manca l'energia per vedere. Ora, raccogliere l'energia dispersa richiede che il chiamare a raccolta avvenga non solo quando mi trovo di fronte a un problema, come quello della vanità, ma di continuo, anche quando non c'è alcun problema. Non abbiamo continuamente dei problemi. Ci sono dei momenti in cui non abbiamo nessun problema. Se in quei momenti chiamiamo a raccolta l'energia, raccogliere nel senso di essere consapevoli, allora quando sorge il problema possiamo avvicinarlo e non intraprendere il processo di analisi.

Insegnante: C'è un'altra difficoltà: quando non c'è alcun problema, e questa energia non viene raccolta, persisterà una qualche forma di lavorio mentale.

Krishnamurti: C'è uno sperpero di energia nella mera ripetizione, nella reazione alla memoria, nella reazione all'esperienza. Se osserva la sua mente, vedrà che un episodio piacevole continua a ripetersi. Vuole tornare a esso, vuole pensarci, e dunque esso acquista impeto. Quando la mente è consapevole, non c'è sperpero; è possibile lasciare che quell'impeto, quel pensiero sbocci? Il che significa non dire mai: «Questo è giusto o sbagliato», ma vivere il pensiero completamente, avere una sensibilità in cui il pensiero possa fiorire, in modo da giungere da solo alla fine. Vogliamo affrontare il problema in modo diverso? Abbiamo parlato del creare una generazione con una nuova qualità della mente. Come lo facciamo? Se fossi un insegnante, mi preoccuperei - e un buon educatore, ovviamente, ha a cuore questa cosa - di far sorgere una mente nuova, una nuova sensibilità nei confronti degli alberi, dei cieli, del firmamento, dei ruscelli; di suscitare una nuova coscienza, non quella vecchia plasmata in una nuova forma. Intendo una mente del tutto nuova, non corrotta dal passato. Se questo è il mio interesse, come mi accingo ad attuarlo? Innanzitutto, è possibile far sorgere questa mente nuova? Non una mente che sia un prolungarsi del passato in una nuova forma, ma una mente incorrotta. È fattibile, oppure il passato non può che continuare attraverso il presente a essere modificato e plasmato altrimenti? Nel qual caso non ci sarebbe una nuova generazione; sarebbe quella vecchia ripetuta in una nuova forma. Ritengo sia possibile creare una nuova generazione. E chiedo: «Come devo fare per sperimentarlo non solo dentro di me, ma per esprimerlo allo studente?» Se vedo qualcosa in me stesso per esperienza personale, non posso esonerarmi dall'esprimerlo allo studente. Certo non si tratta di «io e l'altro» ma di una cosa reciproca, non è vero? Ora, in che modo conseguo una mente incorrotta? Lei e io non siamo dei neonati; siamo stati contaminati dalla società, dall'induismo, dall'educazione, dalla famiglia, dai giornali. Come aprirci un varco

in questa contaminazione? Dico che fa parte della mia esistenza e l'accetto? Che cosa faccio, signore? Ecco un problema: che le nostre menti sono contaminate. Per gli anziani è più difficile aprirsi un varco. Lei è relativamente giovane e il problema è di decontaminare la mente; come va fatto? O è possibile o non lo è. Ora, come scoprire se lo è oppure no? Vorrei che lo cogliesse al volo. Sa che cosa si intende con la parola «rifiuto»? Ciò che vuol dire è: rifiutare il passato, rifiutare d'essere un hindú? Che cosa intende con questa parola «rifiuto»? Ha mai rifiutato qualcosa? C'è un vero rifiuto e un falso rifiuto. Il rifiuto con un motivo è un falso rifiuto. Il rifiuto con uno scopo, con un'intenzione, con un occhio al futuro, non è rifiuto. Se rifiuto qualcosa al fine di ottenere qualcosa di più, non si tratta di rifiuto. Ma c'è un rifiuto che non ha motivo. Quando io rifiuto senza sapere che cosa mi riserva il futuro, quello è vero rifiuto. Mi rifiuto di essere un hindú, mi rifiuto di appartenere a qualsiasi organizzazione, rifiuto qualsiasi credo particolare, e proprio in quel rifiuto mi rendo completamente malsicuro. Conosce un rifiuto simile, e ha mai rifiutato qualcosa? È in grado di rifiutare il passato in tal modo - rifiutare, senza sapere che cosa c'è nel futuro? È in grado di rifiutare il conosciuto?

