

## La rivoluzione interiore (Jiddu Krishnamurti)

"Il cambiamento nella società è di secondaria importanza; esso avverrà naturalmente, inevitabilmente, quando voi, come esseri umani, produrrete questo cambiamento in voi stessi"

Consideravamo la straordinaria complessità della vita di ogni giorno, la lotta, il conflitto, la miseria e la confusione in cui siamo calati. Finché non si comprende realmente la natura e la struttura di questa complessità, come si è presi in questa trappola, non c'è libertà, né la libertà di investigare, né la libertà che accompagna la grande gioia in cui c'è il totale abbandono di sé. Tale libertà non è possibile, se c'è la paura, in qualunque forma, superficialmente o nei profondi recessi della mente. Abbiamo fatto notare il rapporto fra paura, piacere e desiderio. Per capire la paura dobbiamo anche capire la natura del piacere. Stamattina parleremo del centro da cui muovono la nostra vita e le nostre attività, e se sia del tutto possibile cambiare quel centro. Perché il cambiamento, una trasformazione, una rivoluzione interiore, è ovviamente necessario. Per realizzare tale trasformazione dobbiamo esaminare da vicino che cosa sia la nostra vita, non fuggire da essa, non abbandonarci a credenze e asserzioni teoriche, ma osservare da vicino che cosa sia realmente la nostra vita, e vedere se sia possibile trasformarla completamente. Nel trasformarla trasformerete la natura e la cultura della società. Il cambiamento nella società è necessario, perché ci sono tanti mali e tante ingiustizie sociali, c'è una spaventosa parodia di culto e così via. Ma il cambiamento nella società è di secondaria importanza; esso avverrà naturalmente, inevitabilmente, quando voi, come esseri umani in rapporto con altri esseri umani, produrrete questo cambiamento in voi stessi. Stamattina considereremo tre cose essenziali: che cos'è la vita - la vita che conduciamo ogni giorno? Che cos'è la compassione, l'amore? E la terza: che cos'è la morte? Queste cose sono in stretto rapporto fra loro: nel capirne una capiremo le altre due. Come abbiamo visto, non potete prendere frammenti della vita, scegliere una parte della vita che vi sembri degna o che vi affascini o che la vostra tendenza esiga. O prendete la totalità della vita - in cui sono coinvolti la morte, l'amore e il vivere - o ne prendete semplicemente un frammento che potrebbe sembrarvi soddisfacente, ma che inevitabilmente sarà causa di maggiore confusione. Così, dobbiamo prenderla nella sua totalità e nel considerare che cosa sia vivere dobbiamo tener presente che discutiamo una cosa intera, sana e santa. Nella vita quotidiana dei rapporti si osserva che c'è conflitto, dolore e sofferenza; c'è costante dipendenza da altri, il che comporta autocommiserazione e confronto; ecco ciò che chiamiamo vita. Lasciate che io mi ripeta ancora: non siamo interessati a nessuna teoria, non andiamo propagandando nessuna ideologia - ovviamente le ideologie non hanno nessun valore; anzi, sono causa di maggiore confusione, maggiore conflitto. Non indulgiamo all'opinione, alla valutazione, né alla condanna. Siamo unicamente interessati all'osservazione di ciò che accade realmente, per vedere se possa essere trasformato. Si può vedere molto chiaramente nella propria vita di ogni giorno quanto essa sia contraddittoria e confusa; la vita, come la si vive oggi, è assolutamente insignificante. Un significato si può sempre inventarlo; gli intellettuali inventano un significato e la gente segue quel significato - che può essere un'intelligentissima filosofia, ma è prodotto dal nulla. Mentre invece, se si è solo interessati a 'ciò che è' senza inventare significati o scappatoie, o senza indulgere a teorie o ideologie, se si è formidabilmente consci, allora la propria mente è capace di affrontare 'ciò che è'. Teorie e credenze non cambiano la vita - l'uomo le ha avute per migliaia di anni e non è cambiato; gli hanno, forse, dato un lustro superficiale; è, forse, meno selvaggio, ma è ancora brutale violento, capriccioso, incapace di essere serio. Noi viviamo una vita di grande dolore dal momento in cui nasciamo fino all'ora della nostra morte. Questo è un fatto. Non ci sono teorie speculative su quel fatto tali da modificarlo. Ciò che modifica 'ciò che è', è la capacità, l'energia, l'intensità, la passione con cui si guarda quel fatto. E non si può avere passione e intensità, se la mente corre dietro a qualche illusione, a qualche ideologia

