

Jiddu Krishnamurti, Lo sforzo

Per molti di noi la vita si fonda sullo sforzo, su una qualche forma di volizione. Non possiamo concepire un'azione senza volizione, senza sforzo: la nostra vita si basa su di esso. La nostra vita sociale, economica e sedicente spirituale è una serie di sforzi, che culminano sempre in un certo risultato. E riteniamo che lo sforzo sia essenziale, necessario. Perché compiamo lo sforzo? Detto semplicemente: non è per ottenere un risultato, per diventare qualcosa, per raggiungere una meta? Se non facciamo uno sforzo, pensiamo ci aspetti il ristagno. Abbiamo un'idea circa la meta cui tendiamo costantemente; e quest'ansia è divenuta parte della nostra vita. Se intendiamo mutare, se intendiamo determinare un mutamento radicale in noi stessi, compiamo uno sforzo tremendo per eliminare le antiche abitudini, per resistere alle influenze ambientali consuete, e così via. Così ci avvezziamo a questa serie di sforzi per trovare o raggiungere qualcosa, per poter semplicemente vivere. Tutto questo sforzo non è l'attività del sé? Lo sforzo non è un'attività incentrata sul sé? Se compiamo uno sforzo che parte dal centro del sé, esso inevitabilmente produrrà maggiore conflitto, confusione, miseria. Eppure continuiamo a compiere uno sforzo dopo l'altro. Pochissimi tra noi si rendono conto del fatto che l'attività dello sforzo, incentrata sul sé, non elimina alcuno dei nostri problemi. Al contrario, essa incrementa la nostra confusione, e miseria, ed angoscia. Lo sappiamo; eppure continuiamo a sperare di aprirci un varco mediante quest'attività incentrata sul sé, mediante l'azione della volontà. A mio avviso comprenderemo il significato della vita, se comprenderemo che cosa significhi compiere uno sforzo. La felicità giunge attraverso uno sforzo? Vi siete mai sforzati di essere felici? È impossibile, non è vero? Vi sforzate di essere felici e non c'è felicità: non è così? La gioia non giunge attraverso la soppressione, attraverso il controllo o l'indulgenza. Si può indulgere; ma alla fine vi è amarezza. Si può sopprimere o controllare; ma nascosto c'è sempre il conflitto. Perciò la felicità non giunge attraverso uno sforzo, né la gioia attraverso il controllo e la soppressione; eppure, tutta la nostra vita è una serie di soppressioni, una serie di controlli, una serie di indulgenze piene di rimorso. Vi è pure un accavallarsi continuo, una lotta ininterrotta con le nostre passioni, la nostra avidità e la nostra stupidità. Così non lottiamo forse, non combattiamo, non compiamo sforzi, nella speranza di trovare la felicità, di trovare qualche cosa che ci dia un senso di pace, un senso di amore? Eppure, l'amore o la comprensione vengono forse attraverso il conflitto? A mio avviso è assai importante comprendere che cosa intendiamo per lotta, conflitto o sforzo. Lo sforzo non significa forse una lotta per mutare ciò che è in ciò che non è, o in ciò che dovrebbe essere o dovrebbe accadere? Vale a dire: lottiamo continuamente per evitare di affrontare ciò che è oppure cerchiamo di sfuggirgli, o di trasformare o modificare ciò che è. Chi è veramente felice? chi comprende ciò che è, chi dà a ciò che è il suo vero significato. Questo è appagamento vero; non si occupa di possedere, poco o molto, ma della comprensione, nel suo pieno significato, di ciò che è; il che può accadere soltanto quando si riconosce ciò che è, quando se ne è consapevoli, non quando si tenta di modificarlo, di alterarlo. Vediamo così che lo sforzo è un conflitto o una lotta per trasformare ciò che è in qualche cosa che si desidera sia. Parlo soltanto del conflitto psicologico, non della lotta con un problema fisico, come la tecnica, o una qualche scoperta o trasformazione che sia puramente di carattere tecnico. Parlo unicamente di quel conflitto che è psicologico e che va sempre al di là di quello tecnico. Si può costruire, con grandissima cura, una società meravigliosa, impiegando la conoscenza infinita che la scienza ci ha dato. Ma finché la lotta e il conflitto psicologico non verranno compresi e le risonanze e le correnti psicologiche non saranno state superate, la struttura della società, per quanto meravigliosamente costruita, è destinata a crollare, come è accaduto infinite volte. Lo sforzo è una distrazione da ciò che è. Nel momento in cui accetto ciò che è non vi è conflitto. Qualsiasi forma di conflitto o di lotta denuncia distrazione; e la distrazione, cioè lo sforzo, dovrà esistere finché psicologicamente desidererò trasformare ciò che è in qualche cosa che non è. Anzitutto dovremo esser liberi di vedere che la gioia e la felicità non vengono attraverso lo sforzo. La creazione ha luogo attraverso uno sforzo, oppure vi è creazione soltanto con la cessazione dello sforzo? Quand'è che scrivete, dipingete o cantate? quand'è che create? Senza dubbio quando non vi è sforzo, quando siete completamente aperti, quando a tutti i livelli vi trovate in comunicazione completa, interamente integrati. Allora vi è gioia, ed allora cominciate a

