

## La pienezza della vita (Jiddu Krishnamurti)

### **L'immotivata passione di capire**

Ci si chiede perché gli esseri umani di tutto il mondo mancano di passione. Bramano il potere, uno status, varie forme di intrattenimento, sia sessuale che religioso, e altri tipi di desideri lascivi. Però sembra che solo pochi abbiano la profonda passione di darsi alla comprensione dell'intero processo del vivere senza dedicare tutta la propria energia ad attività frammentarie. Il direttore di banca è molto interessato ai suoi affari e l'artista e lo scienziato si abbandonano ai loro interessi particolari, ma pare che avere una passione intensa e duratura per la comprensione della vita nella sua pienezza sia una delle cose più difficili.

Entrando nel tema di cosa sia la completa comprensione della vita, dell'amore e della morte, avremo bisogno non solo di capacità intellettuali e sentimenti intensi ma di molto di più, e cioè della grande energia che soltanto la passione può dare. Avendo questo problema enorme, complesso, sottile e molto profondo, dobbiamo dare la nostra completa attenzione – che dopotutto è passione – al cercare di scoprire personalmente se esista un modo di vivere completamente diverso da quello che stiamo adottando ora. Per capirlo dobbiamo approfondire diverse questioni, dobbiamo indagare il processo della coscienza esaminando sia la superficie che i livelli più profondi della nostra mente e dobbiamo guardare anche la natura dell'ordine, non solo di quello esterno, sociale, ma anche di quello interiore.

Bisogna scoprire il senso della vita non attribuendole semplicemente un significato intellettuale, ma chiedendoci cosa significa davvero vivere. Dobbiamo anche entrare nella questione di cosa sia l'amore e cosa sia la morte. Tutto questo deve essere esaminato a livello conscio e nei recessi più profondi e nascosti della mente. Bisogna chiedersi cosa sia l'ordine, cosa significhi veramente vivere e se si possa vivere una vita piena, satura di affetto, compassione, tenerezza e amore. Bisogna scoprire da soli anche il senso di quella cosa straordinaria chiamata morte.

Questi non sono frammenti ma il movimento completo, la pienezza della vita. Non riusciremo a capirlo se separiamo il vivere, l'amare e il morire. È tutto un unico movimento. Per capire questo processo completo ci deve essere energia, non soltanto energia intellettuale ma l'energia di un sentire intenso, che implica una passione senza movente che possa ardere costantemente all'interno. E poiché le nostre menti sono frammentate, è necessario approfondire il tema del conscio e dell'inconscio perché lì iniziano tutte le divisioni: l'"io" e il "non io", il "tu" e l'"io", il "noi" e il "loro". Fino a quando ci sarà questa separazione – tra nazioni, in famiglia, tra religioni con i loro possedimenti ben separati – inevitabilmente ci saranno divisioni nella vita. Ci sarà il vivere la vita quotidiana con la sua noia e la sua routine e quella cosa che chiamiamo amore, amore condizionato dalla gelosia, dalla possessività, dalla dipendenza e dalla dominazione; ci sarà la paura e ci sarà l'inevitabilità della morte. Siamo in grado di entrare in questo tema seriamente, non soltanto teoricamente, verbalmente, ma con un'indagine vera, guardando dentro noi stessi e chiedendoci perché c'è questa divisione che genera tanta infelicità, tanta confusione e tanto conflitto?

Possiamo vedere chiaramente dentro di noi l'attività della mente superficiale, con le sue preoccupazioni per il sostentamento, e la sua conoscenza tecnica, scientifica e acquisitiva. Possiamo vedere la nostra competitività in ufficio, possiamo vedere le operazioni superficiali della nostra mente. Ma ci sono parti nascoste che non sono state ancora esplorate perché non sappiamo come farlo. Se vogliamo farle emergere alla luce della chiarezza e della comprensione, leggiamo dei libri che ci parlano di esse oppure andiamo da un analista o da un filosofo. Ma non sappiamo come fare a guardare le cose da soli. Anche se possiamo essere capaci di osservare l'attività esteriore, superficiale

della mente, sembriamo incapaci di guardare dentro la profonda caverna nascosta in cui si trova tutto il passato. La mente conscia, con le sue esigenze e asserzioni positive, può guardare nei livelli più profondi del suo essere? Non so se avete provato a farlo, ma se siete stati sufficientemente insistenti e seri, forse avete scovato per conto vostro il grande contenuto del passato, l'eredità genetica, le imposizioni religiose, le divisioni: tutte queste cose sono nascoste là. L'occasionale espressione di un'opinione sgorga da quell'accumulo passato, che è essenzialmente basato sulla conoscenza e sull'esperienza passate, con le loro diverse deduzioni e opinioni. La mente può guardare in tutto ciò, comprenderlo e andare oltre in modo che non esista nessuna divisione?

