

*Jiddu Krishnamurti*

***Brockwood Park - 1978***

## *Table of Contents*

<i>Posso liberarmi dalla rete del linguaggio?.....</i>	<i>1</i>
<i>Come si puÃš avere un ordine completo?.....</i>	<i>10</i>
<i>Come puÃ² essere compresa e vissuta la libertÃ ? .....</i>	<i>18</i>
<i>L'inizio della meditazione.....</i>	<i>26</i>
<i>Siete consapevoli della struttura di voi stessi?.....</i>	<i>35</i>
<i>Si puÃ² imparare attraverso la relazione? .....</i>	<i>51</i>

## *Posso liberarmi dalla rete del linguaggio?*

Prima Discorsi di Brockwood Park - 1978

Sabato 26 Agosto 1978

K: Vedo che tutti i miei vecchi amici sono qui!

Se posso chiedervelo con molta gentilezza e rispetto per favore non fate che questa sia un'occasione festiva. Non è un festival pop siamo piuttosto un gruppo serio non incline alla frivolezza un gruppo di persone oneste e serie che vogliono, o desiderano indagare l'intero complesso problema del vivere. E se posso farvelo notare ancora qui non c'è qualcuno che parla benché sia seduto su questo palco, ma in realtà chi vi parla non esiste perché voi ascoltereste semplicemente chi vi parla e non indaghereste veramente da voi stessi. Quindi, se posso suggerirlo ancora molto seriamente qui non c'è un oratore ma siamo insieme per investigare esplorare, indagare qualcosa che è la vita con tutti i suoi complessi e svariati problemi. Quindi noi stiamo condividendo questo insieme. Chi vi parla non è qui. E voglio che sia ben chiaro. Piuttosto, stiamo facendo un viaggio insieme dentro noi stessi esigendo l'eccellenza da noi stessi.

Noi non veniamo mai sfidati psicologicamente possiamo essere sfidati esternamente esternamente possiamo volere materiali migliori lavorazioni migliori, scuole e politici migliori: la sfida riguarda sempre qualcosa di meglio esternamente. Ma sembra che pochissimi di noi indaghino sfidando se stessi con la più alta forma di azione morale, sia intellettuale che etica, psicologicamente. E, se possibile, entreremo insieme nella questione di sfidare noi stessi profondamente esigendo la più alta forma intellettuale - non vorrei usare la parola 'emotiva', perché tende a diventare una cosa sentimentale - direi piuttosto la più alta forma di affetto, la più alta forma di amore. E come mai gli esseri umani che hanno vissuto per millenni e millenni vivono nel modo in cui viviamo ora? Confusi, infelici, miserabili, incerti. E nel mondo esterno, se osserviamo, le cose vanno peggiorando sempre di più. Più si produce, più si usano le cose della terra, stiamo distruggendo la terra. E interiormente, spiritualmente, se posso usare questa parola, abbiamo perduto ogni senso di eccellenza religiosa. Uso la parola 'religiosa' nel senso non di fede, non di dogmi, né di rituali, né per le varie forme gerarchiche e le affermazioni teologiche, ma una persona religiosa è quella che non ha nessun sé. Questa per me è la più alta forma di azione religiosa in cui il 'me', l'ego, il sé, non esiste affatto. E questa è la più alta forma di intelligenza e di eccellenza, eticamente e nell'azione.

Quindi, se possibile, parleremo di questi problemi. Così voi non state ascoltando qualcuno che parla ma state piuttosto ascoltando voi stessi e sfidando voi stessi non accettando nulla, fuorché la più alta forma di chiarezza la più alta forma di comportamento e quindi l'eccellenza in atto. È questo che ci accingiamo a fare insieme in proposito. Quindi vi prego, state ascoltando voi stessi, ascoltate non secondo quello che vi piace o non vi piace, - incluso quello - ma ascoltate veramente ciò che avviene chiedendovi perché viviamo come ora, in questo spaventoso, terribile, distruttivo modo in cui viviamo. Giusto?

Penso che sia la domanda più seria che dobbiamo porci. Quando esternamente tutto si disintegra, non c'è dubbio in proposito, c'è il terrorismo, che è la forma estrema di guerra, ci sono i terroristi, le nazioni divise, è questo che accade nel mondo. 400 miliardi di dollari spesi ogni anno in armamenti in tutto il mondo. Siamo tutti pazzi. E di fronte a questo, ciascuno di noi deve scoprire da sé qual è la giusta azione riguardo a tutti questi eventi esterni, che cosa dobbiamo fare, che sia corretto, accurato, vero. E questo può essere scoperto

solo da noi se sfidiamo le nostre azioni, il nostro modo di vivere, cioè il lavoro, l'occupazione, le relazioni reciproche, e la totale mancanza di chiarezza di pensiero, la trascuratezza del nostro pensare. E vivere una vita completamente diversa non basata soltanto sul piacere, sulla paura, ecc. Quindi procederemo insieme per trovare, se possibile, tutte le risposte a queste domande da noi stessi. Se questo è chiaro fra voi e chi vi parla - e chi vi parla non è qui - se è molto chiaro quello che ci interessa, allora abbiamo stabilito un certo tipo di relazione fra di noi. Se siamo tutti interessati alla stessa cosa, non con le nostre particolari opinioni e giudizi, le nostre teorie intellettuali, ma se insieme siamo interessati seriamente, almeno per oggi e per i pochi giorni che sarete qui, interessati a scoprire un modo di vivere che potrebbe creare un mondo diverso. Giusto?

Questa è la nostra domanda. Se vogliamo indagare insieme ovviamente il primo passo è di mettere da parte tutti i nostri personali pregiudizi, i nostri desideri personali, i nostri piccoli problemi del momento in modo da avere la capacità di indagare liberamente e profondamente. La capacità non deriva da una pratica costante, - psicologicamente si intende - avviene quando c'è un interesse diretto e la sfida a cui bisogna rispondere con la massima capacità, e allora avete la capacità di indagare liberamente. Altrimenti state soltanto giocando con le parole. Le parole sono importanti perché trasmettono un certo significato ma se le parole ci guidano, se le parole ci spingono a certe conclusioni a certe azioni, allora il linguaggio, le parole ci controllano, ci influenzano, ci costringono. Questo è molto chiaro, vero? O il linguaggio ci usa, o noi usiamo il linguaggio. Ma la maggior parte di noi è diretta dal linguaggio. Alla parola 'comunista' si associano un mucchio di idee spaventose - non che i comunisti non siano terribili. E se dite 'Io sono inglese', sorgono immediatamente certe reazioni. Quindi le parole, il linguaggio, ci dirigono, ci modellano, formano il nostro pensiero, il nostro comportamento, l'azione. Ci rendiamo conto della schiavitù del linguaggio, ma se sappiamo come usare il linguaggio, l'esatto significato delle parole, il contenuto e il significato della profondità della parola, allora usiamo il linguaggio senza emotività, senza sentimentalismo, senza identificarci con una certa parola e allora possiamo comunicare fra di noi in modo diretto e semplice. Se mi attacco alla parola 'indù' o 'indiano' e quella parola modella il mio pensiero, i pregiudizi, tutte le assurdità allora la parola 'indiano' o 'indù' mi forza ad agire in un certo modo. Mentre, se sono libero dalla parola 'indù' con tutti i suoi significati nazionali, limitati, superstiziosi allora sono libero di comprendere l'essere umano che c'è dietro la parola. Giusto? Ci stiamo incontrando? Lo spero.