Insegnante: Quando rifiuto qualcosa, supponiamo l'induismo, c'è una comprensione simultanea di ciò che l'induismo è.

Krishnamurti: Ciò di cui discutiamo è di conseguire una mente nuova e se ciò sia possibile. Una mente contaminata non può essere nuova. Stiamo, quindi, parlando di decontaminazione, e se la cosa sia possibile. E in relazione a ciò, io ho cominciato col chiedere che cosa intende con rifiuto, perché io credo che il rifiuto abbia molto a che fare con ciò. Il rifiuto ha a che fare con una mente nuova. Se rifiuto schiettamente, senza radici, senza motivo, si tratta di un vero rifiuto. Ora, è possibile? Vede, se non rifiuto del tutto la società e, quindi, la politica, l'economia, i rapporti sociali, l'ambizione, l'avidità - se non rifiuto completamente tutto ciò - è impossibile scoprire che cosa sia avere una mente nuova. Quindi, il primo varco che mi posso aprire consiste nel rifiutare le cose che ho conosciuto. E possibile? Ovviamente, le droghe non faranno conseguire una mente nuova; niente lo potrà fare, se non un totale rifiuto del passato. È possibile? Che ne dice? E se ho percepito il profumo, la visione, il sapore di un tale rifiuto, in che modo contribuisco a comunicarlo allo studente? Egli deve avere una quantità di conoscenze - matematica, geografia, storia - ed essere, tuttavia, in larga misura libero dal conosciuto, libero senza rimorsi da esso.

Insegnante: Signore, ogni sensazione lascia un residuo, un fastidio che conduce a vari tipi di conflitto e ad altre forme di attività mentale. L'approccio tradizionale di tutte le religioni è di negare questa sensazione con la disciplina e il rifiuto. Ma in quello che lei dice sembra esserci un'elevata ricettività nei confronti di queste sensazioni, cosicché lei vede le sensazioni senza distorsione o residuo.

Krishnamurti: Questo è il punto. Sensibilità e sensazione sono due cose diverse. Una mente schiava di pensiero, sensazione, sentimento, è una mente residuale. Gode del residuo, gode del pensare al mondo piacevole, e ogni pensiero lascia una traccia, che è il residuo. Ogni pensiero legato a un certo piacere che è stato provato, lascia una traccia che favorisce l'insensibilità. Di certo, ottunde la mente e l'ottundono ulteriormente disciplina, controllo e repressione. Sto dicendo che la sensibilità non è sensazione, che la

sensibilità non comporta alcuna traccia, alcun residuo. Qual è, quindi, la domanda?

Insegnante: Il rifiuto di cui lei sta parlando è diverso da un rifiuto che consiste nella limitazione della sensazione?