Questo è importante perché siamo molto condizionati a guardare la vita in modo frammentario. E fino a quando questa frammentazione continuerà, ci sarà l'esigenza di compimento, il desiderio di fare, raggiungere, competere, essere ambiziosi. È questa frammentazione della vita che ci rende sia individualisti che comunitari, egocentrici ma bisognosi di identificarci con qualcosa di più grande pur restando separati. Questa profonda divisione nella coscienza, in tutta la struttura e la natura del nostro essere, crea una divisione nelle nostre attività, nei nostri pensieri e nei nostri sentimenti. È così che dividiamo la vita e ciò che chiamiamo amare e morire.

È possibile osservare il movimento del passato, che è l'inconscio? (Sempre che si possa usare la parola "inconscio" senza darle un significato particolarmente psicoanalitico.) L'inconscio profondo è il passato e noi agiamo a partire da esso. Quindi c'è una divisione tra passato, presente e futuro che è il tempo.

Tutto questo può sembrare complicato ma non lo è. In realtà è piuttosto semplice se riusciamo a guardare in noi stessi, a osservarci in azione, a osservare il funzionamento delle nostre opinioni, dei nostri pensieri e delle nostre deduzioni. Quando vi osservate criticamente, potete vedere che le vostre azioni sono basate su una deduzione passata, una formula o uno schema che si proietta nel futuro come un ideale e che agite in base a tale ideale. Quindi il passato è sempre in funzione con le sue ragioni, le sue deduzioni e le sue formule. La mente e il cuore sono pesantemente oppressi da ricordi che danno forma alla nostra vita generando frammentazione.

Ci si deve porre la domanda se la mente conscia possa vedere nell'inconscio tanto da comprendere tutto il suo contenuto, che è il passato. Questo richiede una capacità critica – ma non un ostinato criticismo – per potersi guardare. Se si è realmente svegli, allora questa divisione nella pienezza della coscienza finisce. Quello stato risvegliato è possibile solo quando c'è questa critica consapevole di sé esente da ogni giudizio.

Osservare significa essere critici, non usare il criticismo basato su valutazioni e opinioni, ma essere criticamente vigili. Ma se questo criticismo è personale, vincolato alla paura o a qualche forma di pregiudizio, cessa di essere veramente critico e diventa semplicemente frammentario.

Ciò di cui ci occupiamo ora è la comprensione del processo completo, della pienezza del vivere, non di un particolare frammento. Non ci stiamo chiedendo cosa fare rispetto a un particolare problema, a un'attività sociale indipendente dall'intero processo del vivere. Stiamo cercando di scoprire cosa è contenuto nella comprensione della realtà e se tale realtà, tale immensità, tale eternità esista. È di questa percezione completa, totale, non frammentaria, che ci stiamo occupando. Questa comprensione di tutto il movimento della vita come singola attività unitaria è possibile soltanto quando in tutta la nostra coscienza terminano i concetti, i principi, le idee e le divisioni come quella tra l'"io" e il "non io". Se questo è chiaro – e spero che lo sia – allora possiamo proseguire per scoprire cosa sia il vivere.

Consideriamo il vivere un'azione positiva: fare, pensare, affaccendarsi continuamente, i conflitti, le paure, il dolore, la colpa, l'ambizione, la competizione, l'inseguimento del piacere con il suo dolore, il desiderio di successo. Tutto questo è ciò che chiamiamo vivere. È la nostra vita, con le sue gioie occasionali, i suoi momenti di compassione senza alcun motivo e di generosità senza secondi fini. Ci sono rari momenti di estasi, di una beatitudine che non ha passato o futuro. Ma il lavoro, la rabbia, l'odio, il disprezzo, l'ostilità sono ciò che chiamiamo vita quotidiana e la consideriamo estremamente positiva.