cantare, o a scrivere una poesia, o a dipingere, o a modellare qualche cosa. Il momento creativo non nasce dal conflitto. Forse comprendendo la questione della creatività saremo capaci di comprendere che cosa intendiamo per sforzo. La creatività è forse il risultato di uno sforzo e, nei momenti in cui siamo creativi, siamo consapevoli? Oppure la creatività è un senso di totale dimenticanza di sé, quel senso che si ha quando non vi è tumulto, e nel quale si è completamente inconsapevoli del movimento del pensiero, ed esiste soltanto un essere completo, ricco, pieno? Quello stato è il risultato di un lavoro, del conflitto, della lotta, dello sforzo? Non so se abbiate mai notato che quando fate qualche cosa facilmente, rapidamente, non vi è sforzo, vi è completa assenza di lotta; ma essendo la nostra vita prevalentemente una serie di battaglie, di conflitti e di lotte, non possiamo immaginare una vita, uno stato dell'essere, nel quale il conflitto sia completamente cessato. Per intendere lo stato dell'esser privi di conflitto, lo stato dell'esistenza creativa, senza dubbio è necessario investigare l'intero problema dello sforzo. Per sforzo intendiamo l'ansia di compier se stessi, di diventare qualche cosa, non è così? Io sono questo, e desidero diventare quello; non sono quello, devo diventarlo. Nel diventare "quello", vi è lotta, battaglia, conflitto; in questa battaglia ci interessiamo inevitabilmente di giungere a un risultato mediante la conquista di una meta; cerchiamo il compimento del sé in un oggetto, in una persona, in un'idea, e ciò esige continua battaglia, lotta, lo sforzo di divenire, di compiersi. Perciò riteniamo che lo sforzo sia inevitabile; ed io mi domando se sia veramente inevitabile, quest'ansia di diventare qualche cosa. Perché esiste? Ove si ha il desiderio di compiere, a qualsiasi grado e a qualsiasi livello, dev'esservi lotta. Il risultato è il motivo, la spinta dietro lo sforzo; e in chiunque, nel grande dirigente, nella donna di casa, in un poveraccio, c'è sempre la battaglia per diventare, per compiere, per continuare. Ora, perché vi è il desiderio di compiersi? Ovviamente il desiderio di compiersi, di diventare qualche cosa, nasce quando vi è consapevolezza di non essere nulla. Poiché non sono nulla, poiché sono incompleto, vuoto, interiormente mi batto per diventare qualche cosa; esteriormente o interiormente mi batto per compiermi in una persona, in una cosa, in un'idea. Riempire questo vuoto è tutto il processo dell'esistenza. Essendo consapevoli di esser vuoti, interiormente poveri, ci battiamo o per accumulare esteriormente beni, o per coltivare interiormente altri tesori. Vi è sforzo soltanto quando si ha una fuga da un vuoto interiore attraverso l'azione, la contemplazione, l'acquisizione, la conquista, il potere, e così via. È questa la nostra esistenza quotidiana. Sono consapevole della mia insufficienza, della mia povertà interiore, e mi sforzo di sfuggirvi o di arricchirla. Questo fuggire, questo evitare, o tentare di rimediare al vuoto, implica sforzo, lotta, conflitto. Ora, che cosa accade se tale sforzo di fuggire non viene compiuto? Si vive con quella solitudine, con quel vuoto; ed accettando quel vuoto si vedrà nascere uno stato creativo che non ha nulla a che vedere con il conflitto, con lo sforzo. Lo sforzo esiste soltanto finché cerchiamo di evitare quella solitudine, quel vuoto interiore; ma quando lo contempliamo, lo osserviamo, quando accettiamo ciò che è senza schermircene, troviamo che ne nasce una situazione dell'essere, nella quale ogni conflitto cessa. Quella situazione è la creatività, e non il è risultato di un conflitto. Ma quando si ha intendimento di ciò che è, cioè il vuoto, l'insufficienza interiore, quando con quella insufficienza si vive e la si comprende pienamente, allora giunge la realtà creativa, l'intelligenza creativa, che sola porta la felicità. Perciò l'azione, quale la conosciamo, in realtà è reazione, è un divenire incessante, cioè è rinnegamento, fuga da ciò che è; ma quando vi è consapevolezza del vuoto senza scelta, senza condanna o giustificazione, allora in quella comprensione di ciò che è vi è azione, e tale azione è l'essere creativi. Lo comprenderete se sarete consapevoli di voi stessi nell'azione. Osservatevi, osservate il modo in cui agite, non soltanto esteriormente, ma anche nel movimento del vostro pensiero e del vostro sentire. Quando sarete consapevoli di questo movimento vedrete che il processo del pensiero, che è pure sentimento ed azione, è fondato sull'idea del diventare. L'idea del diventare sorge soltanto quando vi è senso di insicurezza; e tale senso di insicurezza si verifica quando si è consapevoli del vuoto interiore. Se si è consapevoli di quel processo del pensiero e del sentimento, si scoprirà che è in corso una lotta costante, uno sforzo per mutare, modificare, alterare ciò che è. È questo lo sforzo di diventare, e diventare significa evitare direttamente ciò che è. Attraverso la conoscenza di sé, attraverso una consapevolezza costante, troverete che la lotta, la battaglia, il conflitto per diventare conducono al dolore, all'angoscia e all'ignoranza. Solo se si è consapevoli

dell'insufficienza interiore e si vive con essa senza sfuggirle, accettandola completamente, solo allora si scoprirà una tranquillità straordinaria, una tranquillità che non viene composta e costruita, ma deriva dalla comprensione di ciò che è. Soltanto in quello stato di tranquillità l'esistenza è creativa.