

La rivoluzione psicologica (Jiddu Krishnamurti)

"La vista di questa enorme frammentazione interna ed esterna ha questo come suo unico risultato, che un essere umano deve operare in sé una radicale, profonda rivoluzione"

La vita è una cosa seria; dovete dedicarle la mente e il cuore, completamente; non potete giocare con essa. Ci sono tanti problemi; c'è tanta confusione nel mondo; c'è la corruzione della società e ci sono le varie divisioni e contraddizioni religiose e politiche. C'è grande ingiustizia, dolore e povertà - non solo la povertà fuori, ma la povertà dentro. Ogni uomo serio - abbastanza intelligente e non proprio sentimentalmente emotivo - vedendo tutto questo, vede la necessità di cambiare. Il cambiamento o è una totale rivoluzione psicologica nella natura dell'intero essere umano o è un mero tentativo di riforma della struttura sociale. La vera crisi nella vita dell'uomo, voi e io, è se si possa attuare questa rivoluzione psicologica totale - indipendente dalla nazionalità e da ogni divisione religiosa. Noi abbiamo costruito questa società; i nostri padri e i loro padri prima di loro hanno prodotto questa struttura corrotta e noi ne siamo il prodotto. Noi siamo la società, noi siamo il mondo, e, se non cambiamo noi stessi radicalmente, veramente a fondo, non c'è nessuna possibilità di cambiare l'ordine sociale. La maggior parte di noi non se ne rende conto. Tutti, specialmente la giovane generazione dicono: "Dobbiamo cambiare la società". Ne parliamo molto, ma non facciamo nulla. Siamo noi che dobbiamo cambiare, non la società - vi prego di rendervene conto. Dobbiamo operare in noi stessi, ai livelli più alti e più profondi, un cambiamento in tutto il nostro modo di pensare, vivere, sentire; soltanto allora è possibile il cambiamento sociale - la mera rivoluzione sociale, cambiare la struttura della società esteriormente con la rivoluzione fisica, porta con sé inevitabilmente, come si è visto, la dittatura o lo stato totalitario, che negano ogni libertà. Operare un cambiamento del genere in noi stessi è opera di tutta una vita - non qualcosa che dura pochi giorni e poi si dimentica - è un'applicazione costante, una consapevolezza costante di ciò che accade dentro e fuori. Dobbiamo vivere in rapporto; senza rapporto è assolutamente impossibile esistere. Essere in rapporto significa vivere totalmente, interamente; per questo ci deve essere in noi una trasformazione radicale. Come potremo trasformarci radicalmente? Se questo vi tocca seriamente, potremo comunicare l'uno con l'altro; penseremo insieme, sentiremo e capiremo insieme. Dunque: come può l'uomo, voi e io, cambiare totalmente? Questa è la domanda - una domanda non solo per i giovani ma anche per i vecchi - e tutto il resto è irrilevante. In questo mondo c'è grande tormento, immenso dolore, guerra, brutalità, violenza; c'è la fame, di cui non sapete nulla. Si vede chiaramente che si potrebbe fare tanto se non fosse per l'enorme frammentazione che c'è nel mondo politico con i suoi molti partiti e nelle molte religioni; tutti parlano di pace, ma la negano, perché ci può essere la pace, la realtà, l'amore, solo quando non c'è nessuna divisione. Ancora una volta, dunque, la vista di questa frammentazione interna ed esterna ha questo come suo unico risultato, che un essere umano deve operare in sé una radicale, profonda rivoluzione. Questo è un problema molto serio, che investe l'intera nostra vita; vi è coinvolta la meditazione, e la verità, e la bellezza, e l'amore. Queste non sono semplicemente parole. Si deve trovare un modo di vita dove prendano corpo, diventino realtà. Una delle cose più importanti della vita è l'amore. Ma ciò che si chiama amore è associato al sesso, che ha acquistato tanta importanza; tutto sembra ruotare intorno al sesso. Perché gli esseri umani - in tutto il mondo, quali che siano le loro culture, checché ne dicano le sanzioni religiose - trovano il sesso tanto importante? Perché gli è associata la parola 'amore'? Quando si guarda la vita, si vede come è diventata meccanica; la nostra educazione è meccanica; la conoscenza, l'informazione, che acquisiamo, diventa gradatamente meccanica. Siamo macchine, gente di seconda mano. Ripetiamo ciò che gli altri hanno detto. Leggiamo eccessivamente. Siamo il risultato di migliaia di anni di propaganda. Siamo diventati psicologicamente e intellettualmente meccanici. In una macchina non c'è libertà. Il sesso offre libertà;

