



TEKNOTRE

Istituto di Cultura

V. P.ssa Clotilde 95/A-10144 TORINO

Tel./Fax 011.4376565

www.teknotre.org - email: info@teknotre.org

MILLENARIA SAPIENZA DELL'INDIA

Anno 2015-2016

2° incontro

JIDDU KRISHNAMURTI

LA VITA (sintesi dalla Introduzione di Claudio Cicuzza a *La Ricerca della Felicità*)

Krishnamurti è sicuramente una delle più grandi figure della spiritualità indiana contemporanea ed anche uno dei più grandi mistici del Novecento. Egli tuttavia non ha mai voluto essere considerato come tale o come un filosofo, un *guru*, un santo, un maestro. Pur non aderendo ad alcuna particolare confessione religiosa è stato certamente tra coloro che più hanno contribuito alla diffusione, in Occidente, dell'interesse per la spiritualità indiana.

Jiddu Krishnamurti nasce a Madanapalle, un paesino collinare nell'India meridionale fra Madras e Bangalore, l'11 maggio 1895. Nel 1909, dopo la morte della madre, la famiglia si trasferisce ad Adyar, dove il padre Noraniah, viene assunto come segretario presso la sede della **Società Teosofica** cui aveva aderito fin dal 1882. Sono la Presidente della Società, Annie Besant e il suo principale collaboratore, Charles Webster Leadbeater [succeduti ai Fondatori, Henry Steel Olcott, Madame Blavatsky e William Quan Judge, che avevano creato la Società a New York nel 1875, la cui finalità era quella di promuovere la fratellanza fra gli uomini, attraverso lo studio comparato delle religioni, filosofie e scienze, antiche e moderne e lo studio e lo sviluppo delle facoltà spirituali dell'uomo] a notare il giovane Krishnamurti per la sua innata saggezza e per il particolare carisma che appena quindicenne già possedeva. Così, Besant e Leadbeater vogliono vedere in questo giovane il "veicolo" attraverso il quale il bodhisattva Maitreya il Buddha del futuro [dopo Gotama Sakyamuni, il Buddha storico] si sarebbe manifestato sulla terra nel secolo XX! Perciò la Società Teosofica di Adyar [si occupa dell'educazione del giovane Krishnamurti e di



suo fratello Nitya facendogli frequentare le scuole in India e in Inghilterra ove, a partire dal 1911, sono educati nei migliori *Colleges*.

Nello stesso anno, Annie Besant fonda l'Ordine Internazionale della Stella d'Oriente, nominandone Presidente Jddu Krishnamurti, allora sedicenne, che ha lo scopo di "preparare" l'umanità intera all'avvento del "Maestro del Mondo" [una specie di "ritorno del Cristo", secondo Besant&Leadbeater], appellativo dato a Khrishnamurti, suo malgrado, dai membri della Società Teosofica di Adyar [che ben presto cominciano a sviluppare per Krishnaji, come affettuosamente lo chiamano, una vera e propria adorazione e culto religioso].

In effetti, a partire dal 1922, Jiddu Khrishnamurti comincia ad avere frequenti esperienze di tipo psico-spirituale, assimilabili a stati mistici estatici, accompagnati da forti dolori alla testa e alla colonna vertebrale che in forma più o meno attenuata seguiranno per tutta la sua vita. Questo fenomeno particolare è definito da lui stesso "il processo", ma non viene mai spiegato. Così però lo descrive:

Letture

"Ieri, il "processo" è stato molto intenso. L'intensità è aumentata e si è fatta quasi insopportabile, così che sono stato costretto a sdraiarmi. Per fortuna c'era qualcun altro nella stanza. La stanza s'era riempita di quella benedizione [...] era il cuore della creazione; era una severità purificatrice che rendeva il cervello puro di qualsiasi pensiero e sentimento".

Ben presto, le aspettative riversate su di lui dalla Società Teosofica di Adyar, iniziano a rappresentare per lui una sorta di prigione:

Letture

"Vi ripeto: io non ho discepoli. Ognuno di voi è un discepolo della Verità, se comprendete la Verità e non seguite le persone [...]. Mi rifiuto di essere la vostra stampella. Non ho intenzione di lasciarmi ingabbiare per essere adorato da voi [quale Maestro, un idolo].

Di fatto, l'evoluzione spirituale di Krishnamurti lo conduce sempre più lontano da ogni sovrastruttura concettuale, religiosa, culturale e culturale e sancisce definitivamente il suo distacco dalla Società Teosofica di Adyar guidata



sempre dalla Signora Besant. Il 3 Agosto 1929 Khrishnamurti scioglie perentoriamente l'Ordine Internazionale della Stella in Oriente:

“Io sostengo che la Verità è una terra senza stranieri e che non potete accedere ad essa attraverso nessun sentiero, nessuna religione, nessuna setta [nessun *guru*, maestro, etc.]. Nel momento in cui avrete compreso questo, vedrete come non è possibile organizzare una fede. La fede è una cosa strettamente individuale, e non potete e non *dovete*, organizzarla. Se lo fate essa muore, si cristallizza, diventa un culto, una setta, una religione da *imporre agli altri*.”

[Lo scioglimento dell'Ordine Internazionale della Stella D'Oriente, creò grande sconcerto e sconforto in migliaia di “teosofi” sparsi in tutto il mondo e costituì, di fatto, la crisi più grave subita dalla Società Teosofica, considerata nel suo insieme, più grave ancora delle varie divisioni e scissioni in questa succedutesi dopo la morte della Fondatrice, Madame Blavatsky. Su Annie Besant ebbe l'effetto forse più dirompente: causò infatti in lei un trauma che la condusse in breve tempo a uno squilibrio mentale, accelerandone la scomparsa. Agli occhi del mondo, in generale, non solo la Società Teosofica di Adyar, ma l'intero Movimento Teosofico (peraltro ormai da tempo diviso e separato al suo stesso interno) perse quasi completamente credibilità ed importanza oltre che, naturalmente, moltissimi seguaci].

Dopo essersi dimesso dalla Società Teosofica di Adyar (e aver rinunciato, tra l'altro, alle molte donazioni in denaro, terre e immobili, che i membri dell'organizzazione facevano regolarmente a suo nome), Krishnamurti continua a tenere conferenze in tutto il mondo, diffondendo il suo messaggio di libertà e amore per la vita a cui unisce la passione non meno attiva per l'educazione. Fonda infatti in India, in Inghilterra e in California, varie scuole nella quali viene offerta ai ragazzi una preparazione culturale di prim'ordine, cercando di favorire uno sviluppo completo e armonioso degli allievi.

Khrishnamurti continua a viaggiare senza sosta e a parlare in pubblico, fino a quasi il giorno della sua morte, che avviene il 15 Febbraio nel 1986 ad Ojai in California.

Le tre fondamentali attività di Krishnamurti sono state quelle di un acuto indagatore dell'anima umana, quella di sensibile e attento educatore e quella di coinvolgente oratore.

Il nucleo del suo insegnamento è rappresentato dall'esortazione ad avere una costante *attenzione* nei confronti della vita *nella sua globalità*, una vigile “consapevolezza” di ogni attività, mentale o fisica:



Letture

“La soluzione di ogni problema, il profondo e reale accadimento della nostra vita, compresa la sofferenza, può venire alla luce solare attraverso una consapevolezza totale che non sceglie, non giudica, non condanna. Tale consapevolezza si realizza perciò, solo quando siamo passivamente [ricettivamente e spassionatamente] consapevoli dell'intero processo della nostra coscienza, il che significa essere consapevoli di noi stessi senza alternative, senza scegliere prima ciò che è giusto e ciò che è sbagliato. Quando siete *passivamente consapevoli* vi accorgete che da quella passività – che non è indolenza, non è sonno, ma al contrario, *estrema vigilanza* – il problema appare in una luce alquanto diversa. Ciò significa che non c'è più l'identificazione col problema e, di conseguenza, non c'è più giudizio, per cui il problema comincia a rivelare il proprio contenuto”.