speculativa. Esamineremo attentamente qualcosa di piuttosto complesso per cui ci sarà bisogno di tutta la vostra energia, di tutta la vostra attenzione, non solo mentre siete qui in questa sala, ma anche per tutta la vita, se siete veramente seri. Ciò a cui siamo interessati è il cambiamento di ciò che è il dolore, il conflitto, la violenza, la dipendenza da altri - non la dipendenza dal droghiere, dal dottore, o dal postino, ma la dipendenza nel nostro rapporto con altri, tanto psicologicamente quanto psicosomaticamente. Questa dipendenza da altri genera inevitabilmente la paura: finché dipendo da te per sostenermi emotivamente, psicologicamente o spiritualmente, sono il tuo schiavo e quindi c'è paura. Questo è un fatto. Gli esseri umani dipendono per lo più da altri e in questa dipendenza c'è l'autocommiserazione che nasce dal confronto. Così, dove c'è dipendenza psicologica da un altro - vostra moglie o vostro marito - ci sono necessariamente non solo la paura e il piacere, ma anche il dolore, che l'accompagnano. Spero che questo lo stiate osservando in voi stessi e che non stiate semplicemente ascoltando chi vi parla. Voi sapete, ci sono due modi di ascoltare: ascoltare casualmente, udire una serie di idee, consentendo o dissentendo da esse; o c'è un altro modo di ascoltare, che non è solo ascoltare le parole e il significato di quelle parole ma anche ascoltare ciò che avviene realmente in voi stessi. Se ascoltate in questo modo, allora ciò che l'oratore dice è in rapporto con ciò che state ascoltando in voi stessi; allora non state semplicemente ascoltando chi vi parla - cosa del tutto irrilevante - ma l'intero contenuto del vostro essere. E, se ascoltate in quel modo con intensità, al tempo stesso e allo stesso livello, allora entrambi condividiamo, partecipiamo insieme a ciò che realmente sta accadendo. Allora avete quella passione che trasformerà 'ciò che è'. Ma se non ascoltate in quel modo, con tutta la vostra mente, con tutto il vostro cuore, allora un incontro come questo nostro diventa assolutamente insignificante. Nel capire 'ciò che è', l'effettiva, terribile vita che si conduce, ci si accorge di condurre una vita isolata - anche se si hanno moglie e figli, in noi c'è un processo di autoisolamento. La moglie, la ragazza o il ragazzo, ciascuno vive in realtà nell'isolamento; pur vivendo insieme nella stessa casa, si è isolati, con le proprie ambizioni, con le proprie paure, con il proprio dolore. Una vita come questa è chiamata rapporto. Anche questo è un fatto: tu hai l'immagine di lei e lei ha l'immagine di te e tu hai l'immagine di te stesso. Il rapporto è fra queste due immagini e non è un vero rapporto. Così, prima dobbiamo scoprire come si costruiscano queste immagini, come nascano, perché esistano e che cosa significhi vivere senza tali immagini. Non so se abbiate mai considerato se sia possibile una vita in cui non ci siano immagini, formule, e che cosa significherebbe una vita senza immagini. Noi intendiamo scoprirlo. Noi abbiamo molte esperienze, sempre. Ne siamo consci o inconsapevoli. Ogni esperienza lascia un segno; questi segni messi insieme giorno dopo giorno diventano l'immagine. Qualcuno t'insulta e in quel momento ti sei già fatto l'immagine dell'altro. O qualcuno ti adula ed ecco formarsi un'altra immagine. Così, inevitabilmente, ogni reazione costruisce un'immagine. E, dopo averla creata, è possibile metterle fine? Per metter fine a un'immagine dobbiamo prima scoprire come nasca; e vediamo che, se non rispondiamo adeguatamente a una provocazione, essa lascia necessariamente un'immagine. Se mi chiami sciocco, immediatamente mi diventi nemico o non mi piaci più. Quando mi chiami sciocco, in quel momento devo essere intensamente conscio, al di là di ogni scelta, al di là di ogni condanna, e attento solo a ciò che stai dicendo. Se non c'è alcuna risposta emotiva alle tue parole, allora vedrai che non si forma nessuna immagine. Così, dobbiamo essere consci della reazione e non darle tempo di mettere radici; perché, nel momento in cui quella reazione mette radici, ha formato un'immagine. Ora, potete farlo? Per farlo vi occorre attenzione - non vagare come in un sogno per la vita - attenzione nel momento di una provocazione, con tutto il vostro essere, ascoltando con il cuore e con la mente, affinché vediate chiaramente che cosa si dice, sia che si tratti di un insulto o di un'adulazione o di un'opinione su di voi. Allora vedrete che non c'è nessuna immagine affatto. L'immagine è sempre di ciò che è accaduto nel passato. Se è un'immagine gradevole, ci attacchiamo a essa. Se è penosa, vogliamo sbarazzarcene. Così nasce il desiderio; questo lo vogliamo, quell'altro no; e il desiderio genera il conflitto. Se siete consci di tutto ciò, prestandogli attenzione senza alcuna scelta, semplicemente osservando, allora potete scoprire da voi, allora non vivete secondo lo psicologo o il prete o il medico. Per scoprire la verità dovete essere completamente liberi da tutto ciò, stare soli. E stare soli significa, voltare le spalle alla società. Se vi sarete osservati attentamente, vedrete che una