Krishnamurti: In che modo lei vede quei fiori, ne vede la bellezza, è completamente sensibile a essi, cosicché non lascino residuo, ricordo alcuno e che, guardandoli ancora un'ora dopo, lei veda un nuovo fiore? Ciò non è possibile se il suo vedere è sensazione, e quella sensazione è associata ai fiori, al piacere. Il metodo tradizionale è escludere ciò che è piacevole, perché simili associazioni destano altre forme di piacere, e così ci si disciplina a non guardare. Recidere l'associazione con un bisturi è immaturo. Dunque, in che modo la mente, gli occhi devono vedere l'incredibile colore senza che esso lasci qualche traccia? Non sto chiedendo un metodo. Come si origina un tale stato? Diversamente noi non possiamo essere sensibili. È come una lastra fotografica che s'impressiona e si rinnova automaticamente. Viene esposta, e tuttavia diventa negativa per l'impressione successiva. Così, c'è un'autopurificazione continua da ogni piacere. È una cosa possibile o stiamo giocando con le parole e non coi fatti? Ciò che io vedo con chiarezza è che qualsiasi sensibilità, qualsiasi sensazione residuale ottunde la mente. Nego tale fatto, ma non so che cosa sia essere sensibili in un modo tanto straordinario da far sì che l'esperienza non lasci alcuna traccia e, ciò nonostante, io veda il fiore con pienezza, con immensa intensità. Vedo come un fatto innegabile che ogni sensazione, ogni sentimento, ogni pensiero lascia una traccia, plasma la mente, e che simili tracce non possono assolutamente generare una mente nuova. Mi rendo conto che avere una mente con tracce è morte, così rifiuto la morte. Ma non conosco l'altra condizione. Vedo anche che una buona mente è sensibile senza il residuo dell'esperienza. Esperisce, ma l'esperienza non lascia alcuna traccia da cui trarre ulteriori esperienze, ulteriori conclusioni, ulteriore morte. Da un lato nego e dall'altro non conosco. In che modo avviene questo passaggio dal rifiuto del conosciuto all'originarsi del non conosciuto? In che modo si rifiuta? Si rifiuta forse il conosciuto non in grandi avvenimenti drammatici, ma in piccoli avvenimenti? Rifiuto forse quando mi faccio la barba e mi ricordo del bel periodo trascorso in Svizzera? Si rifiuta forse il ricordo di un momento piacevole? Si diventa forse consapevoli di esso e lo si rifiuta? Non è drammatico, non è spettacolare, nessuno ne sa nulla. Eppure questo costante rifiuto delle piccole cose, il piccolo eliminare, il piccolo cancellare - non soltanto un grande, grosso eliminare - è essenziale. È essenziale rifiutare il pensiero come ricordo, piacevole o spiacevole che sia, ogni minuto del giorno, come esso sorge. Lo si fa non per qualche motivo, non per penetrare nello straordinario stato dell'ignoto. Vivi a Rishi Valley e pensi a Bombay o a Roma. La cosa crea conflitto, rende la mente ottusa, divisa. Puoi rendertene conto ed eliminarlo? Puoi continuare a eliminarla non perché vuol penetrare nello sconosciuto? Non si può mai sapere che cosa sia lo sconosciuto, perché nel momento in cui lo si riconosce come sconosciuto, si è tornati nel conosciuto. Il processo del riconoscimento è un processo del conosciuto prolungato. Poiché non so che cosa sia lo sconosciuto, posso soltanto fare quest'unica cosa, continuare a eliminare il pensiero non appena sorge. Vede quel fiore, lo percepisce, ne vede la bellezza, l'intensità, la straordinaria brillantezza. Poi va nella stanza in cui vive, che non è ben proporzionata, che è brutta. Vive nella stanza ma ha un

certo senso della bellezza e comincia a pensare al fiore, coglie il pensiero come esso sorge e lo elimina. Ora, da che profondità elimina, da che profondità rifiuta il fiore, sua moglie, i suoi dèi, la sua vita economica? Deve vivere con sua moglie, con i suoi figli, con questa brutta, mostruosa società. Non può ritirarsi dalla vita. Ma quando rifiuta totalmente pensiero, dolore, piacere, il suo rapporto è differente e, quindi, deve esserci un rifiuto totale, non un rifiuto parziale, non un trattenere le cose che le piacciono e rifiutare quelle che non le piacciono. Ora, come traduce ciò che ha compreso allo studente?

Insegnante: Lei ha detto che nell'insegnare e nell'imparare, c'è una situazione d'intensità in cui non si dice: «Ti sto insegnando qualcosa». Ora, questa costante eliminazione delle tracce del pensiero ha qualcosa a che fare con l'intensità della situazione insegnamento-apprendimento?

Krishnamurti: Ovviamente. Vede, ritengo che insegnamento e apprendimento siano la stessa cosa. Che cosa sta avvenendo qui? Io non le sto insegnando - non sono il suo insegnante o un'autorità; sto semplicemente indagando e comunicandole la mia indagine. Può prenderla o lasciarla. La posizione è identica per quanto riguarda lo studente.

Insegnante: Che cosa deve fare, allora, l'insegnante?

Krishnamurti: Lei può scoprire soltanto quando sta costantemente rifiutando. Ha mai provato? È come se non potesse dormire per un solo minuto durante la giornata.

Insegnante: Ciò non solo richiede energia, signore, ma sprigiona anche molta energia.

Krishnamurti: Ma per prima cosa deve avere l'energia per rifiutare.