La natura di Krishnamurti è profondamente *iconoclasta*, nel senso che lo porta ad attaccare ed abbattere le più stabili e statiche nostre sicurezze. Il suo rifiuto di ogni tradizione, di ogni vincolo, culturale e sociale, non lo allontana mai tuttavia dalla più pura tradizione spirituale indiana, sia induista che buddhista.

Il nucleo di tutto il suo messaggio è l'insistente invito ad *osservare la nostra mente* [come nella più pura tradizione yogica], ad avere una consapevolezza non selettiva [completa e spassionata] delle sue modificazioni automatiche, meccaniche, in modo da generare una sempre maggiore adesione al “momento presente”, senza inutili fughe verso il passato e verso il futuro. L'importanza è dunque del *momento presente* e del fatto che ogni vera felicità, libertà, liberazione, può solo appartenere ad esso, non al passato, non al futuro.

Con la coscienza radicata, salda, totalmente nel presente, non viene negata né la capacità di ricordare né quella di progettare che vengono restituite alla loro giusta dimensione, ma scompaiono invece, quelle “credenze” e quelle “conoscenze” derivate dall'esclusivo desiderio di sicurezza [o di potere], e sorge il *silenzio* che fa spazio alla libera freschezza del “nuovo”. Si abbatte quel muro di paura [e di illusione] che viene creato dalla mente nel corso della vita e che è responsabile del nostro, più o meno conscio, isolamento dagli altri [nel proprio “io” empirico, separato e separatore]. Inoltre in una mente saldamente ancorata al presente che si rinnova di continuo nel suo morire di istante in istante, non



può attecchire il processo di accumulazione o di attaccamento che formano la natura dell' "io" empirico separato [empirico perchè sempre solo 'oggetto' di esperienza, mai soggetto consapevole dell'illusione di questa]: scompare così ogni timore per la "morte".

Nelle parole di Krishnamurti riecheggiano concetti tipicamente buddhisti, come "la non esistenza reale del sé [dell' "io" empirico; è la dottrina dell'*anàtman*, "assenza di sé"], sentita quale unica condizione che può dar vita alla vera comprensione e dove può sorgere l'esperienza della verità o realtà. Ancor più evidente è il richiamo alla pratica della "meditazione di consapevolezza".

Letture

"Sedetevi con la schiena dritta, perfettamente immobili e osservate il lavoro, ascoltate il "rumore" [continuo, incessante] della vostra mente. Non cercate di controllarla, non soffermatevi sul fatto che dovrebbe evitare o smettere di vagare da un pensiero all'altro, da un'immagine all'altra; limitatevi ad essere consapevoli del fatto che la mente vaga. Non cercate di intervenire, ma osservatela, come si osserva un fiume scorrere seduti sulle sue rive".

Una mente aperta, agile, pronta a fare spazio al *nuovo*, senza porre barriere ideologiche o culturali, è una mente che possiede la fiducia, la fiducia del bambino "così completamente innocente da essere disposto a sperimentare qualunque cosa". Questa libertà di coscienza, questa potenzialità va mantenuta viva attraverso una educazione che sappia evitare di inculcare paura, che sappia insegnare ad osservare il proprio sé ["io"] e la propria vita. La scuola deve inoltre insegnare a cogliere il carattere positivo e costruttivo che esiste anche nell'insoddisfazione, qualora essa divenga scintilla dell'unica rivoluzione possibile, quella *interiore*.

La mente così purificata diviene libera e, priva com'è di ogni timore, si trasforma in terreno fertile per il sorgere dell'*amore*.

Krishnamurti definisce il vero amore come quello *privo di desiderio*, che nasce spontaneamente e in modo naturale quando il pensiero si acquieta, quando il sé, l' "io" empirico, perde il suo immenso potere di illusione.

Il vero amore non conosce né ansie né paure ed è l'unico mezzo di cui disponiamo per cambiare noi stessi e, di conseguenza, il mondo intero. Perciò,



Lettura

“Non direte: “[Io]Amo il mondo intero!”, ma quando avrete imparato ad amare [senza desiderio ego-centrico] anche *una sola persona*, saprete come amare l’insieme dell’umanità. (...) Quando si ama, non esiste né uno né molti: c’è soltanto l’amore”

*

* *

GLI INSEGNAMENTI

Letture

Su amore e verità (da *Autoconoscenza*)

*Domanda: “Si può amare la verità senza amare l’uomo?
Si può amare l’uomo senza amare la verità?
Quale viene prima?”*

“L’AMORE viene prima di tutto (...) Per amare la verità bisogna conoscerla, ma ciò che può essere conosciuto non può essere la verità dato che ogni cosa raggiungibile dalla mente è già inserita nel *tempo*, mentre la verità è un continuo movimento e non può essere misurata in termini di tempo e di parole”.

“Dunque, se amare la verità, significa conoscerla (perché non si può amare qualcosa che non si conosce) ma non essendo inserita nel tempo né misurabile, né sondabile, né esprimibile con parole, vuol dire che essa non si trova nei libri, nell’idolatria, nei templi; può essere tuttavia trovata mentre uno agisce, vive e pensa. E siccome l’amore viene prima di tutto, la ricerca stessa dell’ignoto è amore [l’ignoto, l’inedito, è la “libertà dal conosciuto”, dal passato]; ma cercare l’ignoto senza essere in mutuo rapporto [fratellanza] con le altre persone [e con le altre creature, con la terra, tutto ciò che esiste] non è possibile. Non si può andare in cerca della realtà, di Dio, o di quello che si vuole, ritirandosi nell’isolamento [dagli altri e dal mondo]. Non si può amare e incontrare l’ignoto se non nelle nostre relazioni umane, nel rapporto tra l’uomo e l’uomo [e tra l’uomo e il mondo]”.

“L’amore per l’uomo, per l’umanità, è la ricerca della realtà. Se non si ama l’uomo, se non si ama l’umanità, [se non si ama le creature, la terra, il mondo]



non vi può essere la ricerca del reale: e questo perché nel conoscerci nei nostri reciproci rapporti, si comincia a *conoscere se stessi*. I rapporti umano sono uno specchio nel quale si riflette la nostra stessa immagine; non è l'immagine di un "Io" superiore, bensì la totalità del nostro essere [‘corpo, anima e spirito in una inscindibile unità’].

“I nostri rapporti stessi, costituiscono la ricerca del reale perché quella è l'unica possibilità di venire in contatto anche con noi stessi: e la *comprensione* di ciò che siamo è il principio stesso della vita”.

“Io non posso esistere indipendentemente da voi, non posso dimorare in uno stato di isolamento. Perciò, nei nostri rapporti, nella relazione che si intreccia tra me e voi io comincio a comprendermi e da questa comprensione sorge la saggezza”.

“Per amarvi, io devo studiarvi per scoprire la vostra natura, devo essere ricettivo ai vostri modi di essere, ai vostri cambiamenti e non accontentarmi di contatti superficiali. Così approfondirei attraverso di voi, la conoscenza di me stesso. Soltanto così può sorgere quello stato che si chiama amore, senza il quale ogni ricerca è cosa vana”.

IN CAMMINO VERSO LA PACE e La FARELLANZA

(da un canto *arabo* di speranza)

Amaro era il mio tempo...

Quanto amara era l'epoca mia!

Amara era la mia vita...

Quanto era amara la mia vita!

Vivevo straniero in questo mondo

e andavo confuso in cerca di lei...

la mia Patria, la mia Pace! E i miei Fratelli!



TEKNOTRE

Istituto di Cultura

V. P.ssa Clotilde 95/A-10144 TORINO

Tel./Fax 011.4376565

www.teknotre.org - email: info@teknotre.org

Mentre passavo a Uskular ha cominciato a piovere...