parte del vostro cervello, che si è evoluto per molte migliaia di anni, è il passato, il passato che è esperienza, il ricordo. In quel passato c'è scampo. Spero che stiate osservando tutto questo in voi stessi. Il passato risponde sempre immediatamente; e differire la risposta del passato, quando siete provocati, così che non ci sia un intervallo tra la provocazione e la risposta, è metter fine all'immagine. Se questo non ha luogo, vivremo sempre nel passato. Noi siamo il passato e non c'è libertà nel passato. Così, questa è la nostra vita, una battaglia costante, il passato, modificato dal trasferirsi del presente nel futuro - che è pur sempre il movimento del passato, quantunque modificato. Finché questo movimento esiste, l'uomo non potrà mai essere libero, sarà sempre in preda al conflitto, al dolore, alla confusione, alla miseria. Può la risposta del passato essere differita, così che non ci sia la formazione immediata di un'immagine? Dobbiamo guardare la vita com'è, l'infinita confusione e miseria e quel rifugiarsi nelle superstizioni religiose o nel culto dello Stato o in varie forme di divertimento. Dobbiamo guardare come ci si rifugia nelle nevrosi, perché una nevrosi offre uno straordinario senso di sicurezza. L'uomo che 'crede' è nevrotico; l'uomo che adora un'immagine è nevrotico. Queste sono nevrosi in cui c'è grande sicurezza. Ma ciò non produce in noi una rivoluzione radicale. Per farlo dovete osservare al di là di ogni scelta, al di là di ogni distorsione del desiderio o del piacere o della paura - solo osservare realmente ciò che siete senza evadere. E non date un nome a ciò che vedete, osservate semplicemente. Allora avrete la passione, l'energia, per osservare, e in quell'osservazione avviene un formidabile cambiamento. Che cos'è l'amore? Ne parliamo molto - amore di Dio, amore per l'umanità, amor di patria, amore verso la famiglia - ma, stranamente, a quell'amore si accompagna l'odio. Si ama il proprio Dio e si odia il Dio di un altro, si ama la propria nazione, la propria famiglia, ma si è contro un'altra famiglia, contro un'altra nazione. E sempre più, in tutto il mondo, l'amore è associato al sesso. Non stiamo condannando, non stiamo giudicando, non stiamo valutando; stiamo semplicemente osservando ciò che realmente avviene; e sapere osservare dà formidabile energia. Che cos'è l'amore e che cos'è la compassione? La parola 'compassione' significa passione per tutti, sollecitudine per tutto - compresi gli animali che si uccidono per mangiare. Prima guardiamo ciò che realmente è - non ciò che dovrebbe essere - vedendo ciò