L'illuminazione

Domanda: Tutte le cosiddette persone religiose hanno qualcosa in comune e io vedo la stessa cosa nella maggior parte della gente che viene a sentirla. Cercano tutti qualcosa che chiamano a seconda dei casi nirvana, liberazione, illuminazione, realizzazione di sé, eternità o Dio. La loro meta è definita e si erge dinnanzi a loro in svariati insegnamenti, e ciascuno di questi insegnamenti, di questi sistemi ha la propria serie di libri sacri, di discipline, di maestri, la propria moralità, la propria filosofia, le proprie promesse e minacce - un sentiero dritto e stretto che esclude il resto del mondo e che, al suo termine, promette qualche paradiso o altro. La maggior parte di costoro passa da un sistema all'altro, mettendo l'ultimo insegnamento al posto di quello abbandonato di recente. Passano da un'orgia emotiva all'altra, senza pensare che il medesimo processo è all'opera in tutto questo ricercare. Alcuni di loro restano in un sistema, con un gruppo, e si rifiutano di muoversi. Altri credono finalmente di aver realizzato qualsiasi cosa volessero realizzare, e allora trascorrono i loro giorni in qualche remota beatitudine, attirando a loro volta un gruppo di discepoli che ricomincia l'intero ciclo daccapo. In tutto ciò c'è la brama irrefrenabile di conseguire qualche realizzazione e, solitamente, c'è un'amara delusione e la frustrazione del fallimento. Tutto ciò a me sembra alquanto malsano. Queste persone sacrificano la vita normale a qualche meta immaginaria e questo genere di contesto emana sentimenti decisamente spiacevoli: fanatismo, isterismo, violenza e stupidità. Ci si sorprende a scoprire tra costoro degli scrittori d'indubbia bravura che, a parte ciò, appaiono del tutto assennati. Tutto questo viene chiamato religione. L'intera faccenda

manda un fetore terribile. Questo è l'incenso della religiosità. L'ho osservato ovunque. Questa ricerca d'illuminazione provoca una grande rovina e, sulla sua scia, la gente viene sacrificata. Ora, vorrei domandarle: esiste di fatto qualcosa come l'illuminazione, e se sì, di che si tratta?

Krishnamurti: Se è una fuga dalla vita quotidiana, vita quotidiana che è lo straordinario movimento del rapporto, allora questa cosiddetta realizzazione, questa cosiddetta illuminazione, o come volete chiamarla, è illusione e ipocrisia. Qualsiasi cosa neghi l'amore e la comprensione della vita e dell'azione è destinata a creare un notevole danno; distorce la mente, e la vita diventa un'orribile faccenda. Se dunque prendiamo ciò per assiomatico, allora, forse, possiamo proseguire a scoprire se l'illuminazione - quale che sia il suo significato - possa scoprirsi nell'atto stesso del vivere. Dopo tutto, il vivere è più importante di qualsiasi idea, ideale, meta o principio. È perché non vogliamo sapere che cosa sia vivere che ci inventiamo questi concetti visionari, irreali che offrono una scappatoia. La vera domanda è: si può trovare l'illuminazione nel vivere, nelle attività quotidiane della vita, oppure è soltanto riservata ai pochi dotati della capacità straordinaria di scoprire tale beatitudine? Illuminazione significa essere luce a se stessi, ma una luce che non è proiettata dal sé, che non è immaginata, che non consiste in qualche idiosincrasia personale. In fin dei conti, questo è sempre stato l'insegnamento della vera religione, quantunque non della credenza organizzata e della paura.

Replica: Lei dice insegnamento della vera religione! Ciò crea immediatamente lo schieramento dei professionisti e degli specialisti contro il resto del mondo. Vuole dire, allora, che la religione è separata dalla vita?

Krishnamurti: La religione non è separata dalla vita; al contrario, è la vita stessa. È questa divisione fra religione e vita che ha causato tutta la miseria di cui lei parla. Torniamo, così, alla domanda basilare: se sia possibile nell'esistenza quotidiana vivere in uno stato che, per adesso, chiamiamo illuminazione.

Replica: Non so ancora che cosa intende per illuminazione.

Krishnamurti: Uno stato di negazione. È la negazione l'azione più positiva, non l'asserzione positiva. Si tratta di una cosa la cui comprensione è molto importante. La maggior parte di noi accetta tranquillamente il dogma positivo, il credo positivo, perché vuole essere sicura, vuole appartenere, aderire, dipendere. L'atteggiamento positivo divide e determina la dualità. Comincia, allora, il conflitto fra questo atteggiamento e gli altri. Ma la negazione di tutti i valori, di ogni moralità, di ogni credenza, senza avere dei limiti, non può opporsi a nulla. Un'affermazione positiva, per definizione, separa, e la separazione è resistenza. Siamo abituati a ciò, è il nostro condizionamento. Rifiutare tutto questo non è immorale; rifiutare qualsiasi divisione e qualsiasi resistenza è, al contrario, la suprema moralità. Negare tutto quello che l'uomo ha inventato, negare tutti i suoi valori, le sue etiche e i suoi dèi, significa essere in uno stato mentale in cui non c'è dualità e, quindi, nessuna resistenza o conflitto tra gli opposti. In questo stato non ci sono opposti, ed esso non è l'opposto di qualcos'altro.

