

La percezione

di Jiddu Krishnamurti

Interrogante: Voi usate diverse parole per dire percezione. Talvolta dite "percezione", ma anche "osservare", "capire", "comprendere", "essere consapevole di". Mi sembra che usiate tutte queste parole per indicare una sola cosa: vedere chiaramente, completamente, interamente.

Si può vedere qualcosa totalmente? Non dico a livello fisico o tecnico, ma a livello psicologico è possibile percepire, comprendere qualcosa totalmente? Non c'è sempre una parte nascosta per cui si ha sempre una visione parziale? Le sarei molto riconoscente se potesse trattare questo argomento in modo molto vasto. Sento che è una questione importante, che potrebbe fornire una traccia per molti altri fatti della vita.

Se potessi capire me stesso totalmente allora potrei risolvere tutti i miei problemi ed essere un uomo felice, al di sopra dei limiti umani. Quando ne parlo mi sento abbastanza eccitato all'idea di poter superare il mio piccolo mondo con i suoi problemi e le sue angosce. Perciò, cosa intendete per percezione, visione? Può uno vedere se stesso in modo completo?

Krishnamurti: Noi guardiamo sempre in modo parziale. Prima di tutto perché siamo disattenti e in secondo luogo perché guardiamo ai fatti secondo dei pregiudizi, secondo immagini verbali e psicologiche di ciò che guardiamo. Perciò non vediamo mai niente in modo totale. È piuttosto difficile anche guardare obiettivamente la natura. Guardare un fiore senza un'immagine, senza alcuna conoscenza di botanica proprio per osservarlo diventa assolutamente difficile perché la nostra mente è vagante, priva di interesse. Ed anche se è interessata guarda il fiore con un certo apprezzamento e con una descrizione verbale che sembra dare all'osservatore la sensazione di averlo veramente guardato. Guardare intenzionalmente non è guardare.

Perciò il fiore non lo guardiamo mai veramente. Lo guardiamo attraverso una immagine. Probabilmente è abbastanza facile guardare qualcosa che non ci tocchi profondamente, come quando andiamo al cinema a vedere fatti che per un attimo ci agitano ma che subito dimentichiamo. Ma succede molto di rado di osservare se stessi senza l'immagine di se stessi che è costituita dal passato, dalle conoscenze e dalle esperienze accumulate. Abbiamo una immagine di noi stessi.

Pensiamo di dover essere questo e non quello. Ci siamo fatti precedentemente un'immagine di noi stessi e attraverso di essa ci guardiamo. Pensiamo di essere superiori o ignobili e la visione di quel che realmente siamo ci scoraggia o ci spaventa. Così non possiamo guardare noi stessi; quando lo facciamo si tratta di un'osservazione parziale, e qualsiasi cosa che sia parziale o incompleta non genera comprensione. È solo quando ci guardiamo totalmente che ci può essere la possibilità di liberarsi da quel che osserviamo.

La nostra percezione non dipende solo dagli occhi, dai sensi, ma anche dalla mente, ed è ovvio che la mente è pesantemente condizionata. Perciò la percezione intellettuale è solamente parziale, tuttavia sembra soddisfare la maggior parte di noi, e pensiamo di comprendere. La cosa più pericolosa e distruttiva che ci sia è una comprensione frammentaria.

Questo è esattamente quel che sta succedendo in tutto il mondo. Il politico, il prete, l'uomo d'affari, il tecnico, anche l'artista, tutti hanno una visione parziale. E perciò sono persone veramente distruttive. Dal momento che hanno ruoli molto importanti nel mondo la loro visione parziale diventa la norma accettata, e l'uomo vi resta intrappolato. Ciascuno di noi è allo stesso tempo il prete, il politico, l'uomo d'affari, l'artista, e molte altre entità frammentarie. E ciascuno di noi è anche il campo di battaglia di tutte queste opinioni e questi giudizi in conflitto.

Interrogante: Questo lo vedo chiaramente, naturalmente a livello intellettuale.

Krishnamurti: Se lo vedrete totalmente, e non intellettualmente o verbalmente o emotivamente, allora vi comporterete e vivrete in modo completamente diverso. Quando vedete un pericoloso precipizio o vi trovate davanti un animale pericoloso non c'è comprensione parziale o azione parziale; c'è un'azione totale.

Interrogante: Ma non ci troviamo davanti a pericoli del genere per tutta la vita.

Krishnamurti: Siamo per tutta la vita in simili pericoli. Vi siete abituato ad essi, o siete indifferente ad essi, o lasciate che siano gli altri a risolvere i problemi; e gli altri sono altrettanto ciechi e irrazionali.