La negazione del positivo è l'unica vera positività. Rinnegare questo cosiddetto vivere, che è brutto, senza riconoscimento dell'altro, solitario, spaventoso, brutale e violento, è l'azione più positiva. Stiamo comunicando? Sapete, rinnegare completamente la moralità convenzionale è essere altamente morali perché ciò che chiamiamo moralità sociale, la morale della rispettabilità, è completamente immorale. Siamo competitivi, avidi, invidiosi, andiamo per la nostra strada: sapete bene come ci comportiamo. E questa la chiamiamo moralità sociale; le persone religiose parlano di un genere diverso di moralità ma la loro vita, tutta la loro attitudine, la struttura gerarchica dell'organizzazione e della fede religiosa sono immorali. Negare tutto questo non è reagire, perché reagire è un'altra forma di dissenso attraverso la propria resistenza. Ma quando neghiamo perché comprendiamo, quella è la più alta forma di moralità.

Allo stesso modo, rinnegare la moralità sociale, rinnegare il modo in cui viviamo – le nostre piccole e stupide vite, il nostro squallido pensare ed esistere, la soddisfazione che proviamo a un livello superficiale per le cose accumulate – rinnegare tutto ciò, non come reazione ma vedendo la totale stupidità e la natura distruttiva di questo modo di vivere, rinnegare tutto ciò è vivere. Vedere il falso come falso è vedere la verità.

E poi: cos'è l'amore? L'amore è piacere? L'amore è desiderio? L'amore è attaccamento, dipendenza, possesso della persona che amate e dominate? È amore dire: "Questo è mio e non tuo, la mia proprietà, i miei diritti sessuali, in cui ci sono gelosia, odio, rabbia e violenza"? E ancora: l'amore è stato diviso tra sacro e profano come parte del condizionamento religioso: tutto questo è amore? È possibile amare ed essere ambiziosi? Può esserci amore quando c'è competizione e aspirazione al successo?

Negare tutto questo, non solo intellettualmente o verbalmente, ma spazzarlo via dall'essere per non sperimentare più gelosia, invidia, competizione o ambizione, negare tutto questo è sicuramente amore. Questi due modi di agire non possono mai andare insieme. L'uomo che è geloso o la donna che è dominante non sanno cosa significhi l'amore, possono parlarne, possono dormire insieme, possedersi, dipendere l'uno dall'altro per il benessere, la sicurezza o per paura della solitudine, ma sicuramente tutto questo non è amore. Se la gente che dice di amare i propri figli lo facesse davvero, esisterebbe la guerra? Esisterebbe la divisione tra nazionalità? Esisterebbero queste separazioni? Ciò che chiamiamo amore è tortura, disperazione, senso di colpa. Questo amore è generalmente identificato con il piacere sessuale. Non siamo puritani o moralisti, non stiamo dicendo che non deve esistere il piacere. Quando guardate una nuvola, il cielo o un bel viso, c'è grande piacere. Quando guardate un fiore c'è bellezza, non stiamo negando la bellezza. La bellezza non è il piacere del pensiero, è il pensiero che dà il piacere alla bellezza.

Allo stesso modo, quando amiamo e c'è sesso, il pensiero gli dà il piacere, offre l'immagine di ciò che è stato sperimentato e la sua ripetizione domani. In questa ripetizione c'è un piacere che non è bellezza. La bellezza, la tenerezza e il significato generale dell'amore non escludono il sesso. Ma in quest'epoca in cui tutto è permesso, il mondo sembra avere scoperto all'improvviso il sesso che è diventato straordinariamente importante. Probabilmente questa è l'unica fuga, l'unica libertà che l'uomo ha oggi; in tutto il resto è maltrattato, tormentato, violentato emotivamente e intellettualmente, egli è in ogni senso uno schiavo, è distrutto e l'unico momento in cui può essere libero è

nell'esperienza sessuale. In quella libertà trova una certa gioia e vuole riviverla. Se guardiamo tutto questo, dov'è l'amore? Solo una mente e un cuore che sono pieni d'amore possono vedere tutto il movimento della vita. Allora un uomo che possiede un tale amore è morale e buono qualsiasi cosa faccia, e ciò che fa è bello.