Replica: Allora come conosce ciò che è bene e ciò che è male? O forse non c'è nessun bene e nessun male? Che cosa mi tiene lontano dal crimine o addirittura dall'omicidio? Se non ho alcun riferimento, che cosa mi tiene lontano da Dio solo sa che genere di

aberrazione?

Krishnamurti: Rifiutare tutto ciò è rifiutare se stessi, l'entità condizionata che persegue senza tregua un bene condizionato. Alla maggior parte di noi la negazione appare come un vuoto, perché conosciamo l'attività solo nella prigione del nostro condizionamento, della nostra paura e della nostra miseria. Da tale condizione guardiamo la negazione e ce la immaginiamo come uno stato terribile di oblio o di vacuità. Per l'uomo che ha negato tutte le asserzioni della società, della religione, della cultura e della moralità, colui che è ancora nella prigione del conformismo sociale è un uomo afflitto. La negazione è lo stato d'illuminazione che opera in tutte le attività dell'uomo libero dal passato. È il passato, con la sua tradizione e la sua autorità, che va negato. La negazione è libertà ed è l'uomo libero che vive, ama e sa che cosa significa morire.

Replica: Questo è chiaro, ma non ha detto nulla a proposito di un qualche segno del trascendentale, del divino, o come voglia definirlo.

Krishnamurti: Tale segno può essere scoperto solo nella libertà, e qualsiasi affermazione al riguardo è la negazione della libertà; qualsiasi affermazione in proposito diventa una comunicazione verbale senza significato. È lì, ma non può essere trovato o sollecitato, mai e poi mai imprigionato in qualche sistema, né può cadere nell'imboscata di qualche abile stratagemma della mente. Non è nelle chiese, né nei templi, né nelle moschee. Non c'è un sentiero che conduca a esso, nessun guru, nessun sistema ne può rivelare la bellezza; la sua estasi giunge solo quando c'è amore. Questa è illuminazione.

Replica: Arreca qualche nuova comprensione della natura dell'universo, o della coscienza, o dell'esistenza? Tutti i testi religiosi abbondano di simili cose.

Krishnamurti: È come fare delle domande sull'altra sponda mentre si sta vivendo e soffrendo su questa. Quando ti trovi sull'altra sponda, sei tutto e niente e non poni mai domande del genere. Tali domande appartengono a questa sponda e non hanno il minimo significato. Cominci a vivere e sarà lì senza chiedere, senza cercare, privo di paura.

A colloquio con Krishnamurti di Carlo Baldrini

La scuola di Rishi Valley dista pochi chilometri da Madanapalle, una cittadina dell'Andhra Pradesh. È dicembre. Nel parco della scuola le azalee e le buganvillee sono fiorite. Ragazzi e ragazze frequentano le lezioni in aule spaziose, oppure all'aperto, sotto grandi alberi di baniano. La sera, da una collina, i più piccoli osservano il sole che tramonta. Sono venuto fin qui per incontrare Krishnamurti. Krishnamurti è un filosofo e un rivoluzionario. Dice che l'individuo deve essere completamente libero. Nega ogni autorità spirituale. Afferma che tutti i credo, tutti gli ideali altro non sono che tragiche illusioni. Paralizzano l'uomo e distorcono il suo rapporto con la natura e con gli altri esseri umani. Sono stati questi credo e questi ideali a creare conflitto nel mondo, L'uomo deve invece cercare la verità dentro di sé. Nessuna religione, nessun insegnamento, nessun testo sacro, nessun guru, possono aiutare a liberarlo. La stanza dove sto aspettando Krishnamurti è piccola e disadorna. Ci sono due sedie e due stuoie di bambù sul pavimento. Poco fa è entrata una giovane donna. Ha messo in un vaso dei fiori di campo. Poi è uscita in silenzio. Arriva «Krishnaji». Mi saluta con le mani giunte e un sorriso. Gli