Il mantello di Kalib è lungo

e i risvolti dei suoi pantaloni

macchiati sono di fango.

“Che bei capelli rossi hai, ragazza!

Ti dispiace che io te li accarezzi?”

“Se mi dispiacesse non te lo permetterei”.

Mentre andavo a Uskular ho trovato un fazzoletto

Nel quale ho messo il *lokum*, la gelatina alla rosa,

il dolce frutto dell’amore, della pace, della Fratellanza.

“Che bel viso luminoso hai, ragazza!

Ti dispiace che io te lo baci?”

“Se mi dispiacesse non te lo permetterei”.

Voi, giovani tutti, Fratelli! Scandite e ripetete sempre queste parole, nelle campagne e sulle montagne, in ogni città, in ogni dove, nella Patria: in Pace! In PACE! In PACE! Fratelli!

“Il nostro problema è questo: come può un cuore disseccato, un cuore vuoto [d’amore] conoscere la verità? Non la può! La verità, non è qualcosa di distante, essa è molto, molto vicina; per metterci alla sua ricerca, dobbiamo comprendere il nostro rapporto non solamente con gli uomini, ma anche con la nostra madre terra, con le immagini della mia mente e con ogni cosa che mi circonda. Per comprendere il prossimo e di conseguenza noi stessi, dobbiamo essere ricettivi, sensibili, senza nulla trattenere [tenere per sé] ed evitare ogni processo di isolamento”.

“Nella *comprensione* è nascosta la verità e per comprendere ci vuole amore. Così l’amore ha la precedenza, non l’uomo [l’ “io”], non la verità. E la verità non è



TEKNOTRE

Istituto di Cultura

V. P.ssa Clotilde 95/A-10144 TORINO
Tel./Fax 011.4376565
www.teknotre.org - email: info@teknotre.org

qualcosa che può essere trovato [cioè un “oggetto”], essa *viene da sé*, viene incontro all’uomo aperto e senza barriere, al pensatore che ha cessato di pensare [di “emettere opinioni”], alla mente stabile, immobile, non costretta, drogata o ipnotizzata dalle parole e dalle ripetizioni. *La verità allora viene*, viene quando c’è l’amore”.

“Un cuore che ama non ha, certamente, bisogno di una guida poichè l’amore in sé stesso è la realtà, è l’eterno. Un cuore pieno d’amore è generoso, caritatevole, senza riserve; non trattiene nulla per sé, e un simile cuore consce la realtà, conosce *ciò che è senza principio né fine...* Ma la maggioranza di noi non possiede un cuore così; i nostri cuori sono vuoti, disseccati, fanno una gran confusione poichè sono ripieni di cose che appartengono alla mente. E siccome sono vuoti, noi ci rechiamo presso qualcuno per farceli riempire, in cerca di quella sicurezza eterna che chiamiamo Dio, in cerca di quella permanente soddisfazione che chiamiamo realtà [o verità]. Ma, è poi possibile che una persona, qualunque essa sia, visibile o invisibile, riempia i nostri cuori?”.

“E ancora: si può *imparare* ad amare? L’amore non è una tecnica... Il conformarsi alle regole, la disciplina, le varie pratiche, sono ripetizioni che consumano la mente e congelano il cuore”.

“Oggi è divenuta una vera mania il ricorrere ai *guru*, alle guide e ai maestri. Ognuno vi dice cosa dovete fare e voi lo fate finchè non trovate che tutto ciò non vi soddisfa più, dopo di che ricorrete a qualcun altro. In verità, ciò che cercate presso un *guru*, non è la comprensione, ma una soddisfazione, una permanente sicurezza che chiamate l’Eterno, Dio, il Reale, la Verità. E siccome cercate la soddisfazione [di questo desiderio], voi troverete *sempre* un *guru* o un maestro pronto a darvela; ma ciò non è certo, *comprensione*, non vi darà vera felicità, né vi farà scoprire l’amore”.

“L’amore è sempre qualcosa di nuovo, non è mai identico come è stato in precedenza, non condizionato da alcunchè, libero. Senza il suo profumo, senza la sua bellezza, la sua bontà, cercare presso un maestro ciò che uno desidera solo per la propria esclusiva soddisfazione, è totalmente inutile. L’amore è una virtù che non è possibile praticare; essa crea la libertà, ed è soltanto quando c’è la libertà che l’eterno può venire in essere”.

“Come è possibile per una mente modellata e stretta nei limiti dei suoi propri condizionamenti, scoprire l’amore? Prima di tutto dovete rendervi conto del fatto che la vostra mente è *effettivamente* condizionata e incanalata e che per raggiungere questo bel risultato avete dovuto sacrificare la sensibilità del vostro cuore. Se non riconoscete, se non vedete questo *fatto*, tutto è inutile, nessun



cambiamento reale potrà aver luogo nella vostra esistenza. La vostra mente è limitata nonostante conosciate il contenuto dei molti libri e siate un'enciclopedia ambulante piena di informazioni; essa è atona, stanca, spenta [anche a causa di tutto ciò]. Osservate il condizionamento della vostra mente e il vuoto e la sofferenza dei vostri cuori. Se potete *osservarvi* spassionatamente, senza condannare o approvare ciò che scoprite, si produrrà [in modo naturale] una trasformazione, una risposta straordinariamente viva, ed in questa risposta voi scoprirete cosa vuol dire amare”.

“Di solito, invece, vi mettete all'opera per costringere, dominare la sensibilità, l'emozione, il sentimento, razionalizzandoli, e cessando così di essere generosi e vulnerabili [“aperti”, disponibili]. I sentimenti forti sono rischiosi, l'amore stesso è un rischio per cui... vanno mentalizzati, dite e credete. Ma l'amore, il suo slancio, è una cosa viva come la fiamma, mai immutabile; esso è *creativo*, sempre nuovo, fresco, gioioso e perciò... pericoloso per la società. Allora il pensiero entra in azione e modifica l'amore, lo controlla lo guida, lo legalizza, riducendolo in modo che non rappresenti più alcun pericolo. Tutto questo [accade] perché non comprendete che quando amate qualcuno, voi amate l'insieme dell'umanità; attraverso una sola persona, voi potete amare tutta la sostanza umana”.

“Il nostro pensiero dovrebbe liberarsi dal *tempo*: vivere ogni giorno, ogni minuto, così completamente, così pienamente, da essere sempre libero e nuovo. Ciò accade quando uno ama e allora la memoria, il pensiero, il *tempo*, cessano... allora ogni minuto è nuovo, ogni movimento è una rinascita, poiché amare vuol dire amare tutto”.

“Il senso interiore e il significato vivente di queste parole non li possiamo comprendere se non attraverso l'esperienza personale. L'amore non è una sensazione. L'amore in se stesso è casto e libero dalle interferenze dell'intelletto, anzi, questa è la sola condizione che ne consente la scoperta. Amare qualcuno [o qualcosa] con tutto se stesso, corpo, mente e cuore [spirito], richiede una grande intensità; e quando l'amore è intenso il desiderio sparisce”.

“Piacere e desiderio hanno forse qualcosa in comune con l'amore? Non si tratta certo di essere senza desideri o di dovere sopprimere il piacere. Il nostro modo di amare è generalmente associato al sesso, oppure, diciamo, è amore per l'umanità, per la verità, per Dio! Ma che senso ha mai? Sappiamo forse che cosa vuol dire “Dio”? Lo sappiamo? [per comprensione diretta?] o non è piuttosto una delle tante idee messe insieme da 2000 o 10000 anni di propaganda?”

“Noi dunque associamo il piacere al sesso e lo chiamiamo amore... ma il piacere domanda il possesso, implica la dipendenza e crea l'aggressività della



difesa e, invano, noi lo chiamiamo amore. Non possiamo essere pieni di tenerezza nella nostra camera da letto e poi duri e arroganti nell'asserzione delle nostre opinioni".