Quindi, qui noi usiamo il linguaggio non è il linguaggio a usare noi, usiamo il linguaggio non in modo emotivo un linguaggio flessibile corretto, secondo il dizionario in modo che possiamo comunicare l'uno con l'altro in modo semplice e diretto, quando usiamo la parola non emotivamente la parola senza un enorme contenuto psicologico. Possiamo farlo? Per la maggior parte di noi è terribilmente difficile perché ci identifichiamo con la parola e la parola siamo noi - sono inglese, sono indù. Possiamo liberarci di questa rete del linguaggio che ci dirige, ci modella e usare senza emotività parole semplici, dirette, parole che non provochino reazioni psicologiche? Va bene? Possiamo fare innanzitutto questo? Se possiamo farlo, allora possiamo indagare insieme perché siamo liberi dalla parola che ci guida ma usiamo la parola in modo diretto. Spero che sia chiaro. Sono stato chiaro? Almeno lo spero.

Conoscendo il significato delle parole non emotivamente senza nessuna reazione alla parola possiamo indagare nell'intero problema del nostro modo di vivere, del perché viviamo così perché in ogni giorno della vita sono in conflitto, violento, egoista, ristretto, limitato, ansioso, timoroso, insicuro, tutta la confusione in cui viviamo. Quindi stiamo sfidando noi stessi per scoprire perché viviamo in questo modo. Perché siamo meccanici nelle nostre relazioni nel nostro modo di pensare perché tolleriamo ogni forma di violenza sia in noi stessi che esteriormente perché nonostante l'uomo viva da migliaia e migliaia e migliaia di anni, viva nel dolore, senza amore spaventato, infelice, completamente senza intelligenza.

Quindi cominceremo a indagare insieme usando le parole non emotivamente, senza nessuna reazione per scoprire perché siamo diventati così intellettualmente ed eticamente meccanici. Giusto? Stiamo solo affermando dei fatti, non conclusioni. Non è una conclusione dire che siamo meccanici, lo siamo. Siamo

presi in una routine, in ufficio o quando tornate dal lavoro c'è esattamente lo stesso processo ripetitivo sessualmente, eticamente, nelle nostre azioni quotidiane. Alcuni se ne rendono conto e cercano di sfuggire diventando dei rivoluzionari rivoluzionari in senso materiale o ideologico. La rivoluzione fisica non porta a nulla. È ovvio, nonostante i terroristi. E psicologicamente, interiormente, nella nostra pelle per così dire, perché siamo diventati meccanici? Con la parola 'meccanico' intendo l'azione basata sul piacere l'azione basata sulla paura l'azione basata sull'autorità l'azione secondo un certo schema di pensiero l'azione dell'evasione evitando, fuggendo via, non affrontare mai il fatto di come siamo. Queste non sono conclusioni, sono ovvi fatti quotidiani. E, ancora, vi prego, state ascoltando voi stessi anche se chi vi parla lo può esprimere in parole chi vi parla non è qui state ascoltando voi stessi per scoprire sfidando voi stessi, perché vivete questa esistenza meccanica. Potete abbandonare un insieme di ideologie cristiane o comuniste e unirvi ad altre ideologie. Potreste smettere di essere cattolici e diventare protestanti o indu o, se siete all'avanguardia, diventate buddisti zen, o, se siete ancora più avanti entrate nella cerchia di Krishnamurti! (risate)

Capite, non ci chiediamo mai per conto nostro quale sia la cosa giusta da fare, dipendiamo sempre da qualcuno, dai guru, o da qualche altra persona. Allora, qual è l'azione corretta in un mondo che si sta sbriciolando che diventa ogni giorno più spaventoso, dove esistono così tante divisioni di fedi, dogmi, nazionalità, ecc. ecc. divisioni religiose e di tutti i tipi. Qual è l'azione giusta per ciascuno di noi nella nostra vita quotidiana, nelle nostre occupazioni, e così via qual è l'azione giusta, il corretto modo di vivere? Se sfidate voi stessi e io spero che lo stiate facendo ora, che cosa dovete fare?

Quindi dobbiamo indagare: che cos'è l'azione? Giusto? Che cosa intendiamo con la parola 'azione'? Che siate sposati oppure no, che lavoriate in ufficio, o siate benestanti e indipendenti, ecc. ecc. ecc. qual è la cosa giusta da fare nella mia vita di fronte a tutto questo, non secondo un modello ovviamente, quella non è l'azione corretta, non basata su certe ideologie, anche quella non è l'azione corretta perché le ideologie sono proiettate dal pensiero, un pensiero furbo, astuto. E l'azione basata su certe autorità, religiose o politiche, o sulla vostra stessa autorità basata sulla vostra esperienza e conoscenza anche quella non è l'azione corretta. Vi prego di capirlo perché se basate la vostra azione sulla vostra esperienza la vostra esperienza è molto limitata e siete sempre in cerca di maggiori esperienze cioè di maggiori sensazioni, non esperienze. La parola 'esperienza' significa andare oltre, mettere fine a qualcosa. E l'azione basata su conclusioni passate per quanto giuste e valide, è sempre dal passato, e quindi ancora limitata in termini di tempo. Oppure, se la vostra azione si basa su una conclusione futura o un'ideologia o un ideale futuro di nuovo non è un'azione corretta perché avete proiettato l'ideale ciò che dovrete essere, o che il vostro paese dovrebbe essere, o che il vostro gruppo dovrebbe essere e agire secondo quello che dovrebbe essere non è affatto agire. Azione implica fare qualcosa ora indipendentemente dal passato e dal futuro.

È veramente affascinante e tremendamente interessante se posso usare queste parole anche se non sono corrette, ma non importa per il momento, scoprire per conto proprio se esiste un'azione del tutto priva del tempo. Capite? Il tempo come passato con tutti i miei ricordi, la conoscenza, l'esperienza, conservati nel cervello come memoria e agire secondo quella memoria che è il passato che agisce nel presente o il passato che ha avuto così tante esperienze così tanti fallimenti, molte ansie, paure, dolori, proietta qualcosa nel futuro come ideologico, ciò che dovrebbe essere, come sarebbe bello, e agire di conseguenza, che, di nuovo, è non-azione. Giusto? Cerchiamo almeno di incontrarci intellettualmente perché se lo capite intellettualmente poi potete andare ancora più in profondità e almeno possiamo capirci a quel livello, che è molto limitato.

Allora, c'è un'azione nella vita quotidiana nelle nostre relazioni reciproche più o meno intime, sessuali o altro, c'è un'azione che sia olistica, completa, che non dipende dal tempo, dall'ambiente o dalle circostanze? È questa la sfida, esiste una tale azione? Oppure conosciamo soltanto l'azione basata sul passato o il futuro? Non conosciamo nessun'altra azione e noi accettiamo un'azione così, è molto più conveniente, più comodo, è facile accettarla. Quindi ci stiamo sfidando a vicenda per scoprire se è possibile vivere una vita agendo correttamente con azioni che non dipendano dall'ambiente dalle circostanze, dal passato o dal futuro.

Capite? È la cosa più difficile da scoprire. Quando volete scoprire una tale azione, se esiste un'azione simile, il pensiero comincia subito a lavorare. E dice: 'Esiste una cosa simile? Devo indagare'. Quindi il pensiero è il passato - vero? Il pensiero è il prodotto della memoria il pensiero è il risultato della vostra esperienza della conoscenza accumulata dalla quale sorge la memoria e dalla reazione di quella memoria sorge il pensiero. È semplice, molto semplice, se lo approfondite. Non è complicato. Così, quando c'è una simile sfida per scoprire se c'è un'azione che non dipenda dal passato o dal futuro, o dall'ambiente e dalle circostanze, il pensiero comincia a lavorare. Giusto? Ed è quello che fate. Poi il pensiero dice: 'Devo scoprire quell'azione' Poiché il pensiero non può trovare quell'azione, dite che è impossibile. State seguendo? Siamo tutti insieme in questo o sto parlando a me stesso? Potrei farlo in camera mia, ma non lo faccio, comunque ...