per alcuni secondi c'è libertà, avete dimenticato completamente voi stessi e la vostra vita meccanica. Perciò il sesso è diventato enormemente significativo; il suo piacere lo chiamate amore. Ma l'amore è piacere? O l'amore è qualcosa di completamente diverso, qualcosa in cui non c'è gelosia, né dipendenza, né possessività? Si deve dedicare tutta la vita per scoprire che cosa sia l'amore, esattamente come si deve dedicare tutta la vita per scoprire che cosa sia la meditazione, che cosa sia la verità. La verità non ha niente a che fare con la credenza. La credenza nasce quando c'è la paura. Si crede in Dio perché si è completamente incerti. Si vede la caducità delle cose della vita - non c'è certezza, non c'è sicurezza, non c'è conforto, ma infinito dolore - così il pensiero proietta qualcosa con l'attributo della permanenza, Dio, in cui la mente umana trova conforto. Ma questa non è la verità. La verità è qualcosa che va trovato quando non c'è paura. Ancora una volta, si deve prestare molta attenzione per capire che cosa sia la paura - la paura fisica e la paura psicologica. La vita ha questi problemi, problemi che la gente non ha capito, che non ha trascorso; perciò si tira avanti con questa società corrotta, la cui morale è immorale e in cui la virtù, la bontà, la bellezza, l'amore, di cui si parla tanto, non tardano a corrompersi. Ci vorrà tempo per capire questi problemi? È immediato il cambiamento? O si avrà con l'evoluzione del tempo? Se ci vuole tempo cioè, se alla fine della vostra vita avete raggiunto l'illuminazione allora in quell'arco di tempo continuate a spargere i semi della corruzione, della guerra, dell'odio. Perciò, può avvenire istantaneamente questa radicale rivoluzione interiore? Può avvenire istantaneamente, quando vedete il pericolo di tutto ciò. È come vedere il pericolo di un precipizio, di un animale selvaggio, di un serpente: si ha l'azione istantanea. Ma noi non vediamo il pericolo di tutta questa frammentazione, che ha luogo quando il sé, il me diventa importante - e la frammentazione del 'me e non me'. Nel momento stesso in cui c'è quella frammentazione in voi, c'è il conflitto; e il conflitto è la radice stessa della corruzione. Perciò è giusto trovare da sé la bellezza della meditazione, perché allora la mente, essendo libera e incondizionata, percepisce ciò che è vero. Fare domande è importante; non solo ci si mette a nudo, ma nel fare domande ognuno troverà da sé la risposta. Se si pone la domanda giusta, la risposta giusta è nella domanda. Si deve mettere in dubbio tutto nella vita, la lunghezza dei propri capelli, i propri vestiti, il modo di camminare, il modo di mangiare, ciò che si beve, come ci si sente - tutto si deve mettere in dubbio: allora la mente diventa straordinariamente sensibile, viva e intelligente. Una mente siffatta può amare; una mente siffatta sa, essa sola, che cosa sia una mente religiosa.

Domanda: Qual è la meditazione di cui parlate?

Krishnamurti: Sapete qualcosa di ciò che significa meditazione?

Domanda: So che ci sono varie forme di meditazione, ma non so di quale meditazione parliate.