chiedo: «Da sempre la storia dell'uomo è stata caratterizzata dalla guerra, dalla violenza, dalla sopraffazione. Come mettere fine a questi conflitti?» Finché esisteranno le nazioni ci saranno le guerre. Finché continueremo a dividerci in arabi ed ebrei, italiani e francesi, tedeschi e inglesi, hindú e musulmani, ci saranno le guerre. Dobbiamo guardare al mondo come a una cosa sola. E invece continuiamo a dividerci in tribù: geograficamente, linguisticamente, religiosamente. Bisogna mettere fine agli istinti tribali che ci dividono. «Lei critica il concetto di nonviolenza.» Gli esseri umani sono violenti e hanno inventato l'idea della nonviolenza. Sono violento e cerco di diventare nonviolento. Nell'inseguire questo ideale, e cioè nel tragitto che separa i due punti, continuo a essere violento. Ecco perché la nonviolenza è bella in teoria ma non funziona. Sono violento. Questo è il fatto, la realtà. Se rimango con quello che è, posso fare qualcosa per cambiarlo. Se invece inseguo l'ideale evito di affrontare la realtà. «Non c'è solo la violenza. Viviamo tutti in una società corrotta…» Tutti vorremmo che ci fosse ordine nella società. Ordine infatti significa assenza di corruzione, significa che ognuno è responsabile delle proprie azioni. Ma la "società" è un'astrazione. Di fatto non esiste. Quello che esiste sono i rapporti tra un essere umano e un altro essere umano. La società è il nostro specifico rapporto con un altro essere umano. Se questo rapporto si basa sull'odio, sulla gelosia, sullo sfruttamento, o se è motivato dall'ambizione, dalla brama, dall'invidia, inevitabilmente la società sarà quello che noi siamo. Non si tratta dunque di cominciare col mettere ordine nella società ma, al contrario, col cercare di mettere ordine dentro di sé. Dal disordine non si può avere l'ordine. «Esiste un limite tra libertà individuale e responsabilità collettiva?» Esiste davvero l'individuo? In ognuno di noi è racchiusa l'intera coscienza dell'umanità. Ognuno di noi è il mondo. Tutti gli uomini hanno in comune una medesima coscienza. Quando si capisce questo diventa impossibile uccidere un altro essere umano. «Che cosa ci unisce?» Ha mai riflettuto sul fatto che tutti gli esseri umani soffrono? Non importa dove essi vivono, in America, in Russia, in India, in Pakistan: tutti gli esseri umani soffrono. «Qual è la causa di questo dolore?» L'uomo, per milioni di anni, ha portato con sé un enorme carico di dolore. C'è il dolore del mondo, il dolore che viene dalle guerre, dal terrorismo. C'è il dolore causato dalla povertà, in un mondo in cui i ricchi diventano sempre più ricchi e i poveri sempre più poveri. C'è il dolore causato dall'ignoranza. Non l'ignoranza dei libri. L'ignoranza della propria mente. Quell'ignoranza che ci impedisce di agire correttamente, onestamente, secondo verità. C'è il dolore personale. Un uomo e una donna che perdono il proprio figlio: c'è l'agonia della solitudine, la disperazione per aver perso qualcosa su cui si aveva fatto affidamento. C'è il dolore del mancato successo, del non essere riusciti a salire nella scala sociale. C'è il dolore della bruttezza. C'è il dolore di ogni essere umano le cui azioni sembrano procurargli nient'altro che dolore. Non siamo mai stati liberi da questo dolore. Ce lo portiamo appresso fino alla morte. «Come mettere fine a questa sofferenza?» Quando soffriamo, dobbiamo affrontare la cosa, capirla, esplorarla fino in fondo. Solo alla fine di questo processo è possibile trovare la libertà. Libertà che non significa liberarsi dal dolore. Libertà significa porre fine al dolore. La maggior parte di noi è legata a qualcosa. Siamo legati alla famiglia, legati ai figli, legati a una posizione sociale raggiunta, legati a un'immagine che abbiamo di noi stessi. Il politico è attaccato al potere. L'idealista è attaccato ai propri ideali. Gli uomini di religione sono attaccati a