L'azione basata sul pensiero è limitata perché il pensiero stesso è una cosa frantumata, un frammento limitato perché è basato sulla conoscenza e la conoscenza, per quanta ne possiate accumulare per quanti fatti possiate accumulare espandendo la conoscenza sempre di più espandendola continuamente, è sempre limitata. Anche questo è ovvio. Ma forse non lo è per le persone che sostengono l'ascesa dell'uomo attraverso la conoscenza perché questa è la loro particolare conclusione. Ma quando si vede veramente, nella vita quotidiana quanto la conoscenza sia limitata - c'è la conoscenza tecnologica, e bisogna averla, e a quella se ne può sempre aggiungere altra, espandendola sempre di più, ma esiste un'accumulazione di conoscenza psicologica da cui parte l'azione? Capite? Siamo ...? Va bene.

Abbiamo accumulato conoscenza, psicologicamente, sono stato ferito molti anni fa, da ragazzo, o ragazza, sono stato ferito. E quella ferita è diventata la mia conoscenza. È qui, dentro la mia pelle. E io agisco secondo quella conoscenza, cioè resisto, mi isolo in modo da non essere più ferito. E così c'è una continua divisione fra me e gli altri per impedire altre ferite. È un fatto comune. Quindi io agisco secondo quella conoscenza. Posso vederne l'irrazionalità, posso andare dallo psicologo, posso fare cose di ogni genere ma la ferita è ancora lì e si fa sempre sentire. Quindi io agisco in base a eventi passati piacevoli o dolorosi che siano è irrilevante ma sono eventi passati, sono la mia conoscenza. Ho avuto un bel pomeriggio - diventa la mia conoscenza. Domani avrò una giornata meravigliosa - e anche qui - seguite? Tutto questo processo si basa sul processo accumulativo di esperienza, desiderio e piacere.

Esiste un'azione totalmente indipendente da tutto questo? Capite la mia domanda? Per poter indagare, bisogna comprendere il funzionamento del pensiero, perché non si può fermare il pensiero. Se vi sforzate, come molti fanno con la meditazione, - che non è meditazione - cercano di controllare il pensiero di plasmarlo, e così si dividono nel pensatore, che è superiore, e il pensiero, che è inferiore e poi il superiore cerca di controllare l'inferiore, lo sapete. Allora, c'è un modo, un'azione totalmente separata da tutto questo? Ci stiamo sfidando io sto sfidando voi e voi sfidate me insieme, siamo in un stato di sfida.

Forse, se la sfida è abbastanza profonda e seria, fatta con tutto il vostro essere troverete una risposta, cioè, ve ne parlerò ma ne stiamo discutendo insieme stiamo condividendo insieme quindi io non ve lo sto dicendo e voi non state accettandolo altrimenti diventa una cosa futile e allora potremmo semplicemente andare da qualche guru. Mentre, se potete scoprirlo da soli allora siete liberi - capite? Avete capito l'azione nel suo intero significato nella profondità e bellezza dell'azione. Chi vi parla dice che una simile azione c'è, completamente priva di passato e di futuro indipendente dall'ambiente e dalle circostanze. Avere un insight nel movimento totale del pensiero mentre si esprime nell'ambiente, nelle circostanze nel passato e nel futuro; ossia avere un insight nell'azione. Cioè, l'insight non è la risposta della memoria. Giusto? Non vi è mai capitato di esclamare improvvisamente: 'Ho capito!' ? senza parole, senza gesti, senza circostanze, senza il passato, all'improvviso dite 'Per Giove, ho capito!' Ed è una cosa irrevocabile, è la verità ultima non potete dire di averlo capito oggi e perderlo domani.

Quindi noi scopriremo insieme il significato della parola insight. Avere un insight in qualcosa non è personale non si basa su conclusioni ideologiche, ricordi, memorie. Bisogna essere liberi da questi per avere un insight istantaneo. Bisogna essere liberi dalla conoscenza per avere una percezione immediata. Non è una

cosa stravagante, esotica o emotiva ma effettiva. Se avete mai provato questa comprensione immediata l'azione è immediata l'improvvisa comprensione richiede un'azione immediata senza tempo. Non vi è mai accaduto? Avviene, ovviamente, ma poi il pensiero dice: 'Ho avuto un insight ho avuto quella strana profonda percezione e c'è stata azione immediata ma vorrei che continuasse sempre'. Capite? Voglio che quell'insight, quella percezione immediata, quella comprensione immediata, continui. Quando dite che deve continuare avete già dato inizio all'intero movimento del pensiero. Mi domando se lo vedete. L'insight, l'immediata percezione di qualcosa è istantanea, e finisce lì. Non potete farlo continuare. Mentre il pensiero vorrebbe che continuasse, e quindi impedisce il prossimo insight. Mi domando se capite tutto questo.

Avete capito qualcosa? Perché è molto importante perché da qui possiamo passare a qualcos'altro dove è richiesto un veloce insight così da non dover mai lottare, da non avere mai conflitti. Perché quando agite dall'insight, è una verità irrevocabile. Non è intuizione. Stiamo usando questa parola con cautela. Ci sono persone che hanno delle intuizioni, cioè proiettano i loro desideri, conoscete tutta quella robbaccia. Questo è insight. La percezione istantanea e l'azione non sono personali quindi sono complete, olistiche. E le nostre azioni non sono mai complete. Facciamo qualcosa e poi la rimpiangiamo: 'Non avrei dovuto farlo'. Oppure facciamo qualcosa che ci dà piacere e vogliamo farla ancora. Quindi, l'insight è una cosa piuttosto semplice ma per avere un tale insight in qualcosa bisogna avere una mente svelta, non una mente fiacca non una mente timorosa o una mente che dice: 'Se faccio così, che cosa accadrà? Potrei pentirmene, potrei sbagliare, potrei ferire gli altri o me stesso' e così l'azione non è mai totale, completa, intera. Mentre l'azione che scaturisce dall'insight dalla percezione immediata, non ha rimpianti perché è vera, è l'unica azione.

Ora, tenendo conto di tutto questo, magari soltanto intellettualmente, avete un'istantanea percezione di cosa è tutta la natura e la struttura dell'autorità? L'autorità dei libri, l'autorità dei professori, l'autorità degli scienziati, quella dei preti religiosi, ecc. ecc. O la vostra stessa esperienza, che diventa la vostra autorità. Avere un immediato insight in questo. Allora siete totalmente liberi da tutta l'autorità. Quindi non dovete lottare e affannarvi a dire: 'Accetto questa autorità e non accetto quella. L'autorità del mio guru è meravigliosa ma rifiuto l'autorità del prete'. Sono esattamente la stessa cosa.

Allora, mentre ne parliamo e ci stiamo sfidando a vicenda, siete liberi dall'autorità? C'è l'autorità del poliziotto, c'è l'autorità della legge, l'autorità del chirurgo, che probabilmente hanno il loro giusto posto, ma c'è un'autorità psicologica, di un credo, di un dogma di una conclusione, di una ideologia, comunista, socialista o quello che sia - religiosa, interiormente? Se l'avete allora non scoprirete mai che cos'è la giusta azione, ovviamente. Giusto?

