

## La semplicità (Jiddu Krishnamurti)

Desidero trattare della semplicità, e forse, da ciò, giungere alla scoperta della sensibilità. Sembra che la semplicità venga considerata un'espressione puramente esteriore, una rinuncia: possedere poche cose, cingersi i lombi, non avere dimora, indossare pochi abiti, avere un conto in banca piccolissimo. Senza dubbio, ciò non è semplicità; è semplicemente un'ostentazione esteriore. A me pare che la semplicità sia essenziale; ma la semplicità potrà nascere soltanto quando intenderemo il significato dell'autocoscienza. La semplicità non significa semplicemente adattarsi ad uno schema. Occorre moltissima intelligenza per essere semplici, e per non conformarsi, meramente, ad uno schema particolare, per quanto degno esso sia esteriormente. Sventuratamente molti fra noi cominciano con l'essere semplici all'esterno, nelle cose esteriori. È relativamente facile possedere poco, appagarsi di poco, accontentarsi di poco e magari dividerlo con gli altri. Ma senza dubbio la pura espressione esteriore della semplicità, per quanto riguarda le cose, ciò che si possiede, non implica la semplicità interiore. Poiché, nel mondo quale oggi è, un numero sempre maggiore di oggetti ci viene imposto, dal di fuori, dall'esterno. La vita diviene sempre più complessa. Per sfuggire a ciò, ci sforziamo di rinunciare oppure di distaccarci dalle cose: dalle automobili, dalle case, dalle organizzazioni, dal cinema, e dalle innumerevoli circostanze esteriori che ci opprimono. Riteniamo che saremo semplici rinunciando. Moltissimi santi, moltissimi maestri hanno rinunciato al mondo, ed a me sembra che una tale rinuncia da parte di chiunque di noi non risolva il problema. Quella semplicità che è reale, fondamentale, potrà sussistere solo interiormente. E da lì nascerà anche la sua espressione esteriore. Come essere semplici, questo è dunque il problema; poiché quella semplicità ci renderà sempre più sensibili. Una mente, un cuore sensibile, sono essenziali, poiché in tal caso sono capaci di percepire, di recepire prontamente. Si potrà essere interiormente semplici, non vi è dubbio, soltanto intendendo gli impedimenti innumerevoli, gli attaccamenti, i timori che ci vincolano. Ma alla maggior parte di noi piace essere vincolati: da persone, beni, idee. Ci piace essere prigionieri. Interiormente siamo prigionieri, per quanto, esteriormente, si sembri semplicissimi. Interiormente siamo prigionieri, dei nostri desideri, delle nostre esigenze, dei nostri ideali, di motivazioni senza numero. Non si può trovare la semplicità se non si è liberi interiormente. Pertanto, essa deve cominciare all'interno, non all'esterno. Si ha una libertà straordinaria quando si intende l'intero processo della fede, del perché la mente si aggrappi ad una fede. Quando vi è libertà dalle fedi, vi è semplicità. Ma tale semplicità esige intelligenza, e per essere intelligenti si deve essere consapevoli dei propri impedimenti. Per esserne consapevoli, bisogna stare costantemente in guardia, non soffermarsi in alcun solco particolare, in nessun schema specifico di pensiero o di azione. Dopo tutto, ciò che si è interiormente ha influenza all'esterno. La società, o qualsiasi forma di azione, è la proiezione di noi stessi, e senza trasformarla all'interno la pura legislazione avrà, esteriormente, ben poco significato; potrà determinare certe riforme, certe correzioni, ma ciò che si è all'interno sovrachierà sempre l'esterno. Se si è interiormente avidi, ambiziosi, se si perseguono precisi ideali, quella complessità interiore infine si paleserà, travolgerà la società esteriore, per quanto accuratamente sia stata pianificata. Perciò, è necessario incominciare dall'interno: non esclusivamente però, e senza respingere l'esterno. Senza dubbio si giungerà all'interno intendendo l'esterno, scoprendo in qual modo il conflitto, la lotta, il dolore esistano esteriormente; investigandoli