"Per comprendere cosa sia l'amore, la verità, Dio, dobbiamo esserci liberati da tutte le opinioni, da tutti i credo e da tutte le speculazioni nei loro riguardi. Mettiamo da parte le descrizioni, le tradizioni ed ogni autorità e facciamo un viaggio verso la scoperta di noi stessi. Amiamo, invece di lasciarci intrappolare nelle opinioni o nelle idee su ciò che l'amore dovrebbe o non dovrebbe essere. Quando amiamo [veramente] tutto diventa giusto poiché l'amore ha una sua propria attività. Amiamo, ed avremo la benedizione dell'amore. Nessuna autorità può dirci cosa sia l'amore e colui che lo sa non può metterlo in parole... ma amiamo e comprenderemo!".

"Quando vi sia la comprensione totale del desiderio, dei motivi, delle travagliate discipline e delle torturanti inibizioni che lo contraddistinguono; quando si sia chiaramente capito tutto ciò tanto da sbarazzarsene, allora il desiderio sarà ben altra cosa. Potrà rivelarsi amore che creerà le sue manifestazioni..."

"L'intelletto interviene sull'amore pretendendo che esso sia rispettabile, distinguendolo in sacro e profano, sempre modellandolo, controllandolo, adattandolo ai moduli del costume sociale [oppure, rifiutando tutto ciò, lo 'anarchizza' contrapponendogli la licenza e il libertinaggio di un cosiddetto 'libero amore']".

"Avete mai osservato una goccia d'acqua di pioggia che cade dal cielo? Quella goccia è della natura di tutti i fiumi, di tutti gli oceani, di tutte le fonti cui attingere per bere. Ma alla goccia di pioggia non importa se diverrà fiume, è cosa completa in sé, totale come goccia".

"Stiamo *parlando* di qualcosa di realmente e straordinariamente nuovo nella sua bellezza e profondità. Ma *raggiungerlo, comprenderlo, vivere con esso*, vuol dire compiere un immenso lavoro, *toccare il fondo della conoscenza interiore*".

"Bisogna sentire la *totalità dell'amore*, non solo l'affetto per il proprio partner o per il proprio bambino; *cogliere la bellezza* non nel quadro appeso al muro, nel sorriso di un volto aggraziato, nel fiore, nella poesia, arte o musica, ma in un sentimento che è *al di là* dei sensi, *al di là*, delle parole".

"L'amore non è una virtù (nel senso che noi attribuiamo alla parola). Dove è amore non vi è peccato [per cui non vi può essere virtù che vi si contrapponga]. Quando si ama si è al di là delle preclusioni sociali e di tutte le angustie della rispettabilità".



TEKNOTRE

Istituto di Cultura

V. P.ssa Clotilde 95/A-10144 TORINO

Tel./Fax 011.4376565

www.teknotre.org - email: info@teknotre.org

(Da *Libertà dal Conosciuto*)

“Molti di noi vogliono la *sicurezza* di amare e di essere amati, ma c'è l'amore quando qualcuno di noi ricerca la propria sicurezza, la propria strada? *Noi non siamo amati perché non sappiamo amare*”.

“Cos'è dunque l'amore? La parola ormai è talmente falsata e contaminata che quasi non dovremmo usarla più... Tutti parlano d'amore... 'Amo il mio paese, il mio re [mio padre, mia madre, i miei figli, i miei fratelli], qualche libro, quella montagna, questo o quell'oggetto, il piacere, mia moglie, Dio! Ma l'amore è un'idea? Quando dite di amare Dio, ad esempio, o gli dei o uno di questi, cosa significa? Significa che amate una proiezione della vostra immagine [identificandola con qualche loro foggia che avete visto] sotto certe spoglie di rispettabilità, secondo quello che credete sia nobile e santo: perciò dite: 'Amo Dio, Gesù, Vishnù, Shiva, Krishna'... non ha assolutamente alcun senso. Quando adorate Dio o gli dei, adorate voi stessi – e questo non è amore... [E' l'uomo che ha creato Dio a propria immagine e somiglianza!]

Oppure, riguardo all'amore, ci rifugiamo nelle astrazioni, limitandoci a darne una definizione, ma, ad esempio, la Chiesa ha definito l'amore in un modo, la società in un altro”.

“Adorare qualcuno, dormirci insieme, lo scambio emotivo, l'amicizia, è questo quello che intendiamo per amore? Questa è stata la norma, il modello, ed è diventata una cosa così estremamente personale, riferita ai sensi e limitata, che le religioni hanno dichiarato che l'amore è qualcosa di molto più dell'amore umano; un altro tipo di amore, divino, bellissimo, intatto, non corrotto dal piacere, dalla competizione, dalla gelosia, dal desiderio di possedere, di controllare, di interferire nel pensiero altrui...”.

“I cosiddetti santoni di tutto il mondo hanno detto che guardare una donna è qualcosa di sbagliato e che non ci si può avvicinare a Dio se si indulge al sesso... ma negando la sessualità, oscurano i loro occhi e tagliano via le loro lingue, poiché negano l'intera bellezza della terra! Hanno gelato i loro corpi e le loro menti e il loro cuore; hanno disseccato l'essere umano; hanno bandito la bellezza poiché la bellezza è associata alla donna”.

“Può forse l'amore essere diviso? In sacro e profano? Umano e divino? O c'è solamente amore? L'amore appartiene solo ad uno o a molti? Dire “ti amo” esclude forse l'amore dell'altro? L'amore è personale o impersonale? Morale o immorale? E' qualcosa di intimo o no? Se amate l'umanità potete amare il



particolare? L'amore è un sentimento? E' un'emozione? E' piacere e desiderio? Tutte queste domande indicano che abbiamo delle idee [opinioni] sull'amore, idee su ciò che dovrebbe o non dovrebbe essere; un modello o un codice maturato nella cultura in cui viviamo".

"Per tentare di comprendere in profondità che cosa sia l'amore, dobbiamo, per prima cosa, liberarci dalle incrostazioni dei secoli, mettere da parte tutti gli ideali e le ideologie su ciò che dovrebbe essere o non dovrebbe essere, l'amore".

"Come farò a scoprire che cos'è questa fiamma che noi chiamiamo amore? Cosa esso sia in se stesso? Come prima cosa debbo respingere quello che le chiese, la società, i mie genitori e amici, quello che ogni persona e ogni libro hanno detto su di esso, perché voglio scoprire *da solo* cosa è. Per prima cosa dovrei però anche liberarmi dalle mie inclinazioni e pregiudizi, su cosa sia l'amore, per poterlo *comprendere*. Forse si può scoprire cosa sia l'amore partendo da quello che non è..."

"Va e uccidi per amore del tuo Paese", il *diktat* dei governi. E' amore questo? La religione dice: "dimentica il sesso per amore di Dio". E' amore questo?"

"L'amore è desiderio. Non dite di no! Per la maggior parte di voi lo è – desiderio e piacere, il piacere che è derivato dai sensi, dalla attrazione sessuale e dalla soddisfazione. Quello che il sesso vi dà, momentaneamente, è totale abbandono di voi stessi; poi, finite per tornare alla vostra confusione, e così all'infinito".

"Dite di amare vostra moglie. In quell'amore è implicato il piacere sessuale, il piacere di aver qualcuno in casa che badi ai vostri bambini, che cucini, etc. Insomma, di fatto, voi dipendete da essa: vi ha dato il suo corpo, le sue emozioni, il suo incoraggiamento e sostegno, una certa sensazione di sicurezza e di benessere. A un certo punto se ne va, si stanca o se ne va con qualcun altro, e tutto il vostro equilibrio emotivo è distrutto, e questo turbamento che a voi è sgradito è detto gelosia. C'è sofferenza in essa, odio e violenza. C'è un antagonismo, c'è una separazione e quando vi sentite separati da un altro non c'è amore".