Allora, indagando passo per passo queste cose se posso rispettosamente chiedervelo, siete liberi dall'autorità, inclusa l'autorità di questa persona seduta sul palco in questo momento? Se non lo siete scoprite perché accettate l'autorità interiormente. Oggettivamente avete bisogno dell'autorità. Giusto? Non potete guidare a destra in Inghilterra, avreste degli incidenti. Se rifiutate l'autorità delle leggi dello stato sarete puniti, e così via, così via. In quel caso l'autorità ha il suo giusto posto. Ma interiormente, profondamente, non avere nessuna forma di autorità.

Allora possiamo procedere a indagare perché gli esseri umani vivono costantemente in uno stato di paura. Giusto? Vogliamo indagare? Perché voi, come esseri umani che rappresentano tutta l'umanità giusto? - mi chiedo se ve ne rendete conto. Voi, come esseri umani, rappresentate tutta la mente umana perché voi soffrite, siete insicuri siete legati a certi credi o siete condizionati, siete inglesi o francesi, tedeschi, questo o quello e credete in Gesù o in Cristo oppure non ci credete ma siete indù, musulmano - seguite? Siete consapevoli che nella vostra relazione, nelle vostre attività quotidiane c'è un senso di grande paura? Giusto? Ne siete consapevoli? Se lo siete, allora ... se avete paura, la reazione naturale non la chiamerò naturale - la risposta irrazionale è di coltivare il coraggio, qualsiasi cosa significhi oppure di fuggire o di razionalizzarla - perché non dovrei avere paura è naturale, ecc. ecc. Oppure vi identificate con la paura voi e la paura siete la stessa cosa non c'è un voi separato dalla paura così la paura che siete voi, si identifica con qualcosa di più



grande dicendo che nella resa a qualcosa di più grande ho vinto la paura. Abbiamo giocato a questi giochi per secoli e abbiamo ancora paura, dopo un milione di anni ogni essere umano in tutto il mondo ha qualche forma di paura. Avere un istantaneo insight in questo ed esserne totalmente liberi. È possibile? Perché la paura è la cosa più tremenda, vi fa... lo sapete, che cosa fa la paura, nevrosi di tutti i tipi, fuga in varie forme di intrattenimento religioso o altro, razionalizzare le paure e accettarle come parte della nostra esistenza.

Ora ci domandiamo: è possibile avere un insight nell'intera natura e struttura della paura ed esserne liberi? Non volete sapere se potete essere liberi dalla paura? O la accettate, come facciamo con molte cose, come parte della vita? Se non l'accettate come parte della vita allora qual è la natura della paura? Qual è la radice della paura? Qual è la sostanza, la struttura, l'intero movimento della paura? Non solo la paura della moglie o del marito, della ragazza - la paura nella sua interezza, non una particolare forma di paura. Non volete scoprirlo? Cioè, non volete dedicare la vostra mente il vostro pensiero, il vostro essere, la vostra energia per scoprire se è possibile sradicare completamente la paura? La paura ha molte forme uno dei fattori principali della paura è l'attaccamento a una persona, attaccamento a un ideale, a un credo, attaccamento a un mobile, sapete che cos'è l'attaccamento. E dove c'è attaccamento c'è inevitabilmente la paura della perdita. È possibile esistere senza isolarsi, senza attaccamenti? Capite la mia domanda? È possibile per un essere umano che ha vissuto per diecimila anni e più, che ha vissuto sempre con la paura come parte della sua vita, dall'uomo delle caverne fino ad oggi è possibile decondizionarsi dalla paura? Come abbiamo detto, uno dei fattori della paura è l'attaccamento. Scoprire se si è attaccati, senza evitarlo, scoprire se si è attaccati a qualcosa, al proprio guru, alla propria conoscenza, ai propri mobili, ai propri amici, a vostra moglie, ragazza, ragazzo, o altro, attaccati al vostro paese. Dove c'è attaccamento c'è gelosia, c'è possessività, c'è un senso di identificarsi con qualcosa d'altro E quando c'è attaccamento e identificazione c'è sempre insicurezza. Questi sono fatti, non è così? No?

Allora, potete essere liberi dall'attaccamento? Non domani o quando sarete sul letto di morte allora naturalmente è molto semplice essere distaccati! (risate) Non potete discutere con la morte. Ma ora, vivendo la vita quotidiana essere liberi da ogni forma di attaccamento, senza isolarsi, perché anche questo genera paura. Posso staccarmi da questo e da tutto quanto e sentirmi improvvisamente solo, con un senso di vuoto ed essendo spaventato da quel vuoto ricomincio ad attaccarmi, non a una persona, ma a un meraviglioso ideale. Ma ogni forma di attaccamento genera paura. Un uomo o una donna che davvero indagano e si interrogano, sfidandosi, se sia mai possibile essere liberi dalla paura, devono avere un istantaneo insight nell'intera natura dell'attaccamento. Mentre stiamo parlando, esplorando insieme, avete questa sensazione, questo insight, questa immediata percezione dell'intera natura dell'attaccamento e della sua struttura con tutte le complicazioni inerenti, lo vedete istantaneamente? E quando lo vedete nella sua totalità, è finito. Non significa che diventate insensibili, non significa che vi isolate. Al contrario: siete un essere umano libero non più dominato dalla paura. Giusto? Questa è solo una espressione della paura. Forse la più profonda espressione della paura, quella di perdere ciò che avete. In realtà non avete niente, ma questo è irrilevante.

Allora, qual è la radice di tutta questa paura? Vedete, per lo più noi siamo inclini a potare i rami della paura. Giusto? Ho paura di una certa cosa, quindi me ne libero oppure vado da qualcuno che mi aiuti a liberarmi dalla paura o da quella particolare forma di paura: lo psicologo, il prete, l'analista, l'ultimo guru, e tutto quel commercio. Ma a noi non interessa potare l'albero della paura, ma scoprire la radice della paura, così che quando ne vediamo la radice, ne abbiamo una profonda comprensione; e se si ha una tale comprensione - e questo è un insight - la paura scompare completamente, non si è più spaventati psicologicamente. Fisicamente è una cosa diversa. Fisicamente bisogna stare attenti, bisogna essere razionali, sani, a meno che non siate eccessivamente nevrotici, allora è un'altra faccenda. Ma fisicamente bisogna fare attenzione al pericolo, come fareste davanti a un precipizio, come fareste attenzione a un animale pericoloso, e forse gli esseri umani stanno diventando molto più pericolosi di qualsiasi animale. Quindi, bisogna fare attenzione agli esseri umani, ai terroristi, ai politici - c'è qualche politico qui? (risate) E molto attenti anche ai guru



(risate) ecc. ecc.

Dunque è comprensibile l'attenzione al pericolo fisico. Ma qual è la radice della paura psicologica? Vi prego, sfidatevi, chiedetevelo. Non accettate la mia sfida. Chiedetevi qual è la radice di tutto questo. Non dite 'Non lo so' lasciando perdere la cosa, o arrivando a qualche conclusione. Se fate così, vi impedito di scoprirne la radice. Se dite 'Non so proprio quale sia la radice della paura', allora iniziate con umiltà. E poi dite 'Non lo so davvero, ma voglio scoprirlo'. Ma se iniziate con arroganza dicendo 'Posso risolverla, lo so, conosco tutto sulla paura' allora state partendo da una conclusione con un senso di speranza. Il che non significa che dovete essere disperati per chiedervelo, ma se veramente siete profondamente interessati alla natura e struttura della paura fino in fondo, qual è la radice della paura? Chi fra di voi ha già letto o ascoltato chi vi parla non dica 'Sì, lo so'. Questo è un misero trucco. Perché avete sentito qualcuno che ve lo ha detto e potrebbe essere vero, ma non è vostro, non è "la" verità, è di qualcun altro. Non c'è la vostra verità o la mia, ma se accettate un'affermazione di qualcuno, come il sottoscritto, e dite 'Sì, l'ho già sentito, ma non ha risolto la mia paura' allora vi fate guidare dal linguaggio. Capite? Il linguaggio vi dirige. Il linguaggio vi usa. Ma se siete liberi da quello che avete già sentito, se davvero vi chiedete ora, seduti qui, per scoprire qual è l'essenza, la radice, la base di tutta la paura allora, dato che non lo sapete, ci arrivate in modo nuovo, ci arrivate con un senso di curiosità per scoprire. Ma se ci arrivate già con qualche conclusione non c'è possibilità di comprenderne la radice.