Krishnamurti: Un sistema di meditazione non è la meditazione. Un sistema implica un metodo, che si pratica per raggiungere alla fine qualcosa. Una cosa ripetutamente praticata diventa meccanica - non vi pare? Come può una mente meccanica - che si è sottoposta a tutte le torture dell'esercizio disciplinare per adeguarsi al modello di quella che chiama meditazione - sperando di ottenere alla fine una ricompensa - essere libera di osservare, di imparare? Ci sono varie scuole, in India e nell'Estremo Oriente, dove si insegnano metodi di meditazione - è veramente una cosa orrenda. Significa educare la mente meccanicamente; essa cessa di essere libera e non capisce il problema. Così, quando usiamo la parola meditazione non intendiamo qualcosa che si pratici. Noi non abbiamo nessun metodo. Meditazione vuol dire consapevolezza: essere consapevoli di ciò che si fa, di ciò che si pensa, di ciò che si sente, consapevoli, al di là di ogni scelta, di osservare, imparare. Meditazione è essere consapevoli del proprio condizionamento, di come si è condizionati dalla società in cui si vive, in cui si è educati, dalla propaganda religiosa - consapevoli al di là di ogni scelta, senza distorsione, senza desiderare di essere diversi. Da questa consapevolezza viene l'attenzione, la capacità di essere completamente attenti. Allora c'è la libertà di vedere le cose come realmente sono, senza distorsione. La mente diventa limpida, chiara, sensibile; tale meditazione produce una qualità

della mente che è completamente silenziosa - una qualità di cui si può continuare a parlare, ma che non ha alcun senso finché non esiste.

Domanda: Per questa via non si arriva a un maggiore isolamento, a una maggiore confusione?

Krishnamurti: Prima di tutto: la maggior parte degli esseri umani non è terribilmente confusa? E voi non siete molto confuso? Osservate il fatto, sappiate se siete confuso o no. Una mente confusa, qualunque cosa faccia, crea confusione. Una mente confusa dice: "Praticherò la meditazione" o "scoprirò che cosa sia l'amore" - come può una mente confusa trovare qualcosa, salvo che la proiezione della propria confusione? Se ci si rende conto di questo fatto, che cosa si dovrà fare? Si è confusi e si cerca di creare uno stato mentale che non sia confuso. Si tenta questo, quello, dieci cose diverse - droghe, alcool, sesso, culto, evasioni - voi capite - si gettano bombe, qualunque cosa. La prima cosa è arrestare l'azione, cessare di fare qualcosa. Inoltre, si deve arrestare tutto il movimento di fuga dalla confusione così che non ci sia un'azione che muova verso la confusione o se ne allontani. Allora tutta l'azione si arresta, c'è solo la confusione. Non c'è scampo da essa, né tentando di trovare una via d'uscita, né tentando di sostituire quella confusione con la chiarezza; il pensiero non se ne discosta neppure per un attimo causando ulteriore confusione; per il momento non è interessato all'azione. Allora sorge l'interrogativo: siete consapevoli di questa confusione come di qualcosa che sta fuori di voi che siete l'osservatore, o fate parte di questa confusione? L'osservatore è differente dalla cosa osservata - la confusione? Se l'osservatore si differenzia dalla cosa osservata, allora c'è una contraddizione - quella stessa contraddizione è la causa della confusione. Perciò è importante come la mente guardi questa confusione. La osserva come qualcosa a parte, separata da sé, o l'osservatore è l'osservato? Vi prego di capire questa cosa assai importante. Una volta che l'abbiate capita, vedrete che formidabile differenza opera nella vita: tutto il conflitto è eliminato. L'osservatore non dice più: "Devo cambiare", "Devo far luce", "Devo superare", "Devo tentare di capire", "Devo fuggire". Tutta questa attività è quella dell'osservatore che si è separato dalla confusione e ha generato il conflitto fra sé e la confusione.

Domanda: Confesso la mia confusione.