sempre più, si perverrà naturalmente a quegli stati psicologici che determinano i conflitti e le miserie esteriori. L'espressione esteriore è soltanto un indice del nostro stato interiore, ma per comprendere quest'ultimo è necessario accostarvisi attraverso il primo. Moltissimi tra noi lo fanno. Comprendendo l'interiorità - non esclusivamente, non respingendo l'esterno, ma intendendo invece l'esterno e attraverso di esso giungendo all'interiorità - scopriremo che, nel procedimento di investigare le complessità interiori del nostro essere, diverremo sempre più sensibili, sempre più liberi. Ed è questa semplicità interiore che è tanto essenziale, poiché tale semplicità crea la sensibilità. Una mente non sensibile, una mente che non stia in guardia, priva di consapevolezza, è incapace di qualsiasi ricettività, di qualsiasi azione creativa. Il conformismo, inteso come mezzo per renderci semplici, rende in realtà la mente ed il cuore sordi, insensibili. Qualsiasi forma di costrizione autoritaria, imposta dal governo, da se stessi, da un ideale e così via, qualsiasi

forma di conformismo, determinerà necessariamente insensibilità, determinerà l'impossibilità di essere interiormente semplici. All'esterno, potrete conformarvi, e dare l'impressione della semplicità, come fanno tante persone religiose. Esse praticano varie discipline, si affiliano ad organizzazioni diverse, meditano in una maniera particolare e così via: dando tutte un'impressione di semplicità; ma un cosiffatto conformismo non dà luogo a semplicità. La costruzione, di qualsiasi tipo, non condurrà mai alla semplicità. Al contrario, quanto più sopprimerete, quanto più sostituirete, quanto più sublimerete, tanto meno avrete semplicità; ma quanto più intenderete il processo del sublimare, del sopprimere, del sostituire, tanto maggiore sarà la possibilità di essere semplici. I nostri problemi - problemi sociali, ambientali, politici, religiosi - sono complessi a tal punto che potremo risolverli soltanto essendo semplici, e non certo diventando straordinariamente valenti ed eruditi. Una persona semplice vede in modo assai più diretto, possiede un'esperienza assai più immediata di una persona complessa. Le nostre menti sono tanto gremite di nozioni infinite sui fatti, di quanto altri hanno detto, che siamo ormai incapaci di esser semplici e di avere noi stessi esperienze dirette. Questi problemi esigono un atteggiamento nuovo; e possono essere affrontati in modo nuovo soltanto se saremo semplici: realmente semplici interiormente. Tale semplicità nasce dalla conoscenza di sé, dal comprendere noi stessi; i modi del nostro pensare e sentire; i moti dei nostri pensieri; le nostre reazioni, la maniera in cui ci conformiamo, attraverso il timore, all'opinione pubblica, a quanto dicono gli altri, a quanto hanno detto il Buddha, il Cristo, i grandi santi: e tutto ciò tradisce la nostra inclinazione a conformarci, a sentirci sicuri, ad essere al riparo. Quando si cerca la sicurezza, ovviamente ci si trova in una condizione di timore, e pertanto non vi è semplicità. Senza essere semplici, non si potrà essere sensibili: agli alberi, agli uccelli, alle montagne, al vento, a tutte le cose che vanno accadendo intorno a noi nel mondo. Se non si è semplici non si potranno cogliere i segni interiori delle cose. La maggior parte di noi vive con tale superficialità, ai livelli superiori della coscienza; a questi livelli cerchiamo di essere intelligenti o profondi, il che è sinonimo dell'essere religiosi; a tali livelli cerchiamo di rendere semplici le nostre menti, attraverso la costrizione, la disciplina. Ma non è questa la semplicità. Quando costringiamo ad essere semplici i livelli superiori della mente, tale costrizione non fa che irrigidire la mente, non la rende docile, chiara, pronta. Essere semplici nell'intero e totale processo della nostra coscienza è estremamente arduo; poiché non dev'esservi alcuna