Quindi cerchiamo di scoprire insieme, dal nuovo, qual è la radice dell'intera natura e struttura della paura. Quando volete scoprire, se avete un motivo, cioè 'Devo essere libero dalla paura' - che è un motivo, allora quel motivo dà una direzione alla vostra indagine. Così il motivo che dà una direzione vi impedisce di indagare. È semplice, no? Se ho un motivo per indagare la paura perché voglio liberarmene, allora ho già dato una direzione alla cosa. Giusto? Perché il mio desiderio è di liberarmene e non di comprendere la natura, la struttura e la profondità della paura. Voglio liberarmi della parola 'paura'. Così la parola 'paura' ci dirige. Capite? Mentre, se la guardate, se siete liberi dalla parola e dite 'Che cos'è questa paura con cui ho vissuto per così tanto tempo?' Che cos'è? È tempo? Tempo inteso come ieri, oggi e domani, tramonto e alba. Cioè, la paura è il risultato del tempo? È accaduto qualcosa di cui avete avuto paura, l'anno scorso o ieri, e la paura di quell'evento è rimasta, il ricordo di quel fatto è chiamato paura. State seguendo? Il ricordo di quell'incidente avvenuto un anno fa o ieri ha lasciato un certo ricordo e quella memoria dice che c'è della paura. Giusto? Quindi con l'evocazione della parola paura, diciamo che quella è paura. Mentre noi stiamo cercando di scoprire, essendo liberi dalla parola, qual è la sua essenza. State seguendo? Sta diventando troppo faticoso? Tant pis.

Qual è la sua radice? Lo chiedo a me stesso perché sono una persona seria e ho un mucchio di energia, Devo scoprirlo, perché non voglio vivere con la paura. È troppo assurdo, troppo illogico, irrazionale. Qual è la sua essenza? È il tempo? In parte lo è. È anche ... è il pensiero che crea la paura? Capite?

Quindi, tempo e pensiero. Ho compreso più o meno la natura del tempo il tempo esteriormente e interiormente, psicologicamente: Io sarò, non sono, sarò o dovrei essere, mentre non lo sono. Questo 'dovrei essere' è il movimento del tempo. Giusto? Non so se seguite. Questo è importante, state seguendo?

È una bella mattina e spero che stiate apprezzando anche questo. Spero stiate godendovi questo momento di indagine come godreste un bel momento seduti in un prato a guardare gli alberi, le nuvole nel tepore del sole.

Che cos'è il pensiero dunque? Ho capito la natura del tempo. Ora voglio capire se il pensiero è responsabile della paura. Non lo so, ma lo scoprirò. Se il pensiero è responsabile io devo comprendere l'intera natura del pensiero. Che cos'è il pensiero? Il pensiero è la risposta della memoria. Giusto? È ovvio. Se non aveste la memoria non potreste pensare. Ma il pensiero è diventato molto importante per noi. Usiamo il pensiero in ogni cosa che facciamo. L'amore è un ricordo, un pensiero? Non parlo dell'amore sessuale, della sensazione,

dell'amore sensuale. Quello non lo chiamerei nemmeno amore, è una sensazione. L'amore è sensazione? L'amore è ricordo? E il pensiero è amore? Capite, lo sto chiedendo. E qual è la natura del pensiero? Molto semplicemente, si basa sulla conoscenza accumulata, raccolta con l'esperienza vissuta in millenni, che è conservata nel cervello. Io non sono uno specialista del cervello, ma potete osservare voi stessi - e la memoria risponde a una sfida.

Ora io sfido me stesso: che cos'è pensare? E la risposta è: 'Memoria, naturalmente'. E allora la memoria è responsabile della paura? Sono stato ferito fisicamente l'anno scorso, me lo ricordo e ho paura che possa succedere ancora, la malattia, il dolore, o quello che sia. Cioè: il pensiero basato su un'esperienza dell'anno scorso o di ieri crea il ricordo e ne ha paura, non deve succedere più! Tutta la nostra azione, tutta l'esistenza, è basata sul pensiero. Non so se vi rendete conto di questo fatto straordinario: tutto quello che facciamo si basa sul pensiero. Non c'è nessuna spontaneità, essere spontanei è un'esistenza del tutto diversa. Per avere quella spontaneità bisogna capire la natura del pensiero che ha condizionato il nostro cervello tutta la nostra prospettiva mentale, il nostro agire. Quando c'è una comprensione, un insight immediato in questo, allora c'è spontaneità, c'è libertà. Ma questa è tutta un'altra faccenda.

Quindi ci chiediamo: il tempo, vedo che in parte è responsabile. Anche il pensiero è responsabile. Il tempo è pensiero? O il pensiero è tempo? Capite? Tempo e pensiero non sono separati. C'è solo il pensiero, che crea il tempo psicologico. Giusto? E allora, avendo scandagliato tutto questo, avendolo compreso, non intellettualmente, verbalmente, ma avendo veramente visto da sé la natura del pensiero, ci si rende conto che il pensiero è di fatto responsabile della paura. E allora ci si chiede: 'Come posso fermare il pensiero?' che è una domanda veramente assurda. Questo fa parte dei trucchi introdotti dai guru. Cioè: meditate, cercate di controllare, di fermare il pensiero. Avete mai provato a fermare il pensiero? Se lo avete fatto avrete scoperto che la persona che dice 'Devo fermare il pensiero' l'entità che lo dice, fa sempre parte del pensiero. Si sta prendendo in giro da sola.

Così, se lo vedete, il tempo è pensiero, è movimento da ieri, a oggi, a domani. E anche il pensiero è un movimento movimento basato su ricordi ed esperienze passate, conoscenza passata - la conoscenza è sempre il passato. Perciò il pensiero è sostanzialmente responsabile della paura. Capite? Ora, la parola paura, è paura? Capite? La parola 'paura' è veramente paura? O la parola non è quella cosa? Cominciate ad essere stanchi? Capite la mia domanda? La parola è diversa dalla cosa? O la parola crea la cosa, la paura? Dunque la parola vi dirige e la parola crea la paura. Oppure, c'è una paura indipendente dalla parola? Cioè, la parola non è la cosa. Giusto? Capite? Quindi avete separato la parola dalla cosa? Capite? La tenda, questo tendone, la parola, non è quello. Giusto? Quando lo guardate riuscite a separare la parola dalla cosa? Capite la mia domanda? Avete separato la parola dalla reazione che chiamate paura? Cioè siete consapevoli di essere presi nella rete delle parole? E quindi le parole vi dirigono. Potete guardare la cosa senza la parola guardare quella cosa senza darle un nome che diventa la parola? Mi domando se lo capite! Guardate, questo richiede una grande attenzione una grande consapevolezza della vostra osservazione. Non basta dire: 'Sì, posso separare la parola...' ecc. ecc. - come se fosse un gioco. Ma vedere realmente che siete prigionieri, che la vostra osservazione passa attraverso una parola e che quindi la parola diventa importantissima. E accorgendovi di questo dite 'Va bene voglio separare la parola, metterla da parte, guardare la cosa in sé senza lasciare che la parola interferisca, la parola con tutte le sue connotazioni, i suoi contenuti. Voglio guardare quella cosa.' Capite? Ci sto mettendo un sacco di energia, anche voi spero.