Krishnamurti: Ah! Nel momento in cui dite: "Confesso la mia confusione", c'è un'entità che la confessa. Voi non vedete l'importanza di ciò. Io osservo; nell'osservare mi scopro a osservare come un estraneo o come parte di questa confusione? Se faccio parte di questa confusione, la mente diventa completamente quieta, non c'è movimento, sono calmo, non mi allontano da essa. Perciò, quando non c'è divisione fra l'osservatore e l'osservato, c'è la completa cessazione della confusione. E l'altra domanda che fu fatta: "Se devo imparare da me, che cosa accade quando il mondo intorno a me mi controlla, mi arruola, mi manda in guerra, mi dice che cosa devo fare politicamente, economicamente, religiosamente?". Ci sono gli psicologi e i guru dell'Oriente - che mi dicono di fare questo o quello. Se obbedisco - che è ciò che tutti vogliono che io faccia, promettendomi alla fine l'Utopia, o il Nirvana, l'Illuminazione, o la verità - divento meccanico. Il significato radicale della parola obbedire è udire. Udendo costantemente ciò che gli altri mi dicono, a poco a poco scivolo nell'obbedienza. Se imparo da me, imparo anche dagli altri. E, se il governo mi chiama sotto le armi, farò quello che ritengo giusto nel momento in cui sono chiamato. Una mente libera non obbedisce. Una mente libera è libera perché in essa non c'è confusione. Allora direte: "A che serve avere un solo individuo, un solo essere umano, con una mente del genere, quando tutto intorno regna la corruzione, la confusione?". Credete che fareste una simile domanda, se aveste una simile mente? Cosa significa avere una mente completamente chiara e limpida?

Domanda: Sicuramente non ci saranno più parole?

Krishnamurti: Non sono forse le vostre speculazioni? Come conoscete?

Domanda: Le parole sono la base delle idee. Non ci sarebbero più idee e la mente sarebbe libera; allora non avremmo rapporti, non ne cercheremmo più. Avremmo il silenzio, il silenzio assoluto, e capiremmo. Tutti possono avere una mente libera.

Krishnamurti: Comprendo ciò che dite molto chiaramente. Ma, prima di tutto: siamo interessati al mondo come qualcosa di separato da noi? Il mondo non è forse voi - realmente, non teoricamente? Non sentite la qualità di una mente che dice: "Io sono il mondo, il mondo è me, il me e il mondo non sono due entità separate"? Il sé è diviso dalla comunità, il sé è contro il mondo, il sé è contro il vostro amico, contro vostra moglie, vostro marito. Il sé è importante, no? E quel sé fa la domanda: "Che cosa sarebbe il mondo, se non ci fossero sé?". Cercate di scoprire se potete vivere senza il sé e allora vedrete la verità di ciò. C'è poi la precedente domanda: a che serve nel mondo un solo essere umano che abbia una mente chiara, immacolata, libera - che scopo avrebbe? Ora, chi fa la domanda? Chi è confuso o chi ha la mente chiara, limpida, libera? Chi fa questa domanda? Il fiore fa questa domanda? L'amore fa questa domanda? Fate una domanda di questo genere quando vi trovate di fronte a un terribile problema? Vi domandate che valga sapere che cosa significhi amare, quando gli altri non lo sanno? Voi amate. Voi non fate questa domanda. Quando non avrete paura, psicologicamente, e tutti intorno a voi avranno paura, domanderete allora: "A che serve non avere paura quando tutti gli altri hanno paura?". Che cosa fate allora? Non avete paura e gli altri hanno paura che cosa fate? - voi cercate di aiutarmi a imparare l'intera struttura della paura.

Domanda: Come si impedisce al linguaggio di creare la divisione? Ogni linguaggio ha la sua peculiare struttura, un certo schema, e diventa una barriera.