E come interviene l'ordine in tutto questo, sapendo che la nostra vita è così confusa e disordinata? Tutti vogliamo ordine, non solo in casa, dove mettiamo le cose al loro posto, ma anche esternamente, nella società, dove c'è un'enorme ingiustizia. Vogliamo ordine anche interiormente, ci deve essere ordine, razionale e profondo. E questo ordine può essere generato conformandoci a un modello che consideriamo strutturato? Ma allora dovremmo confrontare il modello con la realtà e ci sarebbe un conflitto. E questo stesso conflitto non è forse disordine e quindi non è virtù? Quando una mente lotta per essere virtuosa, morale, etica, essa fa resistenza e proprio in quel conflitto c'è disordine. Quindi la virtù è l'essenza dell'ordine, anche se nel mondo moderno non ci piace usare questa parola. Quella virtù non è generata attraverso il conflitto del pensiero ma arriva soltanto quando vedete il disordine criticamente, con l'intelligenza risvegliata e comprendendo voi stessi. Allora c'è un ordine completo nella forma più alta, che è virtù. E questo può arrivare soltanto quando c'è amore.

Poi c'è il tema della morte, che abbiamo prudentemente allontanato da noi come qualcosa che accadrà nel futuro, che può essere tra cinquant'anni o domani. Abbiamo paura di arrivare alla fine, arrivarci fisicamente e venire separati dalle cose che possediamo, le cose per cui abbiamo lavorato, ciò che abbiamo vissuto: la moglie, il marito, la casa, i mobili, il giardino, i libri e le poesie che abbiamo scritto o sperato di scrivere. E abbiamo paura di abbandonare tutto questo perché noi *siamo* quelle cose, siamo i mobili, siamo i quadri che abbiamo. Quando siamo capaci di suonare il violino, noi siamo il violino. Poiché ci siamo identificati con quelle cose, siamo tutto ciò e nient'altro. Avete mai guardato la realtà in questo modo? Voi siete la casa, con le persiane, la camera da letto, i mobili che possedete e che per anni avete tenuto scrupolosamente puliti. Questo è ciò che siete. Se togliete tutto ciò, non siete nulla.

E questo è ciò di cui avete paura, di non essere nulla. Non è strano passare quarant'anni andando in ufficio, smettere di lavorare, avere un attacco di cuore e morire? Voi siete l'ufficio, gli schedari, il direttore, l'impiegato o qualunque sia la posizione ricoperta; siete quello e nient'altro. E avete un sacco di idee su Dio, la divinità, la verità e come dovrebbe essere la società: questo è tutto. In ciò c'è dolore. Rendersi conto di essere questo è un grande dolore, ma il dolore più grande è non rendersene conto. Morire è accorgersene e scoprire cosa significa.

La morte è inevitabile, tutti gli organismi devono giungere alla fine. Ma abbiamo paura di lasciare il passato. Noi siamo il passato, siamo il tempo, il dolore, la disperazione con occasionali percezioni della bellezza, un fiorire di bontà o di profonda tenerezza come qualcosa di passeggero, non duraturo. E avendo paura della morte diciamo: "Tornerò a vivere?", che vuol dire continuare la battaglia, il conflitto, l'infelicità, il possesso delle cose, l'esperienza accumulata. Tutto l'Oriente crede nella reincarnazione. Vorreste vedere reincarnato ciò che siete, ma siete tutto questo disordine, questa confusione, questo caos. Inoltre la reincarnazione implica che rinasciamo in un'altra vita, quindi è importante ciò che fate oggi, adesso, non come vivrete quando nascerete nella prossima vita, sempre che esista. Ciò che importa, se rinascete, è come vivete oggi perché è l'oggi che pianta il seme della bellezza o il seme del dolore. Ma coloro che credono ferventemente nella reincarnazione non sanno come comportarsi; se si occupassero del loro comportamento non si occuperebbero del domani, perché la virtù sta nell'attenzione di oggi.

Morire fa parte del vivere. Non potete amare senza morire, morire a tutto ciò che non è amore, morire a tutti gli ideali che sono proiezioni delle vostre esigenze, morire a tutto il passato, all'esperienza, per sapere cosa significa l'amore e quindi cosa significa vivere. Allora vivere, amare e morire sono la

stessa cosa, che consiste nel vivere pienamente, completamente, adesso. Così c'è un'azione che non è contraddittoria, c'è il vivere, l'amare e il morire in cui c'è l'azione. Quell'azione è ordine. E se viviamo in questo modo – e dobbiamo farlo non in momenti occasionali ma ogni giorno, in ogni istante – allora avremo un ordine sociale, ci sarà unità nell'uomo e i governi non saranno gestiti dai politici con le loro ambizioni personali e i loro condizionamenti ma dai computer. Pertanto vivere è amare e morire.