Quindi, potete guardare la paura, la parola la reale sensazione senza la parola? O la parola crea la sensazione? Il nome paura la crea. Capite? Potete guardare questo tendone, la parola e il fatto, la tenda, in modo diverso potete separarli e dire: 'Sì, posso guardarlo senza la parola. Posso vederne le linee, i pali, senza la parola'. Ma per farlo a livello psicologico è molto più... bisogna essere straordinariamente svegli, profondamente consapevoli del significato della parola e delle cose. Se lo siete, allora la cosa che state guardando senza la parola, è paura? Capite quello che sto cercando di dire? La reazione che avete chiamato paura se non la nominate, è paura? C'è paura? Ci siete arrivati dopo aver indagato e compreso il tempo e il

pensiero. Il pensiero è tempo, perché entrambi sono movimento. Il tempo è movimento. Il pensiero è movimento. Quindi non sono due cose separate. Il pensiero crea il tempo psicologico.

Quindi il pensiero ha creato la parola. L'uomo primitivo, - scimmia, primate, aborigeno - disse: 'Ho paura' e questa si è trasmessa - seguite? fino a noi - seguite? E ora stiamo chiedendo: separate le due cose, la parola e la sensazione, la reazione, e guardate, osservate la reazione senza la parola. Ora, quando osservate la reazione l'osservatore è diverso dalla reazione? Capite? O sono la stessa cosa, l'osservatore è l'osservato, la reazione è l'osservatore? Giusto?

Vedo che alcuni di voi non capiscono. Vi siete arrabbiati, quella rabbia è diversa da voi? Siete consapevoli di quella rabbia, nel momento in cui accade non lo siete, ma un secondo o un minuto dopo dite: 'Mi sono arrabbiato'. Vi siete separati da quella cosa chiamata rabbia e perciò c'è una divisione. Allo stesso modo (ride) la reazione che chiamate paura è diversa da voi? Ovviamente no. Dunque voi e la reazione siete la stessa cosa. Quando ve ne rendete conto, non la combattete, voi siete quello. Giusto? Mi domando se lo vedete. E allora ha luogo un'azione del tutto diversa: cioè, prima usavate un'azione positiva verso la paura dicendo 'Non devo avere paura, devo negarla, devo controllarla devo fare qualcosa, andrò da uno psicologo' - sapete, cose del genere. Ora, quando ve ne rendete conto - anzi no, quando c'è il fatto che voi siete la reazione non c'è un voi separato dalla reazione. E allora non potete fare nulla, no? Mi domando se lo vedete, voi non potete fare nulla. Quindi la negazione, una negativa una non-positiva osservazione è la fine della paura. Giusto?

Che ora è?

Q: La una.

K: Scusate se ho parlato per un'ora e mezza, non mi sono accorto. Spero non vi siate annoiati o stancati a rimanere seduti nella stessa posizione.

Q: Non si preoccupi. È stato bello. (risate)

K: Bene, ci incontreremo ancora domani.

Q: Grazie. (applausi)

K: Per favore non applaudite, non è il caso.

***Prima Discorsi di Brockwood Park - 1978***

***Sabato 26 Agosto 1978***

## *Come si puŮ avere un ordine completo?*

Seconda Discorsi di Brockwood Park - 1978

Domenica 27 Agosto 1978

Possiamo continuare con quello che stavamo dicendo ieri mattina? Prima di cominciare posso ricordare che bisognerebbe avere un bel po' di scetticismo, di dubbio e non accettare quello che dice chi vi parla, ma mettere in questione, investigare, indagare quello che sta dicendo o quello che noi stessi pensiamo, se vi sia qualcosa di vero o di falso se quello che viene detto è reale se è applicabile alla vita quotidiana. Se si accettano semplicemente le parole, come fanno molti - siamo collezionisti di parole e frasi e perciò perdiamo moltissimo. Quello che stiamo dicendo è che la conoscenza di sé, conoscere se stessi, è di grande importanza, non secondo qualche psicologo o analista o secondo chi vi parla, ma conoscere se stessi come realmente si è. Senza negare né accettare ciò che è ma osservare guardare dentro di sé molto in profondità. E vedere quello che c'è dentro di noi non secondo qualcun altro ma vedere veramente per conto nostro quello che percepiamo nelle nostre azioni e le nostre reazioni, esserne consapevoli, conoscere se stessi. Conoscere se stessi implica - non è vero? non sapere e riconoscere 'ciò che è'. Cioè, scoprire se stessi di nuovo ogni volta non secondo un ricordo o qualcosa che avete già visto in voi e riconoscerlo, e continuare a riconoscerlo ancora. Spero che sia chiaro.

Cioè, voglio conoscere me stesso perché se non mi conosco non ci può essere la giusta azione, il giusto comportamento non ho alcun fondamento per nessuna chiarezza. Ci si può ingannare immensamente e vivere in una specie di mondo illusorio, un mondo di credenze, ma conoscere se stessi completamente libera la mente da tutti i suoi ostacoli da tutte le sue preoccupazioni dal suo incessante chiacchiericcio, ecc.

Ieri dicevamo che nell'indagine siamo diretti dal linguaggio. Il linguaggio usa noi, invece del contrario. Ne abbiamo parlato a fondo ieri. E abbiamo detto anche che chi vi parla non c'è, voi state parlando a voi stessi vi state ascoltando per scoprire quello che accade esattamente dentro di voi, nella vostra pelle, nella vostra sfera psicologica. Sappiamo molto bene che cosa accade intorno a noi, almeno, se siete un po' informati, ma pochissimi sanno esattamente dove siamo quali sono le nostre reazioni e se sia possibile andare oltre.

Ieri dicevamo anche che la radice della paura, in cui moltissimi di noi vivono, è il tempo. Il tempo cronologico come ieri, oggi e domani e anche l'intero movimento del pensiero. Questi sono i due fattori che generano la paura. L'altro fattore è la memoria. Il ricordo di una paura passata alla quale si rimane legati proiettando una paura futura. È di questo che abbiamo parlato ieri.

Quindi, se possibile, vorrei approfondire altri fattori che ci riguardano. La maggior parte di noi, psicologicamente, vive in disordine, Non so se ne siete consapevoli. Siamo diretti non solo dal linguaggio ma anche da moltissime pressioni esterne: economiche, sociali, politiche, nazionali, dai credi religiosi ecc. Ma psicologicamente la maggior pressione è il desiderio, per molti di noi. Come dicevamo ieri, vi prego di ricordare che stiamo comunicando insieme. Non state solo ascoltando la persona che sta parlando che non è affatto importante. Quello che viene detto è importante, non la persona. È come con il telefono, voi non date molta importanza al telefono lo tenete pulito, ma è quello che viene detto al telefono che è importante. Allo stesso modo, la persona che sta parlando qui non è affatto importante. Vorrei ricordarvelo ancora e ancora: la persona non è affatto importante. Ma quello che viene detto è importante. Quindi, la vostra ammirazione per la persona, o la vostra avversione per la persona, o altro, tutte queste sciocchezze hanno ben poca

importanza. Se avete un telefono, non lo rompete, lo tenete pulito, lo rispettate. Ma il telefono in sé non ha nessun valore mentre è significativo quello che dite al telefono. Allo stesso modo, qui la persona non è importante. L'avete capito bene, definitivamente?