Krishnamurti: Dunque, come si supera questa barriera? Non è abbastanza chiaro che la parola non è la cosa? Sia che usiate una parola italiana o una parola inglese o una parola greca, quella parola non è la cosa. La parola 'porta' non è la porta. La parola, la descrizione, la spiegazione, non è la cosa spiegata o descritta: se si vede ciò, non c'è più una dipendenza dalla semplice parola. Ora, il pensiero è fatto di parole; il pensiero, purtroppo, risponde, secondo la memoria, in termini verbali. Il pensiero è limitato dalle parole, è lo schiavo delle parole. Si può ascoltare senza che la parola interferisca? Voi dite: "Ti amo", ma che cosa accade? Le parole non significano assolutamente nulla; ma ci può essere un sentimento di rapporto che non è stato prodotto dalla risposta del pensiero a quelle parole; ci può essere una comunicazione diretta. Quindi la mente, consapevole del fatto che la parola non è la cosa, che la parola, che è il pensiero, interferisce, ascolta liberamente, senza pregiudizio - come fa quando dite: "Ti amo". Potete ascoltare senza interpretare, senza che i vostri pregiudizi interferiscano, distorcono - ascoltare come si può ascoltare il canto di un uccello? (In Italia ci sono così pochi uccelli; li uccidono. Che gente mostruosa siamo!). Potete ascoltare il canto del merlo senza commento verbale, senza nominarlo, senza dire: "È un merlo", "Vorrei continuare ad ascoltarlo"? Potete ascoltare senza questa interferenza, ascoltare e basta? Potete farlo, no? Ora: potete ascoltare ugualmente ciò che avviene in voi - senza pregiudizio, senza una formula, senza distorsione - esattamente come potete ascoltare quella campana (suono di campana) senza alcuna associazione, solo ascoltandone il puro suono? Allora voi siete quel suono, non ascoltate quel suono come qualcosa di separato.

Domanda: Per farlo abbiamo bisogno di pratica.

Krishnamurti: Per ascoltare così avete bisogno di pratica! Qualcuno deve insegnarvelo! Nel momento in cui qualcuno vi insegna, avete il guru e il discepolo, l'autorità e il discente. Ora, quando quella campana suonava, l'ascoltavate - senza alcuna interpretazione, con assoluta attenzione? Se vi siete accorti che dicevate a voi stessi: "È mezzogiorno", "Che ora è?", "È ora di pranzo", allora vi siete accorti che in realtà non prestavate completa attenzione a quel suono; quindi avete imparato - non vi è stato insegnato - che non stavate ascoltando.

Domanda: C'è una differenza fra una campana che suona o un uccello che canta, da una parte, e una parola di una frase, la quale è legata ad altre parole. Io posso isolare il suono di un uccello, ma una parola in una frase non posso isolarla.

Krishnamurti: Ascoltare un uccello è oggettivo, esterno. Ma posso ascoltarmi mentre uso una parola nel contesto di una frase? Posso ascoltare quella parola ed essere libero da quella parola e dal suo contesto? Voi potete dire: "Quello è un bellissimo tavolo". Avete dato a quel tavolo un certo apprezzamento; lo avete chiamato bellissimo. Io posso guardarlo e dire: "Che brutto tavolo!". Quindi la parola denota il vostro sentimento; non è la cosa reale; sorge come un'idea associata. Potete guardare il vostro amico senza l'immagine che di quell'amico vi siete creata - l'immagine che è la parola, il simbolo? Noi no, perché non sappiamo come sia stata costruita quell'immagine. Voi mi dite qualcosa, qualcosa di gradevole, e io me ne faccio un'immagine, l'idea che mi siate amico; un altro mi dice qualcosa di sgradevole, similmente mi costruisco un'immagine; quando incontro voi, vi incontro come amico, quando incontro l'altro, non lo incontro come amico. Ma può la mente non costruire affatto un'immagine, anche se dite cose gradevoli o sgradevoli? Può smettere di costruire l'immagine, quando presto attenzione; allora non c'è formazione di immagine; posso ascoltare - ascoltare senza un'immagine.