che realmente è nella vita di ogni giorno. Sappiamo che cosa significhi amare? O conosciamo solo il piacere e il desiderio, che chiamiamo amore? Naturalmente al piacere, al desiderio, si accompagna la tenerezza, la sollecitudine, l'affetto e così via. Così, l'amore è il piacere, il desiderio? Evidentemente per la maggior parte di noi lo è. Si dipende dalla propria moglie, si ama la propria moglie, tuttavia, se guarda un altro, ci si adira, ci si sente frustrati, infelici - e alla fine c'è il giudice, il divorzio. Ecco ciò che chiamate amore! E, se vostra moglie muore, ne prendete un'altra tanto è grande la dipendenza. Non ci si chiede mai perché si dipenda da un altro (sto parlando della dipendenza psicologica). Se esaminerete a fondo la cosa, vedrete come siete soli, depressi, come siete frustrati e infelici. Non sapete che cosa fare con questa solitudine, questo isolamento, che è una forma di suicidio. E così, non sapendo che cosa fare, dipendete. Quella dipendenza vi dà grande conforto e compagnia, ma quando quella compagnia si altera un pò, diventate gelosi, furiosi. Mandereste i vostri figli in guerra, se li amaste? Dareste loro il tipo di istruzione che hanno ora, istruendoli solo tecnologicamente, per aiutarli a trovarsi un lavoro, a superare certi esami, trascurando il resto della totalità di questa meravigliosa vita? Li seguite con tanta cura fino ai cinque anni e dopo li gettate ai lupi. Ecco ciò che chiamate amore. C'è amore, quando c'è violenza, odio, antagonismo? Così, che cosa farete? In questa violenza, in questo odio, sta la vostra virtù, la vostra morale; quando negate ciò, allora siete virtuosi. Ciò significa vedere tutte le implicazioni di ciò che è l'amore; allora state soli e siete capaci di amare. Voi ascoltate ciò, perché è la verità. Se non la vivete, la verità diventa un veleno; se udite qualcosa di vero e ve ne infischiate, questo genera un'altra contraddizione nella vita e quindi più miseria. Perciò, ascoltate con il cuore e con tutta la mente o non ascoltate affatto. Ma, dal momento che vi trovate qui, state ascoltando, spero! L'amore non è l'opposto di qualcosa. Non è l'opposto dell'odio o della violenza. Anche se non dipendete da nessuno e vivete una vita molto virtuosa - mandate avanti un'azione sociale, dimostrate per le strade e nelle piazze - se non avete amore, non ha nessun valore. Se amate, allora potete fare ciò che volete. Per l'uomo che ama non esiste errore - o, se c'è un errore, lo corregge immediatamente. Un uomo che ama non ha gelosia, rimorso; per lui non esiste perdono, perché in nessun momento ci