**Visitatore:** *È possibile essere istantaneamente liberi e vivere senza conflitti oppure richiede tempo?*

**Krishnamurti:** È possibile vivere subito senza il passato oppure per liberarsene ci vuole tempo? E se liberarsi dal passato richiede tempo, ciò impedisce di vivere subito? Questo è il problema. Il passato è come una caverna nascosta, come una cantina dove lei tiene il suo vino, se ce l'ha. Ci vuole tempo per liberarsene? Cosa implica il prendere tempo, che è ciò a cui siamo abituati? Mi dico: “Ci vuole tempo, la virtù va acquisita, va praticata giorno per giorno. Mi libererò del mio odio e della mia violenza gradualmente, lentamente”. Questo è ciò a cui siamo abituati, questo è il nostro condizionamento. E quindi ci chiediamo se sia possibile buttare via il passato gradualmente, con il tempo. Cioè, poiché sono violento mi dico: “Me ne libererò gradualmente”. Cosa vuol dire “gradualmente, passo dopo passo”? Che nel frattempo continuo a essere violento. L'idea di liberarsi della violenza gradualmente è una forma di ipocrisia. Ovviamente, se sono violento non posso liberarmene gradualmente, devo porvi fine all'istante. Posso porre fine subito alle realtà psicologiche? Non posso farlo se accetto l'idea di liberarmi gradualmente dal passato. Ma ciò che conta è vedere la realtà come è adesso, senza nessuna distorsione. Se sono geloso e invidioso, devo rendermene conto completamente con un'osservazione non parziale ma totale. Osservo la mia gelosia: perché sono geloso? Perché sono solo, la persona da cui dipendevo mi ha lasciato e all'improvviso sono di fronte al mio vuoto, al mio isolamento e ne ho paura; quindi dipendo da te. E se te ne vai mi arrabbio e divento geloso. La realtà è che sono solo, ho bisogno di compagnia, ho bisogno di qualcuno non soltanto che cucini per me, mi conforti, mi dia piacere sessuale e tutto il resto, ma principalmente perché sono solo. Ed è per questo che sono geloso. Sono in grado di capire questa solitudine all'istante? Posso capirla solo se la osservo, se non la sfuggo, se riesco a guardarla, a osservarla criticamente, con intelligenza risvegliata, senza cercare scuse, senza cercare di riempire il vuoto o di trovare nuova compagnia. Per farlo ci vuole libertà, e se c'è libertà di osservazione sono libero dalla gelosia. Quindi la percezione, la completa osservazione della gelosia e la liberazione da essa non dipendono dal tempo ma dal dare una completa attenzione, una consapevolezza critica, dall'osservare tutto istantaneamente mentre sorge, senza fare scelte. Allora c'è libertà da ciò che chiamiamo gelosia, non nel futuro ma adesso.

Questo è valido anche per la violenza, la rabbia, o qualsiasi altra inclinazione: il fumo, l'alcool, il sesso. Se le osserviamo con attenzione, con tutto il nostro cuore e la nostra mente, diventiamo consapevoli con intelligenza di tutto il loro contenuto; allora c'è libertà. Una volta che questa consapevolezza sia in funzione, qualsiasi cosa sorga – rabbia, gelosia, violenza, brutalità, doppi sensi, ostilità – può essere osservata istantaneamente, completamente. In questo c'è libertà e la cosa che era presente cessa di esistere. Quindi il passato non deve essere spazzato via con il tempo. Il tempo non è la via verso la libertà. Questa idea di gradualità non è forse una forma di indolenza, di incapacità di affrontare il passato istantaneamente quando sorge? Quando avete questa incredibile capacità di osservare chiaramente come sorge e osservate con tutta la vostra mente e tutto il vostro cuore, allora il passato cessa di esistere.

Quindi il tempo e il pensiero non fanno cessare il passato perché essi sono il passato.