"Ma se potete vivere con vostra moglie senza che il pensiero crei tutte queste situazioni contraddittorie, tutti questi problemi senza fine dentro di voi, allora forse – forse – comprenderete cos'è l'amore. Allora siete completamente libero e altrettanto lo è lei, mentre se dipendete da lei per tutti i vostri piaceri siete suo schiavo. Perciò quando si ama si deve essere *liberi*, non solo dall'altra persona ma, soprattutto, da se stessi".



“Inoltre finchè c’è timore, paura, non c’è amore; uno oppresso dal dolore non saprà mai cos’è l’amore; il sentimentalismo e l’emotività non hanno assolutamente niente a che fare con l’amore. E così, l’amore non ha assolutamente nulla a che fare col piacere e col desiderio”.

“L’amore non è un prodotto del pensiero che è il *passato*. Il pensiero, la mente, non può assolutamente coltivare l’amore. L’amore non è limitato o intrappolato dalla gelosia, poiché la gelosia appartiene al passato. L’amore è sempre *attivo presente*. Non è “amerò” oppure “ho amato”. Se conoscete l’amore non seguirete nessuno, l’amore non obbedisce. Quando amate non c’è rispetto né irriverenza”.

“Non sapete cosa realmente vuol dire amare qualcuno – amare senza odio, senza gelosia, senza rabbia, senza voler interferire con quella che l’altro fa o pensa, senza condannare, senza far paragoni – non sapete cosa vuol dire? Dove c’è amore c’è paragone? Quando vi abbandonate completamente a quell’ amore, allora non c’è altro.”

“Nel dovere [nell’obbligo, nella costrizione, qualunque essi siano] non c’è amore. La struttura del *dovere* in cui l’essere umano è intrappolato lo va distruggendo. Finchè siete *costretti* a fare qualcosa, perché è vostro *dovere*, non amerete quello che fate. Quando c’è amore non c’è dovere o responsabilità”

“Quando piangete per voi stessi [le ‘pene dell’amore’...], è amore? –piangete perchè siete soli, perché siete stati abbandonati, perché non avete più forza – dolendovi del *vostra* destino, della *vostra* condizione – sempre *voi, voi*, in lacrime. E’ amore? Se lo *comprendete*, cioè se venite in contatto con esso altrettanto direttamente come se toccate un albero o un pilastro o una mano, allora vi renderete conto che il dolore è *creato da voi stessi*, il dolore è creato dal pensiero, il dolore è la conseguenza del *tempo*”.

“Tutto questo accade *dentro di voi*. Potete vederlo con pienezza, completamente, in uno sguardo senza sprecare tempo o farci su delle analisi? Potete vedere in un momento l’intera struttura e natura di questa piccola cosa senza valore chiamata “io”, sè, le *mie* lacrime, la *mia* famiglia, la *mia* nazione, la *mia* fede, la *mia* religione – tutte queste strutture sono dentro di voi? Quando ve ne renderete conto dal più profondo del cuore, allora avrete la chiave che potrà mettere fine al dolore. Il dolore e l’amore non possono procedere a fianco...”.

“Così quando chiedete: ‘Cos’è l’amore?’, potreste essere troppo spaventati per vedere la risposta. Essa potrebbe significare un cambiamento radicale; potrebbe frantumare la famiglia; potreste scoprire di non amare vostra moglie o



TEKNOTRE

Istituto di Cultura

V. P.ssa Clotilde 95/A-10144 TORINO
Tel./Fax 011.4376565
www.teknotre.org - email: info@teknotre.org

vostro marito o i vostri bambini – no? Potreste dover distruggere la casa che avete costruito, potreste non tornare più alla chiesa o al tempio...”

“Ma se volete ancora scoprirlo, vedrete che la paura non è amore, che dipendere non è amore; la gelosia non è amore; la possessività, il desiderio di dominio, non è amore; la responsabilità, il dovere, non è amore; l'autocommiserazione non è amore; l'angoscia di essere amato non è amore; amore non è l'opposto di odio. Così, se potete eliminare tutto ciò senza sforzo, lavandolo via come la pioggia lava la polvere che s'è accumulata nei giorni su una foglia, allora – forse – giungerete a cogliere quello strano fiore che l'uomo sempre tanto brama”.

“Se non avete amore in gran quantità – se non ne siete ricchi – il mondo giungerà al disastro. Sapete, a livello intellettuale, che l'unità del genere umano – la fratellanza – è essenziale e che l'amore è l'unico mezzo per ottenerla, ma chi, chi vi insegnerà ad amare? Ci sarà forse qualche autorità, qualche metodo o tecnica, qualche sistema, che vi dicano come si ama? Quando esercitate una disciplina e la volontà di amare, l'amore se ne scappa dalla finestra. Praticando un metodo, un sistema per amare, potete forse diventare estremamente abili o più gentili o giungere a uno stato di non-violenza; ma questo non ha assolutamente niente a che fare con l'amore”.

“In questo mondo lacerato e arido non c'è amore perchè il piacere e il desiderio giocano i ruoli più importanti e quindi senza amore la vostra vita quotidiana non ha valore... E non potete avere amore se non c'è *bellezza*. La bellezza non è qualcosa che possiate vedere – non è un albero bellissimo, un bellissimo quadro, una bella costruzione o una bella donna. *C'è bellezza solo quando il vostro cuore e la vostra mente fanno cos'è l'amore*. E senza amore e senza quel senso di bellezza, non c'è virtù; senza amore c'è solo bruttura e povertà nel vostro cuore e nella vostra mente. *Ma quando c'è amore e bellezza, qualsiasi cosa facciate è giusta e in ordine*. Il comprendere come amare vi permette di fare quel che volete, perchè esso risolverà tutti gli altri problemi”.

“Può la mente incontrare l'amore senza bisogno di disciplina, pensiero, sforzo, senza alcun libro o maestro o guida – incontrarlo come s'incontra un bel tramonto? E' assolutamente necessario, e questa è la *passione* non causata da uno stimolo – la passione che non sia il risultato di un impegno o di una devozione, passione che non sia lussuria. Un uomo che non sa cosa sia questa *passione* non conoscerà mai l'amore, poichè l'amore può nascere solo quando ci sia un totale abbandono [del cuore]”.



Una mente che solo ricerca non è una mente appassionata e incontrare l'amore *senza cercare* è l'unico modo per trovarlo – incontrarlo ignari e non come il risultato di uno sforzo o di un'esperienza. Questo amore, scoprirete, non appartiene al tempo; questo amore è sia personale che impersonale, appartiene sia a uno che a molti. Come un fiore profumato che voi potete odorare o trascurare, quel fiore è lì per chiunque, e dunque *anche* per colui che si prende la pena di odorarlo profondamente e di guardarlo con piacere”.

“L'amore è qualcosa di nuovo, fresco, vivo. Non ha ieri né domani. E' al di là [del 'rumore' della mente], della confusione del pensiero. Solo la mente innocente sa cos'è l'amore e la mente innocente può vivere nel mondo che innocente non è. E' possibile comprendere questa cosa straordinaria che è l'amore, solamente quando il pensiero arriva a comprendere se stesso e giunge naturalmente a fine. Allora l'amore non ha opposto, non ha conflitto”.

“Nell'amore non c'è pensiero e quindi non c'è tempo. Andare al di là del pensiero e del tempo realmente - cioè andare al di là del dolore – vuol dire essere *consapevoli* che c'è un'altra dimensione chiamata amore”.

“Cosa *fare* dunque per raggiungere questa straordinaria sorgente? Non fate niente. Assolutamente niente. Capite cosa vuol dire questo? Vuol dire che non cercate, non volete, non andate a caccia di qualcosa o di qualcuno... non c'è assolutamente un centro. Allora c'è amore!”.

*

* *

Su “La conoscenza di sé”- La natura dell’ “io”.