sono cose da perdonare. Tutto ciò esige profonda penetrazione, grande sollecitudine e attenzione. Ma voi siete presi nella trappola della società moderna; l'avete creata voi stessi quella trappola e, se qualcuno ve lo fa notare, non ci fate caso. E così le guerre e l'odio continuano. Sarei curioso di sapere come considerate la morte; non teoricamente, ma concretamente che cosa significa per voi - non come qualcosa che inevitabilmente verrà per disgrazia, per malattia o per vecchiaia. Accade a tutti: invecchiare e pretendere, tentare penosamente di essere giovani. Teorie e speranze significano che siete in preda alla disperazione; quando si è disperati, si guarda a tutto ciò che possa offrire una speranza. Avete mai guardato la vostra disperazione per vedere perché esiste? Esiste perché vi confrontate con qualcun altro, perché volete realizzare, diventare, essere, conquistare. Una delle stranezze di questa vita è che siamo condizionati dal verbo essere. Perché in esso c'è il passato, il presente, il futuro. Tutto il condizionamento religioso si basa sul verbo 'essere'; su di esso si basano il paradiso e l'inferno, tutte le credenze, tutti i salvatori, tutti gli eccessi. Può un essere umano vivere senza quel verbo, il che significa vivere e non avere passato, futuro? Non significa 'vivere nel presente' - voi non sapete che cosa significhi vivere nel presente. Per vivere completamente nel presente dovete conoscere quale sia la natura e la struttura del passato - il che vuol dire voi stessi. Dovete conoscere voi stessi così completamente da illuminare ogni angolo buio della vostra personalità; 'voi' vuol dire il passato e quel sé trae profitto da quel verbo 'essere', per diventare, per conquistare, per ricordare. Cercate di scoprire che cosa significhi vivere senza quel verbo psicologicamente, interiormente. Che cosa significa la morte? Perché ne siamo tutti così terribilmente spaventati? In Asia si crede nella reincarnazione; in essa si ripone grande speranza - non so perché - e si continua a parlarne, a scriverne. Quando guardate l'essere che si reincarnerà, che cos'è? - tutto il passato, tutta la vostra miseria, tutta la vostra confusione, tutto ciò che siete ora? E pensate che il 'tu' (qui voi usate la parola 'anima') sia qualcosa di permanente. Esiste nella vita qualcosa di permanente? A voi piacerebbe avere qualcosa di permanente e quindi relegate la morte lontano da voi, non la guardate mai, perché avete paura. Poi avete il 'tempo' - il tempo fra ciò che è e ciò che inevitabilmente sarà. Voi proiettate la vostra vita nel domani e continuate a essere quello che siete ora, sperando che ci sia una qualche risurrezione, incarnazione, oppure morite ogni giorno; morite ogni giorno a voi stessi, alla vostra miseria, al vostro dolore; vi sgravate di quel peso ogni giorno perché la vostra mente sia fresca, giovane e innocente. La parola 'innocenza' significa 'invulnerabilità'. Una mente invulnerabile non significa una mente munita di corazza - al contrario, una mente simile muore a tutto ciò che ha conosciuto essere in preda al conflitto, al piacere e al dolore. Solo allora la mente è innocente; questo significa che può amare. Non si può amare con il ricordo, l'amore non è una questione di memoria, di tempo. Così l'amore, la morte e la vita non sono separati, ma costituiscono una totalità, un intero, in cui non c'è squilibrio. L'equilibrio non è possibile quando c'è l'odio, la collera, la gelosia, quando c'è la dipendenza che genera la paura. Dove c'è equilibrio, la vita diventa santa; c'è grande gioia e potete fare ciò che volete; ciò che fate allora è virtuoso, è vero. Tutto questo non lo sappiamo - conosciamo solo la nostra miseria - e non sapendo, cerchiamo di evadere. Oh, se soltanto non fuggissimo, ma potessimo realmente osservare, senza mai allontanarci neppure per un attimo da 'ciò che è' nominandolo, condannandolo o giudicandolo - ma potessimo solo osservarlo! Per osservare qualcosa avete bisogno di sollecitudine - sollecitudine significa compassione. Una vita che sia vissuta così splendidamente e completamente, può addentrarsi in qualcosa di cui parleremo domani: la meditazione. Senza una base siffatta la meditazione è autoipnosi. Stabilire questa base significa che avete capito questa straordinaria vita, che avete una mente libera dal conflitto e conducete una vita ricca di compassione, bellezza e quindi ordine. Non l'ordine di un programma, ma l'ordine che viene quando capite che cosa sia il disordine - il che vuol dire la vostra vita. La vostra vita è in disordine. Il disordine è contraddizione, il conflitto fra due opposti. Quando capite il disordine che è in voi, allora, per questa comprensione, viene l'ordine - l'ordine che è preciso, matematico, in cui non c'è distorsione. Tutto ciò esige una mente meditativa, una mente capace di guardare in silenzio.