Stiamo dicendo che viviamo in disordine, psicologicamente. Possiamo avere una camera ordinata, fare degli esercizi, fare il cosiddetto yoga - non mi dilungherò sulla parola sul significato, come ebbe inizio, ecc. non è il momento. Noi manteniamo l'ordine esteriormente, apparentemente, ma c'è disordine, un tremendo disordine nel mondo. Forse quel disordine è generato dal disordine psicologico di ciascuno di noi. Disordine significa essere in contraddizione, pensare una cosa e farne un'altra dire una cosa e fare l'opposto, o essere insicuri, non chiari, contraddittori, ecc. Tutto questo indica disordine. E inoltre, dove c'è contraddizione ci deve essere sforzo, dove c'è divisione ci deve essere conflitto, e così via. Questo è lo stato di disordine in cui viviamo. E' un fatto ovvio.

E, per portare ordine psicologicamente, che cosa dobbiamo fare? Spero che stiate sfidando voi stessi e non accettando la mia sfida. Essendo consci, consapevoli, di essere in disordine psicologicamente, che cosa facciamo? Come possiamo portare ordine? Perché, senza ordine sia psicologicamente che esteriormente, si vive nel caos e il mondo diventa sempre più caotico, distruttivo, violento, c'è un grande disordine nel mondo. Forse quel disordine è proiettato da ciascuno di noi, perché noi viviamo nel disordine.

E allora ci chiediamo: come possiamo avere completo ordine in noi? È possibile? Dove c'è ordine c'è una tremenda energia. Dove c'è disordine c'è dissipazione di energia, spreco di energia. Indagheremo insieme, non sto indagando in me, ma insieme stiamo indagando, esplorando la domanda: 'Che cos'è l'ordine e ci può essere ordine senza comprendere il disordine?' Dunque stiamo indagando insieme per scoprire questo effettivo stato, il fatto che viviamo in disordine. È un fatto? Non la descrizione verbale del disordine. La parola non è la cosa. La descrizione del disordine non è l'effettivo disordine. La descrizione di una montagna anche se ben dipinta, la bellezza della valle, la luce, la neve, il profilo contro il cielo, il senso di dignità e di bellezza della montagna, possono essere descritti meravigliosamente, ma la descrizione non è il fatto reale. Per molti di noi la descrizione è sufficiente. E così veniamo presi dalla descrizione e non dal fatto reale. Così, quando chiediamo che cos'è il disordine è un'idea di quello che pensate sia ordine, e in confronto a quello che dovrebbe essere ordine dite che c'è disordine? Anche questo è totale disordine. Spero stiate seguendo. Allora, scopriremo che cos'è il disordine e, avendo un insight una fulminea percezione dell'intera struttura del disordine da questo nascerà l'ordine. Questo ordine non è secondo uno schema o un modello, secondo qualche saggio o qualche filosofo, o qualche ciarlatano religioso. E la maggior parte dei preti religiosi, con la loro gerarchia, ecc. sono dei super-ciarlatani. Perfino il nuovo papa, spero. (risate) Allora ...

Siamo innanzitutto consapevoli che viviamo in disordine? Non parlo della definizione della parola ma del fatto reale della contraddizione della divisione: io e il mio, tu e il tuo, noi e loro, e tutte quelle divisioni che ci sono in noi. il costante conflitto. Tutto questo indica disordine. E come guardate quel disordine? Prendiamo per esempio, come dicevamo ieri, ogni forma di attaccamento, è un fattore di disordine ed è anche un fattore - come abbiamo sottolineato ieri, come abbiamo scoperto ieri - una parte della paura. Quindi l'attaccamento a una persona, a un'idea, a una conclusione, a un ricordo, a un mobile, ecc. ecc. genera disordine. Lo vedete questo fatto?

E la libertà dall'attaccamento, senza diventare isolati, insensibili, indifferenti, porta con sé un certo ordine? Perché quello che stiamo dicendo è che quando mettiamo tutto in ordine c'è un sacco di energia, una tremenda energia. E si ha bisogno di quell'energia per scendere profondamente in se stessi. Quindi chiediamo, scopriamo da noi prima di tutto il disordine in cui viviamo e la natura di quel disordine che fa parte dell'attaccamento, della paura del piacere e così via senza andare in una particolare direzione sperando di portare ordine, ma essendo semplicemente consapevoli di questo disordine senza allontanarcene. Ci stiamo incontrando? Sono riuscito ad essere chiaro? Posso continuare? Va bene.

Supponiamo che io viva in disordine interiormente esternamente posso avere un ordine meraviglioso, ma interiormente forse ho un gran disordine. E mi chiedo che cosa posso fare. Quel disordine è diverso da me? O io sono quel disordine? Capite la domanda? Vi prego, è molto importante capirlo, perché se il disordine è diverso da me allora posso farci qualcosa, posso cambiare schema, muovermi da un angolo ad un altro, o portare ordine psicologico, reprimendo, controllando, o in altro modo. Posso fare qualcosa. Ma se il disordine non è diverso da me, che è un fatto, quel disordine sono io, allora sorge il problema: che cosa succede? State seguendo? Non state ascoltando me, ma voi stessi. E allora forse porterete un cambiamento. Ma se vi limitate ad ascoltare chi vi parla, potete continuare ad ascoltarlo per il resto della vita, e io spero di no, se vi limitate ad ascoltarlo, non cambierete. Ma se vedete da voi che vivete in disordine, e che quel disordine non è diverso da voi, che fondamentalmente, alla base, voi siete quel disordine, allora, che cosa avviene? Prima potevate fare qualcosa in proposito, perché vi separavate dal disordine e ci lavoravate sopra e così c'era un costante conflitto, un tradimento, un giorno potevate farlo, e il giorno dopo no, e così via, fluttuando da un giorno all'altro. Mentre il fatto è che voi siete quel disordine. Questo è un fatto, non una conclusione di chi vi parla e che sta cercando di imporvi, non è così. Non stiamo facendo nessun tipo di propaganda non vogliamo convincervi di nulla. Ma quando il disordine sono io non posso farci nulla cioè, non posso lavorarci sopra come ero abituato a fare. Così rimando in questo totale disordine. Lo state facendo mentre ne parliamo? O state solo accumulando verbalmente? Cioè, io non sono diverso dal disordine. Questo disordine esiste perché ho diviso me stesso da quello che chiamo disordine. Questo è uno dei maggiori fattori del disordine. L'ho scoperto. Quando c'è una separazione fra me e quello che osservo, psicologicamente, quella divisione è uno dei maggiori fattori del disordine. Cioè, quando mi definisco indù o musulmano o cristiano, cattolico, inglese o francese o tedesco, o quello che sia, la divisione è un fattore di disordine gli ebrei e gli arabi, è un esempio ovvio, succede tutti i giorni. Quindi, psicologicamente, quando c'è divisione fra il disordine e me stesso incoraggio e coltivo il disordine. Invece, il fatto è che il disordine sono io e il rendermi conto di questa verità porta ordine. State seguendo? Siete molto silenziosi. Sta a voi.

Q: Sto aspettando che accada.

K: Quel signore dice che sta aspettando che accada. Temo che dovrà aspettare parecchio allora! (risate) È un fatto, non può accadervi. Vedete voi stessi quello che accade e allora il fatto stesso, la verità della questione libera la mente dal disordine. La causa di questo disordine è la separazione di me come diverso dal disordine. Capite?