Interrogante: Ma come posso fare ad essere sempre consapevole di queste crisi? e perché dite che ci sono delle crisi in ogni momento?

Krishnamurti: In ogni momento c'è l'intero della vita. Ogni momento è una sfida. Imbattersi in modo sbagliato in queste sfide è una crisi della vita. Non vogliamo vedere che queste sono crisi, così chiudiamo gli occhi e le fuggiamo. Perciò diventiamo ancora più ciechi, e le crisi aumentano.

Interrogante: Ma come posso percepire totalmente? Comincio a capire che la mia visione è parziale, e capisco anche l'importanza di avere di me stesso e del mondo una percezione completa, ma accadono tante cose dentro di me che non so quale guardare. La mia mente è come una enorme gabbia piena di scimmie irrequiete.

Krishnamurti: Se vedete in modo totale un movimento, in quella totalità è compreso ogni altro movimento. Se capite in modo completo un problema, allora capite tutti i problemi dell'uomo, dal momento che sono tutti interdipendenti. Perciò questo è il problema: si può capire, o percepire, o vedere, un problema in modo talmente completo che proprio nel momento in cui lo si comprende si raggiunga la comprensione di tutti gli altri?

Un problema deve essere visto mentre sta accadendo, non prima o dopo, come ricordo o come esempio. Per esempio non è opportuno che ora noi si analizzi la rabbia o la paura; la cosa da fare è di analizzarle al momento che si presentano. La percezione è istantanea: capite qualcosa istantaneamente o per niente: vedere, sentire, capire, sono istantanei. Ascoltare e guardare si prolungano nel tempo.

Interrogante: Il mio problema invece dura. Esiste per un certo periodo di tempo. Voi dite che la visione è istantanea e quindi fuori dal tempo. Cos'è che fa invece durare la gelosia o qualsiasi abitudine, o qualsiasi altro problema?

Krishnamurti: Non durano forse perché non li avete guardati con sensibilità, con consapevolezza senza alternativa di scelta, con intelligenza? Avete guardato parzialmente permettendone così la durata. In più il desiderio di sbarazzarsene è un altro problema duraturo. L'incapacità di risolvere una questione dà origine a un problema duraturo.

Interrogante: Ma come posso vedere istantaneamente una cosa nella sua interezza? Come posso capirla in modo che non torni mai più?

Krishnamurti: Date più importanza al mai o al capire? Se date più importanza al mai vuol dire che quella cosa volete fuggirla per sempre, e questo vuol dire creare un secondo problema. Abbiamo quindi una sola domanda, cioè come si fa a vedere un problema in modo talmente completo da liberarsene. La percezione può scaturire solamente dal silenzio, mai da una mente ciarlata. Il suo essere ciarlata deriva forse dal desiderio di

liberarsi del problema, di ridurlo, di fuggirlo, di sopprimerlo o di trovarne un sostituto; solo una mente in quiete può vedere.

Interrogante: Come posso fare per avere la quiete della mente?

Krishnamurti: Voi non vedete la verità che la mente vede solo se è in quiete. Il problema di come avere la quiete della mente non esiste. È la verità che la mente deve essere quieta; vedere questa verità libera la mente dall'essere ciarlieria. È allora operante la percezione, cioè l'intelligenza, e non la presunzione di voler essere in silenzio per poter vedere. La presunzione può anche operare, ma questa non è altro che una operazione parziale e frammentaria. Non c'è alcun rapporto tra il parziale e il totale; il parziale non può crescere e diventare il totale. Perciò vedere è della massima importanza. Vedere è attenzione, ed è solamente la disattenzione che fa sorgere un problema.

Interrogante: Come posso essere attento in ogni momento? È impossibile!

Krishnamurti: Proprio così, è impossibile. Ma essere consapevole della propria disattenzione è della massima importanza, non c'è bisogno di chiedere come essere attenti in ogni momento. Porre questa domanda, "Come posso essere attento in ogni momento?" è avidità. Ci si perde nello sforzo di essere attenti. Lo sforzo di essere attenti è disattenzione. Non potete sforzarvi di essere bello, o di amare.

Quando non c'è più odio c'è l'altro. E l'odio può cessare solamente quando gli date tutta la vostra attenzione, quando imparate e non accumulate nozioni su di esso. Cominciate il più semplicemente possibile.

Interrogante: Qual è il punto del nostro discorrere, se dopo avervi ascoltato sappiamo che non c'è niente da mettere in pratica?

Krishnamurti: Quello che è importante è ascoltare, e non quello che farete dopo. L'ascoltare è azione istantanea. Lo sforzo dà durata al problema. Lo sforzo è assoluta disattenzione. Non bisogna mai sforzarsi: potrete solamente commettere errori. L'imparare è sempre una novità.