Domanda: Sarebbe possibile ritornare su ciò che dicevate all'inizio, circa il nostro cambiamento nella società? Come è possibile cambiare veramente, quando si è costretti a conservare i propri rapporti? Io vivo nel mondo capitalista e tutti i miei rapporti devono essere capitalistici, altrimenti farei la fame.

Krishnamurti: Se viveste nel mondo comunista, vi adeguereste anche in quello.

Domanda: Esattamente.

Krishnamurti: Che cosa farete, dunque?

Domanda: Come posso cambiare?

Krishnamurti: Avete posto la domanda: se vivo in una società capitalista, devo adeguarmi alle esigenze capitalistiche; tuttavia, se vivessi in una società comunista, una società totalitaria, burocratica, dovrei fare esattamente le stesse cose - quindi che cosa farò?

Domanda: Non penso che sarebbe la stessa cosa.

Krishnamurti: Ma è lo stesso modulo. Portereste i capelli corti e sareste obbligato a lavorare, fare questo o quello. Ma sempre dentro lo stesso vortice. Che cosa farete? Quando un essere umano si rende conto che il cambiamento interiore è di primaria importanza - sia che viva qua o là - dov'è il suo interesse? Deve cambiare se stesso: che cosa implica questo cambiamento? La libertà dalla paura psicologica, la libertà dalla cupidigia, dall'invidia, dalla gelosia, dalla dipendenza; la libertà dalla paura della solitudine, dalla paura del conformismo - giusto? Se tutte queste cose operano dentro di voi - se non è in atto nessun conformismo - voi vivete ugualmente bene, qua o là. Ma sfortunatamente per noi, la cosa importante non è la rivoluzione interiore, ma cambiare questo e quello esternamente.

Domanda: E che cosa accade, se qualcuno vi uccide?

Krishnamurti: Ah, nessuno può uccidere un uomo libero! Possono cavargli gli occhi, ma interiormente è libero, nulla può toccare quella libertà.

Domanda: Vorreste dare una definizione dell'egoismo?

Krishnamurti: Se volete una definizione, consultate un dizionario. Definizione... Ho insistito sul fatto che la descrizione non è il descritto. Che cos'è questo sé che si isola continuamente? Anche se amate qualcuno, anche se dormite con questo qualcuno... c'è sempre questo sé separato - con le sue ambizioni, le sue paure, i suoi tormenti, con la sua assorbente autocommiserazione. Finché esiste quel sé, ci sarà necessariamente la separazione, ci sarà necessariamente il conflitto - giusto? Come può scomparire quel sé - senza sforzo? Appena fate uno sforzo, ecco il 'Sé Superiore', come si usa chiamarlo, che domina il 'sé inferiore'. Come può la mente dissolvere questa cosa chiamata il sé? Che cos'è il sé? È un fascio di ricordi? O è qualcosa di permanente? Se è un fascio di ricordi, appartiene al passato; questa è la sola cosa che avete e non è affatto permanente. Il sé è il 'me' che ha accumulato conoscenza ed esperienza, come memoria, come dolore; e quello diventa il centro da cui muove l'azione. Vedetelo realmente qual è. Ogni religione, ogni società e cultura, vede chiaramente che il sé vuole esprimersi; in arte l'autoespressione è quanto mai importante; ed è anche molto importante nella sua pretesa di dominare. Ogni religione ha cercato di distruggere il sé - "Non preoccupatevi per il vostro sé", "Al suo posto mettete Dio o lo Stato". Ma senza successo. Il sé si è identificato con Dio - qualunque sia - e così rimane. Noi diciamo: osservate quel sé in attività, imparate a conoscerlo, guardatelo, siatene consci, non distruggetelo, non dite: "Devo sbarazzarmene" o "devo cambiarlo", guardatelo solo, al di là di ogni scelta, senza alcuna distorsione; allora, grazie a quel guardare e imparare, il sé si dissolve.

Roma, 21 ottobre 1970