riserva interiore, ed è necessaria un'urgenza di scoprire, investigare il processo del nostro essere, il che significa essere attenti a ogni segno, a ogni traccia; esser consapevoli dei nostri timori e speranze, e investigarli e liberarcene sempre più, sempre più. Soltanto allora, soltanto quando la mente ed il cuore saranno realmente semplici, senza incrostazioni, saremo capaci di risolvere i numerosi problemi che stanno dinanzi a noi. La conoscenza non li risolverà. Forse sapete, per esempio, che esiste la reincarnazione, che dopo la morte vi è continuazione. Forse lo sapete, non dico che lo sappiate; oppure, potete esserne convinti. Ma ciò non risolve il problema. La vostra teoria non differirà la morte; né la conoscenza, né la convinzione. Essa è assai più misteriosa, assai più profonda, assai più creativa. Si deve possedere la capacità di investigare da principio tutte queste cose; perché soltanto attraverso l'esperienza diretta si risolveranno i vostri problemi; e dovrete possedere semplicità, vale a dire sensibilità, per avere esperienza diretta. Il peso della conoscenza rende sorda la mente. Il passato, il futuro rendono sorda la mente. Soltanto la mente capace di adattarsi continuamente al presente, di momento in momento, potrà affrontare le influenze e le pressioni potenti cui ininterrottamente il nostro ambiente ci sottopone. Così, religioso non è chi indossa la tonaca o si cinga di lombi, o campi di un solo pasto al giorno, o abbia fatto innumerevoli voti di essere questo e non essere quello, ma chi è semplice interiormente, chi non sta diventando nulla. Una mente cosiffatta è capace di una ricettività straordinaria, poiché non vi è barriera, non vi è timore, non si persegue nulla; e pertanto si è capaci di ricevere la grazia, Dio, la verità, o ciò che vorrete. Ma una mente che persegue la realtà non è semplice. Una mente che si conformi a un qualsiasi schema o autorità, interiore o esteriore, non potrà essere sensibile. E soltanto quando una mente è realmente sensibile, vigile, consapevole di tutto ciò che accade dentro di lei, delle sue reazioni e dei suoi pensieri, soltanto quando non sta più diventando alcunché, né figurandosi di essere qualche cosa: soltanto allora una mente sarà capace di ricevere la verità. E soltanto allora potrà esservi felicità,

perché la felicità non è un fine: è il risultato della realtà. Quando la mente e il cuore sono divenuti semplici e dunque sensibili - non mediante una forma qualsiasi di costrizione, di direzione, di imposizione - allora vedremo che i nostri problemi potranno affrontarsi in modo assai agevole. Per quanto siano complessi, saremo in grado di affrontarli in modo nuovo e di vederli diversamente. Questo occorre nell'epoca presente: persone capaci di affrontare in modo nuovo, creativo, semplice questa confusione, questo tumulto, questo antagonismo esteriore: e non con teorie né formule, né di destra né di sinistra. Non si può affrontare in modo nuovo tutto questo se non si è semplici. Un problema non si risolve che affrontandolo in questo modo. Non potremo affrontarlo in modo nuovo se penseremo nei termini di determinati schemi di pensiero, religiosi, politici o di altro genere. Perciò dovremo liberarci di tutte queste cose, per essere semplici. Ecco perché è tanto importante essere consapevoli, possedere la capacità di intendere il processo del nostro stesso pensiero, conoscere totalmente noi stessi; da ciò nasce una semplicità, nasce un'unità che non è una virtù o una pratica. L'unità conquistata con fatica cessa di essere tale. Una mente che si fa umile non sarà più umile. Soltanto quando si possiede l'umiltà senza averla coltivata, si è capaci di affrontare le cose della vita che premono su di noi, poiché allora non si è importanti, non si guarda attraverso le proprie pressioni od il senso del proprio valore; si guarda al problema in se stesso e si è, così, capaci di risolverlo.