qualche dio che l'uomo stesso ha inventato. Qui, in India, gli uomini sono attaccati alla propria casta, al proprio turbante. Questo attaccamento porta inevitabilmente con sé la corruzione. Bisogna mettere fine, completamente, a questo attaccamento. Altrimenti il dolore è inevitabile. «L'ansia, la paura, affliggono l'uomo d'oggi…» C'è una paura naturale: quella provocata da un pericolo fisico che si vuole evitare. C'è poi la paura psicologica che esiste in tutti gli esseri umani. Il pensiero e il tempo ne sono le radici. Il tempo inteso come futuro. Il tempo come passato che condiziona il futuro. Il tempo come movimento da quello che è a quello che dovrebbe essere e che forse non sarà. C'è poi il pensiero. E il pensiero che ha creato miseria e conflitto nel mondo. Quello stesso pensiero che ha prodotto un grande sviluppo tecnologico…«Sviluppo tecnologico che significa mezzi di trasporto, chirurgia. Ma anche armi nucleari.» La conoscenza tecnologica è una cosa buona per l'uomo. Tanto più essa sarà sviluppata, tanto migliori saranno le sue condizioni di vita. Ma nel momento in cui l'io se ne serve, le cose cominciano ad andar male. È come un musicista che si serve del proprio pianoforte per diventare famoso. Quello che gli interessa è la notorietà, non la bellezza della musica in sé…«Stava parlando della paura…» La paura come entità astratta non esiste. Tutte le paure, anche le più inconsce, sono provocate dal pensiero. Tutte le paure possono essere ricondotte al timore della propria estinzione, al timore di non essere. Tutti sappiamo che l'esistenza è transitoria. Eppure, psicologicamente, desideriamo la continuità, la permanenza. L'origine della paura sta in questo nostro desiderio. Per essere liberi dalla paura dobbiamo analizzare questo desiderio di permanenza. «Si pone così il problema della morte…» Per capire la morte, non a parole ma concretamente, dobbiamo liberarci da tutti i credo, le nozioni, le congetture che abbiamo fatto finora. Qualsiasi sia l'idea che noi abbiamo della morte essa è stata dettata dalla paura. Per capire la morte dobbiamo cessare di chiederci che cosa ci sia dopo la morte. Se ci si chiede cosa c'è dopo la morte si rinuncia a capire che cosa è la morte. «Che cos'è la morte?» La morte fa parte del nostro vivere. Fa parte della nostra vita. Tutti moriremo. Questo lo sappiamo. Ma ci comportiamo come se essa non esistesse. Diciamo: "La morte è lì ma, mentre vivo, non ci voglio pensare". Eppure, quando la morte arriva, ci si deve lasciare tutto alle spalle. Allora io chiedo: è possibile, psicologicamente, vivere con la morte? La morte è la fine dell'io, la fine delle mie ambizioni, della mia brama, della mia violenza. Vivere con la morte significa vivere senza violenza, senza attaccamento. La morte e la vita non sono separate. Finire significa cominciare. «Per migliaia di anni l'uomo ha cercato rifugio nella religione…» Tutte le religioni, in quanto organizzate, sono state strutturate dal pensiero. Tutti i rituali, i paraphernalia che accompagnano le religioni (la messa, le preghiere) si basano sul pensiero. È stato il pensiero a mettere dentro le chiese, i templi, le moschee l'immagine di un Dio che poi l'uomo ha adorato. Questo è un aspetto del problema. C'è poi un autentico spirito religioso che può esistere solo quando non c'è la paura. Quando la religione non diventa un eccitamento emotivo, l'adorazione romantica di alcune immagini. «Le religioni, con il paradiso, hanno cercato di dare una risposta consolatoria al problema della morte. La stessa reincarnazione è intesa da molti, qui in India, come una continuazione dell'esistenza.» Mio figlio muore. Per una malattia, per un incidente. Lo vedo morire e piango. Piango per la mia solitudine, per il mio attaccamento. Poi cerco di