Lecture

“La soluzione dei terribili problemi del mondo è da cercare alla fonte del problema, ossia nel responsabile della malvagità, dell'odio, della violenza e dell'enorme incomprensione che esiste fra gli esseri umani. Il responsabile di tale malvagità, la tossica fonte di tutti questi problemi è l'individuo, siamo voi ed io, non il mondo così come siamo abituati a raffigurarcelo. E “il mondo” è il nostro *rapporto con gli altri*, non qualcosa di separato da voi e da me; il mondo,



la società, è *il rapporto che stabiliamo o che cerchiamo di stabilire fra ciascuno di noi.*

Dunque il problema siamo voi ed io, e non il mondo, poichè il mondo non è altro che la proiezione di noi stessi, e comprendere il mondo, vuol dire comprendere noi stessi. Il mondo non è separato da noi [anche se lo vediamo continuamente come muoversi fuori dalla più o meno stretta o larga finestra del nostro "io" individuale]; noi *siamo il mondo* e i nostri problemi sono i problemi del mondo...".

"Siamo noi i responsabili della spaventosa infelicità e confusione del mondo di queste guerre continue, di queste minacce continue di nuove e più terribili sventure... Dobbiamo dunque partire da noi stessi, per cambiare il mondo; e quel che conta nel partire da noi stessi è *l'intenzione*, la motivazione reale. L'intenzione che deve guidarci è quella di comprendere noi stessi e di non lasciare soltanto ad altri il compito di trasformare se stessi o di produrre un cambiamento limitato, attraverso la rivoluzione, che sia di sinistra o di destra. E' importante capire che questa è la nostra responsabilità, vostra e mia; perché quanto piccolo possa essere il nostro mondo personale, se riusciamo a trasformare noi stessi, schiudendo un orizzonte completamente diverso della nostra esistenza quotidiana, allora, forse, sapremo influire sul mondo in generale, sulla rete di rapporti con gli altri".

"Non si tratta di isolarci dal mondo per comprendere noi stessi, poiché non si può *vivere* in isolamento. *Essere* vuol dire *essere in relazione*, e il concetto stesso del vivere in isolamento è impensabile. E' la mancanza di rapporti giusti che produce conflitti, infelicità, ostilità: se riusciamo a trasformare i rapporti all'interno del nostro piccolo mondo, il risultato sarà come un'onda che si ripercuote all'infinito, verso l'esterno".

"La vera rivoluzione non risponde a questo o quel modello politico-ideologico, di destra o di sinistra; è invece una *rivoluzione di valori*, una rivoluzione che dai valori di senso comune porta a valori che non sono di senso comune, né sono creati dalle influenze dell'ambiente. Per trovare questi veri valori che produrranno una rivoluzione radicale, una trasformazione o rigenerazione, è essenziale comprendere se stessi".

"La conoscenza di sé è l'inizio della saggezza e dunque, l'inizio della trasformazione o rigenerazione. Per comprendere se stessi ci deve essere *l'intenzione* di comprendere – ed è di lì che insorgono le prime difficoltà. Ci limitiamo di solito a incanalare lo scontento per conseguire un certo risultato, invece di infiammare le nostre menti, spingendoci così a mettere in discussione



la vita, l'intero processo dell'esistenza. E' importante invece scoprirci autonomamente, poiché l'autoconoscenza non può essere trasmessa da altri, non si trova in nessun libro. Dobbiamo *scoprire*, e perché ci sia scoperta, deve esserci l'intenzione, la ricerca, l'esplorazione".

"Dunque, la trasformazione del mondo è prodotta dalla trasformazione di sé, perché il sé, l' "io", è al tempo stesso prodotto e parte del processo totale dell'esistenza umana".

"Bisogna conoscersi *per quel che si è*, e non per come si desidera essere; quest'ultimo è un'immagine ideale e perciò fittizia, irreali; solo *ciò che è*, può essere trasformato, non ciò che si desidera essere. Conoscersi per quel che si è richiede, tuttavia, una mente eccezionalmente *vigile*, perché ciò che è subisce continui mutamenti e per seguirli tempestivamente, la mente deve essere svincolata da qualsiasi dogma o credenza o modello d'azione".

"Per conoscere sé stessi è necessaria la consapevolezza, la prontezza di una mente libera da ogni credenza, da ogni idealizzazione, perché credenze e ideali, sono come un'ombra colorata che distoglie la vera percezione. Se sono avido o violento o invidioso, il semplice credere nella non violenza e nell'altruismo serve a poco. Ma *sapere* di essere avido e violento, *saperlo e comprenderlo*, richiede una percettività straordinaria. Richiede questa chiarezza di pensiero, mentre perseguire un ideale diverso da ciò che è, costituisce una fuga che impedisce di scoprire e di agire direttamente su ciò che si è".

"La comprensione di ciò che si è - brutti o belli, malvagi o disonesti, non importa - la comprensione di ciò che si è senza infingimenti, è l'inizio della virtù. E' solo nella virtù che si può scoprire, che si può vivere - ma non *coltivando* la virtù, poiché questo non porta altro che rispettabilità. C'è differenza tra *l'essere* virtuoso e il *diventare* virtuoso. *L'essere* virtuoso ha origine direttamente dalla comprensione di ciò che è, mentre il diventare virtuoso è un modo di temporeggiare, di sovrapporre ciò che si vorrebbe essere a ciò che *si è*". Perciò, diventando virtuosi si evita di agire *direttamente* su ciò che è".

"La virtù non è il divenire di ciò che non è; la virtù è la comprensione di ciò che è, dunque, la libertà da ciò che è. La realtà può essere colta solo attraverso la comprensione di ciò che è; e per comprendere ciò che è, deve esserci libertà, libertà dalla paura di ciò che è".

"E' necessario, dunque, per comprendere tale processo, che ci sia l'intenzione reale di conoscere ciò che è; seguire ogni pensiero, sentimento e azioni; ciò che è, è ciò che voi siete, quel che fate, pensate o sentite, attimo per attimo. Ciò che è, è il reale, e comprendere il reale richiede consapevolezza, una mente molto vigile,



molto pronta. Per comprendere ciò che è, bisogna osservare i propri pensieri, sentimenti e azioni, attimo per attimo. Questo è il reale.”

“Comprendere ciò che è, richiede uno stato mentale in cui non siano presenti né approvazione né condanna, il che implica che la mente sia vigile e tuttavia passiva [cioè ricettiva]. Siamo in quello stato quando siamo interessati totalmente a comprendere ciò che è, ossia l’effettivo stato naturale della mente, senza necessità di forzarlo, disciplinarlo o controllarlo; al contrario c’è un’attenzione vigile, pronta, totale, ma passiva [ricettiva] Questo stato di consapevolezza si realizza quando c’è l’interesse, l’intenzione di comprendere”.

“La fondamentale comprensione di sé non si ottiene attraverso la conoscenza o attraverso l’accumulazione di esperienze che è semplicemente l’esercizio della memoria. La comprensione di sé si realizza attimo per attimo; se ci limitiamo ad accumulare la conoscenza di noi stessi, quella stessa conoscenza impedisce ogni ulteriore comprensione, perché la conoscenza e l’esperienza accumulate divengono il centro nel quale il pensiero converge e trova esistenza [l’ “io” empirico]”.

“Ma esiste un mezzo, un sistema, per comprendere se stessi? Qualunque persona intelligente, qualunque filosofo può inventare un sistema, un metodo; ma l’adesione a un sistema, potrà solo produrre un risultato che è frutto di tale sistema; ma tale risultato non è la comprensione di se stessi. In altri termini, seguendo un metodo, un sistema, una teoria per conoscere me stesso, plasmo il mio pensiero, le mie attività secondo un modello [di per sé condizionante], ma seguire un modello non vuol dire comprendere se stessi.”