Domanda: In un vostro libro dite che i miracoli sono una delle cose più facili da fare. Vorreste, per favore, dare qualche spiegazione in merito?

Krishnamurti: Vorrei che non citaste da un libro - compresi quelli di chi vi parla. (Risa). Lo dico veramente, sul serio. Non citate nessuno. Vivere delle idee altrui è una delle cose più terribili. E le idee non sono la verità. "In uno di quei libri si dice che i miracoli sono la cosa più facile del mondo" - no? Non è un miracolo che voi sedete là e io qui e ci parliamo? Perché, se ascolterete senza sforzo, saprete che cosa significhi vivere completamente, interamente. Se vivrete in tal modo, questo è un miracolo, il miracolo più grande di tutti.

Domanda: Sono stato assente per ventisette anni e sono tornato circa tre mesi fa. Qui vedo prendere corpo formidabili paure. Dal mio punto di vista e da quello dei miei amici, credo che stiamo assistendo al sopravvento della Mafia e allo sviluppo di un vero e proprio Stato poliziesco. Potete aiutarci come individui, darci la chiave per lottare contro tali condizioni? Non mi nascondo che la lotta sarà difficile, non mi nascondo neppure che, se lotteremo, potremmo finire in prigione. Che cosa può fare ciascuno di noi per proprio conto per combattere queste terribili forze?

Krishnamurti: Signore, non voglio eludere la domanda, ma: potete, come individuo, essere in pace? E poi: siete veramente un individuo? Voi potete avere il vostro conto in banca, potete avere una vostra casa - una vostra famiglia e così via, ma: siete un individuo? Individuo significa indivisibile in sé, non frammentato. Ma noi siamo frammentati, rotti, quindi non siamo individui. Noi siamo quello che è la società. E la società l'abbiamo creata noi. Così, come può un essere umano rotto fare tutt'altra cosa che pervenire a quello stato in cui è completamente sano? Allora si avrà un tipo di azione totalmente diverso. Ma, finché agiremo come esseri frammentati, non faremo che creare più caos nel mondo. Sono sicuro che questa risposta non soddisfa nessuno; voi volete la chiave e la chiave è in voi. Voi dovete forgiare quella chiave.

Domanda: Ma il tempo è breve e non mi pare di essere in grado di trovare il modo esatto di badare a ciò.

Krishnamurti: 'Il tempo è breve' - potete cambiare immediatamente? Non cambiare gradatamente o domani. Potete avere questa percezione di una vita 'sana' in cui ci sia amore - tutto ciò di cui abbiamo parlato stamattina - immediatamente? Chi vi parla dice che questa è la sola cosa da fare - cambiare completamente, radicalmente, immediatamente. Per farlo dovete osservare con tutto il vostro cuore e la vostra mente; non rifugiandovi in qualcosa, il nazionalismo o le vostre credenze; accantonate d'un colpo solo tutte queste cose e diventate completamente consci. Allora c'è un radicale cambiamento, immediatamente, e, grazie a quella trasformazione immediata, vi comporterete in maniera completamente diversa.

Domanda: L'amore ha un oggetto? Si può amare solo una persona nella vita?

Krishnamurti: Avete udito la domanda? Potete amare uno nello stesso tempo che molti? Una strana domanda davvero! Se amate, amate l'uno e i molti. Ma noi non amiamo. Signore, molti possono odorare un fiore profumato - o può odorarlo solo uno - ma il fiore non se ne cura, è là. E questa è la bellezza del fiore: può dare a uno o a molti. Ciò è solo possibile quando c'è compassione, quando non c'è gelosia, ambizione, successo; ed è il rifiuto di tutto ciò che l'uomo ha costruito in sé o intorno a sé. Attraverso la negazione viene alla luce il positivo.

Santa Monica, California, 7 marzo 1970