fuggire da questo dolore. La mia mente cerca un pò di conforto, una droga, la religione. È allora che mi dico: Lo rivedrò in una vita futura. Bella trovata. Si tratta chiaramente di un tentativo di fuga dalla sofferenza. Credere nella reincarnazione non ha nessun valore. E poi, tutte le teorie che parlano di una vita futura, nascono forse da una vera conoscenza della morte? O sono piuttosto delle semplici idee con cui cerchiamo di proteggere quell'esistenza frammentaria e piena di contraddizioni che è la nostra vita? «Ha detto che esiste un autentico spirito religioso…» Nelle religioni di oggi non c'è nessuno spazio per una vera comunione tra l'uomo e quello che c'è al di là della sua vita. Le chiese esistono solo all'interno di schemi prefissati dalla società. Un uomo veramente religioso è invece un uomo libero. Libero da tutte le paure. Libero dagli schemi creati dalle civiltà nel corso di migliaia di anni. Libero dal passato, personale e collettivo. La domanda se Dio esiste o meno non ha nessuna importanza. Quello che invece è importante è cercar di capire se la mente dell'uomo possa essere completamente libera. Libera da tutta la conoscenza e da tutta l'esperienza accumulate…«Lei parla di un cambiamento radicale…» Tutti ormai riconoscono che è necessario un cambiamento, una mutazione profonda. Un cambiamento non solo nelle idee ma nelle stesse cellule del cervello umano. In quelle cellule che contengono la memoria del passato, che sono cariche della conoscenza accumulata in due milioni e mezzo di anni. È possibile che le cellule del cervello umano possano dire, senza essere costrette, senza far ricorso a sostanze chimiche: Basta, è ora di cambiare? «Ha appena detto che non sono bastati due milioni e mezzo di anni per cambiare l'uomo. Quanto tempo ancora ci vorrà prima che il cervello umano possa cambiare?» Che cos'è il tempo? Il tempo è ora, in questo momento. L'Adesso è stato modellato dal passato. Il futuro è la modificazione del presente. Tutto il tempo è contenuto nel presente. Non esiste dunque un movimento verso qualcosa. Il movimento implica il tempo. Ma se non c'è un movimento, questo vuol dire che ciò che faccio adesso lo farò anche domani. Se sono avido, invidioso adesso lo sarò anche domani. È possibile mettere fine a questa avidità, a questa invidia, immediatamente? È possibile mutare radicalmente adesso? Due milioni e mezzo di anni fa eravamo dei barbari. Oggi lo siamo ancora. Vogliamo il potere, una posizione sociale, uccidiamo i nostri simili, siamo invidiosi, e così via. Mi dico: se non cambio adesso, domani sarà la stessa cosa. E sarà così per altri mille domani. Allora, è possibile, per me, cambiare completamente adesso? Io dico di sì. È possibile. «Come?» No, non come. Nel momento in cui ci si chiede come, si entra in un processo che implica il tempo. Così non si può ottenere nessun cambiamento. Noi siamo quello che siamo adesso. La conoscenza, le preghiere, i mantra, la disciplina, non servono a niente. Così non si può cambiare. Proviamo allora a porre il problema in un altro modo. Supponiamo di essere venuti a conoscenza del fatto di dover morire. I medici mi hanno diagnosticato una malattia incurabile. Ho solo due mesi di vita. Ma se tutto il tempo è adesso, la mia morte avviene adesso. La morte dice: "Non puoi portare niente con te. La tua conoscenza, il tuo Dio, i tuoi libri, tua moglie, i tuoi figli, i tuoi soldi, il tuo carattere, le tue vanità, tutto quello che hai accumulato". Allora mi chiedo: è possibile, da subito, vivere senza attaccamento? Perché rimandare tutto a quando si è sul letto di morte? Bisogna essere completamente liberi da ogni attaccamento adesso. Questo è il cambiamento. «La meditazione può servire a questo cambiamento?» È possibile fare a

meno di qualsiasi stampella, di qualsiasi punto di riferimento, di qualsiasi àncora di salvezza? La conoscenza e la fede non hanno nessuna importanza. Io credo che sia assolutamente necessario non dare nessun valore alle cose. Solo così la mente può trovarsi fuori dal tempo. Può trovarsi in uno stato di profonda meditazione dove non c'è più nessun risultato da ottenere. Dove non c'è più niente. Uno stato in cui chi medita non è la base, il fondamento di tutte le cose. «Una meditazione senza il meditante?» Fino a quando cerco di meditare non ci può essere nessuna meditazione. Mi riferisco invece a uno stato in cui c'è solo un cervello, una mente in meditazione. Questa è la base. L'universo è in uno stato di meditazione. Questa è l'origine di tutte le cose. Questo è possibile solo quando chi medita non esiste. È allora che c'è la completa libertà dal dolore. Si entra in uno stato di meditazione solo con il completo annullamento dell'io. «Ma è possibile questo tipo di meditazione?» È possibile per il cervello, per un essere umano, essere completamente libero? Il meditatore medita per ottenere qualcosa. Per mettere ordine nella propria vita. Se invece ci si libera dal meditatore, la meditazione diventa la meditazione dell'universo. A quel punto la domanda se Dio esiste o meno non si pone più. «Mettere fine al pensiero significa anche rinunciare ad agire?» Il pensiero non è mai integro, unitario. È sempre frantumato, parziale. Si muove in cerchi concentrici. È incapace di percepire l'unità e, da quell'unità, agire. Il nostro cervello è una rete di parole. La parola è il simbolo, la memoria, il pensiero. Che cosa avviene quando osserviamo senza il pensiero? C'è un vedere nuovo. Un ascoltare e un imparare senza la conoscenza. Così facendo si cancella l'io, perché l'io è conoscenza. A quel punto si entra in contatto con un'enorme energia. Un'energia che non è creata dal pensiero. Quell'energia è compassione, è amore. Quell'energia è intelligenza. Un'intelligenza che non è né mia né di nessun altro. E quell'intelligenza agisce.