“Dunque, non esiste alcun metodo che conduca alla autoconoscenza. Cercare un metodo implica invariabilmente il desiderio di conseguire un risultato che sia soddisfacente, che ci dia sicurezza. In realtà noi *non vogliamo* conoscere noi stessi, i nostri impulsi, le nostre reazioni, l’intero processo del nostro pensiero, il conscio e l’inconscio; siamo invece piuttosto propensi ad abbracciare un sistema che ci assicuri un risultato che invariabilmente è condizionato dal nostro desiderio: di sicurezza, di certezza. E quando seguiamo un metodo, dobbiamo avere delle autorità – l’insegnante, il *guru*, il salvatore, il Mahatma – che ci garantiscano il conseguimento di ciò che desideriamo; ma questo non è certo lo stato che conduce all’autoconoscenza”.

“L’autorità impedisce la comprensione di sé. Per la sua stessa natura, l’autorità impedisce la piena consapevolezza di sé e perciò, in definitiva distrugge la libertà, che è condizione essenziale perché possa esservi *creatività*”.



“La maggior parte di noi non è creativa; siamo macchine ripetitive, dischi che suonano in continuazione le stesse canzoni dell’esperienza, le stesse conclusioni e memorie, nostre e altrui. Una simile ripetitività non è l’essere creativo – ma è ciò che vogliamo. Poiché desideriamo la sicurezza interiore siamo costantemente alla ricerca di metodi e di strumenti per raggiungerla ed è per questo che creiamo l’autorità, l’adorazione di qualcosa che è altro da noi, distruggendo così la consapevolezza, la comprensione, quella *spontanea tranquillità* della mente che sola rende possibile uno stato di creatività”.

“Essere creativi non significa dipingere quadri o scrivere poesie e diventare famosi. Quella non è creatività, è semplicemente la capacità di esprimere un’idea che il pubblico apprezza o non apprezza”.

“La creatività è uno stato dell’essere alquanto differente dal talento, uno stato in cui l’ “io” è assente, in cui la mente non funge più da centro delle nostre esperienze e ambizioni, dai nostri sforzi e desideri. La creatività si rinnova attimo per attimo, è un movimento in cui non c’è né l’ “io” né il “mio”, in cui il pensiero non è concentrato su alcuna particolare esperienza, ambizione, risultato, fine o motivazione. Soltanto quando il sé [l’ “io”] si annulla, si realizza la creatività – quello stato che è creatore di tutte le cose. Ma tale stato non può essere concepito o immaginato, non può essere formulato o copiato, non può essere conseguito attraverso alcun sistema, alcuna filosofia, alcuna disciplina; al contrario si realizza soltanto attraverso la *comprensione totale del sé*”.

“La comprensione del sé non è un risultato, non è un punto di arrivo; è il vedersi attimo per attimo nello specchio dei *rapporti* – i propri rapporti con le proprietà, le cose, le persone, le idee”.

“Lo stato di creatività si produce solo quando il sé [l’ “io”], ossia il processo di riconoscimento e di accumulazione si arresta; la coscienza, infatti, in quanto “io” [separato] è il centro del riconoscimento, e il riconoscimento non è altro che il processo di accumulazione dell’esperienza [il fardello del ‘passato’]. Ma abbiamo tutti paura di non essere nulla perché desideriamo essere tutti qualcosa... Una mente in queste condizioni non può essere tranquilla e, di conseguenza, non potrà mai comprendere lo stato di creatività”.

“Per cambiare il mondo che ci circonda, con la sua infelicità, la guerra, la disoccupazione, la fame, le divisioni di classe e la confusione estrema dobbiamo realizzare un radicale cambiamento in noi stessi. La rivoluzione deve avere inizio dentro di noi – ma non seguendo una fede o una ideologia. E per produrre una rivoluzione fondamentale dentro di sé, bisogna comprendere il processo complessivo dei propri pensieri e sentimenti all’interno dei rapporti. E’ questa



l'unica soluzione a tutti i nostri problemi – non quella di avere ancora altra disciplina, altre credenze, altre ideologie, altri maestri. Se riusciamo a comprendere noi stessi *così come siamo*, attimo per attimo, al di là del processo di accumulazione, allora vedremo sopraggiungere una tranquillità che non è il prodotto della mente, una tranquillità che non è immaginata, né coltivata, e solo in tale stato di tranquillità vi può essere creatività”.

Che cos'è il sé [l' "io"]? (da La ricerca della felicità)

“Sappiamo veramente cosa intendiamo quando diciamo il sé [l' "io"]? Con questa espressione intendo l'idea, la memoria, la conclusione, l'esperienza, le varie forme, esprimibili e inesprimibili, delle intenzioni, lo sforzo cosciente per essere o non essere, la memoria accumulata dell'inconscio della razza, del gruppo, dell'individuo, del clan, e *l'insieme* di tutto questo, che sia proiettato esternamente nell'azione o spiritualmente sotto forma di virtù; l'anelito a tutto ciò costituisce il sé”.

“In esso sono inclusi la *competizione* e il *desiderio di essere*. *L'intero processo che li anima è il sé*. Il sé divide; il sé isola; le sue attività, per quanto nobili, sono separative e isolano. Ma conosciamo anche quegli straordinari momenti in cui il sé non è presente, in cui non c'è alcun senso di sforzo, di tensione e che si verificano quando c'è *amore*?”

“L'esperienza rafforza il sé. Che cosa intendiamo per 'esperienza'? In continuazione abbiamo esperienze, impressioni; e traduciamo queste impressioni nei nostri termini, reagendo o agendo in base a queste impressioni; siamo calcolatori, astuti, e così via. *Reagisco* a qualunque cosa vedo, a qualunque cosa provo, in base ai miei ricordi. In questo processo di reazione a ciò che vedo, a ciò che provo, a ciò che conosco, a ciò in cui credo ha luogo un'esperienza. La *reazione*, la risposta a qualcosa che ho visto, è esperienza. Quando vedo qualcuno, *reagisco*; l'attribuzione di un *nome* a quella reazione è *esperienza*. Non c'è esperienza a meno che contemporaneamente non abbia luogo un processo di *denominazione*. E noi reagiamo in base ai nostri ricordi, ai nostri condizionamenti, ai nostri pregiudizi e perciò abbiamo un'esperienza.”

“C'è poi la *proiezione* dei nostri vari desideri. Desidero essere protetto, aver sicurezza interiore; oppure desidero avere un maestro, un *guru*, un insegnante, un Dio; e ho esperienza di ciò che ho proiettato; io *ho proiettato un desiderio* che ha assunto una certa forma, alla quale ho dato un *nome*; e a quella forma così denominata io reagisco. E' dunque una mia *proiezione* e io le ho dato un nome. Quel desiderio che mi procura un'esperienza mi fa dire: “Io ho avuto



un'esperienza", "ho incontrato il Maestro", oppure, "non ho incontrato il Maestro"... Il desiderio è dunque ciò che noi chiamiamo esperienza".

"Quando *desidero* il silenzio della mente, cos'è che si verifica? Cosa avviene? Il desiderio è qui quello di avere esperienza del silenzio. Voglio avere una mente silenziosa e dunque mi chiedo: "come posso fare per averla?". Conosco ciò che questo o quel libro dicono della meditazione e le varie forme di disciplina e così attraverso la disciplina cerco di avere esperienza del *silenzio*".

"Voglio comprendere cos'è la verità; quello è il mio desiderio, la mia aspirazione; ad esso fa allora seguito la mia proiezione di ciò che considero [credo o penso a priori] essere la verità, poiché ho letto molto su questo argomento. Desidero tutto questo. Cosa accade? Il mio stesso desiderio; il mio bisogno, viene proiettato e io ho un'esperienza [delle immagini, una visione, tratte dalla mia memoria individuale o collettiva, conscia o inconscia; delle sensazioni, piacere, soddisfazione] perché riconosco quello stato che ho proiettato. Lo riconosco e ne ho esperienza e lo chiamo *verità!* Ma quella esperienza, che io chiamo verità, rafforza l' "io", rafforza il sé. Così il sé si trincea nell'esperienza e allora dico: "Io so", "Io conosco", "il Maestro esiste", "Dio esiste"; oppure, al contrario: "non esiste alcun Dio", oppure affermo che un particolare sistema politico è giusto, mentre tutti gli altri sono sbagliati, e così via..."