**Visitatore:** *Il pensiero è un movimento della mente? La consapevolezza è lo scopo della mente ferma?*

**Krishnamurti:** Come abbiamo detto l'altro giorno, il pensiero è responsabile della memoria come un computer che lei ha alimentato con ogni genere di informazioni. E quando fa la domanda, ciò che è stato immagazzinato nel computer le risponde. Allo stesso modo, la mente, il cervello, è il magazzino del passato, che è la memoria, e quando viene sollecitata risponde con dei pensieri secondo la sua conoscenza, la sua esperienza, il suo condizionamento, eccetera. Quindi il pensiero è il movimento, o parte del movimento, della mente e del cervello. Lei desidera sapere se la consapevolezza sia l'immobilità della mente. Può osservare qualcosa – un albero, sua moglie, un vicino, un politico, un prete, un bel viso – senza nessun movimento della mente? Le immagini di sua moglie o del suo vicino, la conoscenza della nuvola o del piacere, tutto questo interferisce, non è così? Perciò quando c'è l'interferenza di un'immagine di qualsiasi genere, sottile o evidente, non c'è osservazione, non c'è consapevolezza reale, totale, c'è solo una consapevolezza parziale. Per osservare con chiarezza bisogna che nessuna immagine si interponga tra l'osservatore e la cosa osservata. Quando guarda un albero, riesce a vederlo senza la conoscenza botanica di quell'albero o senza la conoscenza del suo piacere o del suo desiderio rispetto a quell'albero? Può guardarlo così pienamente che lo spazio tra lei – l'osservatore – e la cosa osservata sparisca? Questo non significa che lei diventa l'albero! Ma quando lo spazio sparisce, l'osservatore cessa di esistere e rimane solo la cosa osservata. In quell'osservazione c'è percezione, c'è il vedere la cosa con straordinaria vitalità, i suoi colori, la sua forma, la bellezza delle foglie e del tronco; quando non è il centro dell'"io" che sta osservando, lei è intimamente in contatto con ciò che osserva.

Quando c'è una sollecitazione a cui il pensiero deve dare una risposta, c'è un movimento del pensiero, che è parte del cervello e della mente. Ma per scoprire qualcosa di nuovo, qualcosa che non è mai stato osservato, ci deve essere questa intensa attenzione senza alcun movimento. Questo non è qualcosa di occulto o misterioso che deve essere praticato per anni e anni; questa è una totale assurdità. È una cosa che accade quando, tra due pensieri, lei osserva.

Sa come ha fatto l'uomo a scoprire il motore a reazione? Come è accaduto? Sapeva tutto ciò che c'era da sapere sul motore a combustione e stava cercando qualche altro metodo. Per guardare bisogna essere silenziosi: se porta con sé tutta la sua conoscenza sul motore a combustione, troverà solo ciò che ha appreso. Ciò che già sa deve rimanere dormiente, zitto, allora scoprirà qualcosa di nuovo. Allo stesso modo, per vedere la moglie, il marito, l'albero, il vicino, l'intera struttura sociale che è disordine, deve trovare in silenzio un nuovo modo di guardare e quindi un nuovo modo di vivere e di agire.

**Visitatore:** *Come possiamo trovare la forza per vivere senza teorie e ideali?*

**Krishnamurti:** Come ha fatto ad avere la forza per vivere *con* essi? Come ha fatto ad avere questa straordinaria energia per vivere con formule, ideali e teorie? Lei sta vivendo con queste formule: come fa ad avere l'energia per farlo? Questa energia viene dissipata nel conflitto. L'ideale è là e lei è qui che sta cercando di vivere secondo l'ideale. Quindi c'è una divisione, un conflitto che è uno spreco di energia. E quando vede lo spreco di energia, quando vede quanto è assurdo avere ideali, formule, concetti che fanno sorgere questo continuo conflitto, quando lei vede questo, allora ha l'energia per vivere senza. Quindi ha energia in abbondanza perché non c'è nessuno spreco con il conflitto. Ma vede, a causa dei nostri condizionamenti noi abbiamo paura di vivere in questo modo. E accettiamo questa struttura di formule e ideali come hanno fatto altri. Viviamo con essa, accettiamo il conflitto come un modo di vivere. Ma quando ci accorgiamo di tutto questo, non verbalmente, teoricamente, intellettualmente, ma sentiamo con tutto il nostro essere l'assurdità del vivere in questo modo, allora abbiamo abbondanza di energia che si manifesta quando non c'è alcun conflitto. C'è solo la realtà e nient'altro. C'è la realtà che lei è avido, possessivo, dominante, non c'è l'ideale secondo il quale lei non dovrebbe esserlo, che è uno spreco di energia. Quella è l'unica realtà e quando presta totale attenzione a questo fatto, allora lei ha l'energia per dissiparlo e può vivere liberamente, senza nessun

ideale, senza nessun principio, senza nessuna credenza. E questo è amare e morire a tutto ciò che appartiene al passato.

Amsterdam, 11 maggio 1969