"Dunque l'esperienza rafforza di continuo l' "io", il sé. Quanto più siamo trincerati nell'esperienza, tanto più il sé si rafforza. Poiché il sé, l' "io" è ancora vivo, allora le convinzioni, i maestri, le caste, il sistema economico, partecipano tutti al processo di isolamento nell' "io", e quindi portano divisione, conflitto. Ma, se siamo davvero *seri* e risoluti, possiamo dissolvere questo centro, sciogliere completamente questo nodo e non *giustificarlo*. Ecco perchè dobbiamo comprendere il *processo dell'esperienza*.

"E' possibile per la mente, per il sé, non proiettare, non desiderare, non esperire? Tutte le esperienze del sé comprendiamo che sono una negazione, una distruzione, e tuttavia le chiamiamo *azioni positive*. E' questo che definiamo un atteggiamento positivo verso la vita. Dovremo annullare questo processo? Per voi ciò è negazione. Possiamo noi, voi ed io, in quanto individui, andare alle radici dell'esperienza e comprendere il processo dell' "io", del sé? Non è con l'identificazione con ciò che è superiore, "spirituale", "Dio", etc. che l' "io" scompare. L'identificazione rientra ancora nel processo del sé; ciò che è superiore rappresenta una semplice proiezione dell' "io" di cui ho esperienza e che perciò rafforza, sempre di più, questo stesso "io" ..



“Tutte le varie forme di disciplina, credenza e conoscenza non fanno che rafforzare il sé. Noi, invece, vogliamo trovare un elemento che dissolva il sé, qualcosa che scioglia l’ “io”; perciò pensiamo che esistano vari mezzi, identificazione, credenze, etc.; ma tutti sono allo stesso livello, nessuno è superiore all’altro, tutti sono ugualmente potenti a rafforzare l’ “io”. Allora, sono davvero capace di *vedere* l’ “io” ovunque esso sia, in funzione di comprenderne la forza, l’energia distruttiva?”

Qualunque nome gli si attribuisca, l’ “io” è una forza separativa, isolante, distruttiva, che porta ansia, paura, frustrazione, disperazione, infelicità, non solo a me, ma a tutti coloro che mi circondano. E’ possibile che il sé, l’ “io” si dissolva *integralmente*? Possiamo andare alle sue radici e distruggerlo - e questo è l’unico modo di funzionare veramente, cioè essere intelligenti *integralmente*, ossia privi di un sé?”.

“E’ possibile che il sé sia completamente assente, quando è *compreso integralmente* e ciò richiede una notevole dose di intelligenza, di vigilanza. Tuttavia, quando dico “voglio dissolvere il sé, l’ “io”, in tale affermazione di volontà è ancora presente l’esperienza del sé e dunque il sé si rafforza. La *condizione creativa* è affatto diversa dall’esperienza del sé. La creazione si verifica quando il sé non è presente, perché la creazione non è intellettuale, non è propria della mente, non è l’autoproiezione, ma è qualcosa che va al di là di ogni esperienza. E’ dunque possibile per la mente restare immobile, in uno stato di non riconoscimento, di non-esperienza, essere in uno stato in cui la creazione può aver luogo, il che significa che il sé è assente? E’ questo il problema”.

“Qualunque movimento della mente, positivo o negativo, è un’esperienza che di fatto rafforza l’ “io, il sé”. E’ possibile per la mente non riconoscerlo, soltanto nel silenzio più completo, ma non quel silenzio che è un’esperienza del sé e che perciò lo rafforza”.

“Noi pensiamo che esista un’entità separata dal sé, che osserva questo e lo dissolve; un’entità spirituale, insomma, che si sostituisce al sé e lo distrugge, lo costringe a farsi da parte. La maggior parte delle persone religiose ritiene che un tale elemento esista”.

“Ma, esiste realmente un tale elemento in grado di dissolvere il sé? (Stiamo mettendo il sé con le spalle al muro). Pensiamo o crediamo che esista e lo chiamiamo Dio. Può esistere o non esistere, ma quando la mente cerca uno stato spirituale atemporale che agisca in vista della distruzione del sé, non è questa forza un’altra forma di esperienza che rafforza l’ “io”? E’ l’ “io” che ha proiettato quell’idea di un’entità spirituale che voi sentite e credete che verrà a distruggere



l' "io". E ciò è avere un'esperienza che rafforza l'"io"; gli avete soltanto attribuito un nome diverso, una diversa qualità; il sé ancora lì, poiché voi ne avete avuto esperienza [l' "io" è detto empirico, proprio perché è sempre solo oggetto d'esperienza]. Così la nostra azione dal principio alla fine è sempre uguale e se stessa, mentre noi riteniamo che si stia evolvendo, che stia crescendo, che diventi sempre più bella: ma è sempre la stessa azione che continua, il medesimo "io" che funziona a vari livelli con differenti etichette, sotto nomi diversi".

"Quando comprendete l'intero processo, le astute, straordinarie invenzioni, l'intelligenza del sé, il modo in cui si camuffa attraverso l'identificazione, attraverso la virtù, attraverso l'esperienza, la fede, la conoscenza; quando intuite che la mente si sta muovendo in circolo, all'interno di una gabbia che essa stessa si è costruita, accade che quando ne siete consapevoli, pienamente avvertiti, siete immersi in una straordinaria tranquillità, non perché obbligati o perché in vista di una qualunque futura ricompensa o perché spinti dalla paura".

"Quando riconoscete che ogni movimento della mente non è altro che una forma di rafforzamento del sé, quando lo comprendete, quando siete del tutto, integralmente consapevoli che il sé è in azione, quando arrivate a quel punto - non ideologicamente, non a parole, non attraverso un'esperienza proiettata, ma quando *realmente* siete in quello stato allora vedrete che la mente, essendo ormai completamente immobile, non ha potere di creare alcuna cosa. (Qualunque cosa invece la mente crei è sempre all'interno di un circolo, dentro il campo dell' "io"). E quando la mente è *non-creativa*, allora si ha la creazione, che non è un processo suscettibile di riconoscimento da parte della mente".

"La realtà, la verità, non devono essere *riconosciute*. Perché la verità si affermi, tutto il resto deve dileguarsi: fede, conoscenza, esperienza, il perseguimento della virtù. La persona virtuosa che persegue la virtù coscientemente, non potrà mai scoprire la realtà. Può essere un'ottima persona, ma ciò è del tutto diverso dall'essere un *uomo di verità*, un uomo che *comprende*. Per l'uomo di verità, la verità si è realizzata."

"Ecco perché è così importante *essere poveri*, (*) non solo riguardo alle cose del mondo, ma anche riguardo alle credenze e alla conoscenza... Se voi ed io, in quanto individui, riusciamo a comprendere l'intero funzionamento del sé [l' "io"] allora sapremo cos'è l'amore. Questa è l'unica riforma che potrà, forse, cambiare il mondo".

"L'amore non è del sé. Il sé non sa riconoscere l'amore. Voi dite "Amo", ma nel fatto stesso di dire "io amo", nell'esperienza stessa che se ne ha, l'amore è



TEKNOTRE
Istituto di Cultura

V. P.ssa Clotilde 95/A-10144 TORINO
Tel./Fax 011.4376565
www.teknotre.org - email: info@teknotre.org

assente. Quando invece conoscete l'Amore, il sé è assente. Quando c'è amore, non c'è il sé, non c'è l' "io" ...

(*) Cfr. l'evangelico: "Beati i poveri di spirito..."