E, allo stesso modo, possiamo portare ordine nella nostra vita? Cioè, imparare l'arte di mettere ogni cosa al suo giusto posto. Questo è ordine. Ma non si può mettere le cose al loro posto, a meno che colui che mette le cose a posto non sia anch'egli molto ordinato. Capite? Naturalmente. Così stiamo cercando di scoprire che cos'è l'ordine e che cos'è il disordine. Il disordine può essere dissolto solo quando la divisione fra me e l'altro cessa di esistere, psicologicamente. Bisogna imparare l'arte di mettere le cose al loro giusto posto. Come il denaro, al quale molti, se ne hanno parecchio, sono attaccati, e se ne hanno poco ne vogliono di più, ecc. ecc. Il denaro è diventato terribilmente importante nel mondo. E anche il sesso è diventato tremendamente importante. Non ne parlerò ora, ma è importante. Lo sapete quanto è importante nella vostra vita. E quando date a qualcosa un'importanza così grande il fatto stesso di dare a quella cosa un'enorme importanza, è disordine. Giusto? Se do enorme importanza agli esercizi, al cosiddetto yoga, diventa una cosa totalmente sproporzionata. Quindi, dare il giusto posto a ogni cosa implica dare il giusto valore a tutto. Giusto? Possiamo farlo? Vogliamo farlo? Oppure è troppo difficile? Oppure dite: 'Prego, abbiamo vissuto per così tanti anni in questo disordine, lasciamo stare, non tocchiamo questo caos.' E così accettate il caos e vi ci abituate. Dite che vi trovate bene con questo disordine e non volete alterarlo. Ma per una persona seriamente preoccupata, non solo del mondo esterno ma anche di quello interiore, dare il giusto posto al denaro, al sesso e a tutto significa imparare la bellezza della libertà. Senza quello non c'è libertà.



E quindi il problema successivo è che viviamo sempre di più sotto pressione. Pressioni istituzionali, e politiche, pressioni economiche, sociali e così via, così via. E abbiamo detto che forse la pressione maggiore per molti di noi è il desiderio che vuole agire la pressione di un tremendo desiderio. Giusto? State seguendo? Posso continuare?

Q: Sì.

K: Spero stiate osservando tutto questo dentro di voi. Altrimenti potete ascoltare queste parole per i prossimi 10, 15, o 20 anni ma alla fine direte: 'Sono rimasto dov'ero'. Perché voi non vi applicate non dite: 'Lo scoprirò'. Vivete soltanto al livello delle parole.

Il punto seguente è: perché c'è questa tremenda pressione del desiderio nella maggior parte di noi? La pressione del sesso, il desiderio del sesso, il desiderio di esperienza, di essere popolari, famosi, il desiderio ... - sapete quali sono i movimenti del desiderio. Il desiderio dell'illuminazione, che è il più stupido dei desideri! Perché l'illuminazione non avviene dal desiderio. Potete andare sulle vette più alte dell'Himalaya ma non ci troverete mai l'illuminazione. Si trova dove siete voi, non in India o in Giappone o in qualche altro posto - e nemmeno a Roma. (risate) Scusate se parlo di Roma, perché ho sentito questa mattina che hanno eletto il Papa! (risate)

Dunque, se si è consapevoli dentro di sé, di se stessi si vede quanto è forte il desiderio, il desiderio di potere, di dominare le persone. Il desiderio di ... lo sapete, non devo entrare nei dettagli. Lo sapete benissimo. E noi viviamo sotto questa pressione. E così ci si ammala non solo fisiologicamente per tutta la tensione, ma anche psicologicamente è una grande fatica, un grande problema. Il desiderio, per esempio di essere una persona meravigliosa, è una tensione continua di diventare, di essere qualcuno, di raggiungere un risultato. Si può vedere che il desiderio, se non viene compresa l'intera natura e la struttura del desiderio è uno dei fattori del disordine. Giusto? Vi prego, lo vedete? Non accettate quello che dico, non è affatto importante. Ma dentro di voi è un fatto che avete scoperto voi stessi, vedendo che il desiderio in tutte le sue forme ed espressioni genera confusione e genera disordine. Giusto? Molti hanno detto di controllare il desiderio di reprimerlo o di soddisfarlo di andare fino in fondo - hanno fatto tutti questi giochetti. Qualsiasi monaco vi dirà che bisogna reprimere ogni desiderio il desiderio carnale, come qualsiasi forma di desiderio per poter servire Dio o Gesù - chiunque esso sia. E così c'è sempre questa repressione, il controllo, un costante conflitto: desiderate qualcosa e la reprimete la razionalizzate, la controllate, la sfuggite, e così via. Dunque, quello che stiamo cercando di fare, quello che stiamo dicendo, è: cerchiamo di scoprire la natura del desiderio, come sorge, e se possiamo dare al desiderio il suo giusto posto, senza in alcun modo reprimerlo, controllarlo, distruggerlo. Giusto? È questo che vogliamo approfondire.

Quindi bisogna scoprire la natura e la struttura del desiderio. Scoprirlo per conto nostro senza che qualcuno ce lo dica. Se voi lo accettate tornerete l'anno prossimo o i prossimi trent'anni e direte: 'Sono ancora allo stesso punto di partenza, lei mi ha lasciato dove ero 30 anni fa'. Perché si è vissuto sulle parole senza approfondire veramente da sé. Perché il desiderio è diventato così importante? Viene incoraggiato dall'educazione e dalla società in ogni forma tutto intorno a noi incoraggia il processo del desiderio. Voglio scoprire perché il desiderio è diventato importante dentro di me e che cos'è il desiderio. Perciò devo innanzitutto capire la natura della sensazione. Giusto? La percezione sensoriale, i sensi. Devo capire il funzionamento dei sensi. Posso continuare?

I sensi: tatto, olfatto, gusto, ecc. Noi non funzioniamo mai con tutti i sensi attivi. Mi chiedo se lo capite. No? Il gusto diventa straordinariamente importante se siete buongustai, se amate il buon cibo, il vino e tutto il resto, il gusto diventa importantissimo. O, se siete sensibili alla musica, soltanto la musica diventa importante, ascoltare un bel suono lo spazio fra i suoni, la loro qualità. O altro. Così i nostri sensi sono frantumati, frammentati, non vediamo mai nulla con tutti i nostri sensi, completamente. Giusto? Ci stiamo



capendo? Potete guardare qualcosa: il movimento del mare, il passaggio delle nuvole, il vento fra gli alberi, e guardare tutto, guardare con tutti i sensi pienamente svegli? Potete farlo? Se lo fate vedrete, avrete la prova - non accettate quello che dico - provatelo per conto vostro e vedrete che non c'è un centro da cui osservare. Non c'è una divisione causata dal centro che dice: 'Io sono diverso da quello'. Quando osservate qualcosa completamente una donna, un uomo o un bambino, la vostra ragazza, il marito o la moglie, con tutti i sensi ben svegli non c'è un senso particolare che richieda un'azione. State seguendo tutto questo? Lo state facendo mentre ne parliamo? Perciò, i sensi hanno il loro giusto posto ma diventano distruttivi, divisivi e creano conflitto quando un senso si sviluppa e gli altri rimangono assopiti, o semi-addormentati. Mentre, quando osservate qualcosa completamente, con tutti i sensi non c'è divisione in voi.

Quindi, il desiderio fa parte di queste sensazioni è il principio della sensazione. Giusto? Questo è un fatto, no? Vediamo una bella donna, un uomo o un bambino, o una macchina una montagna o una bella casa, o un giardino, c'è la percezione, la sensazione, e sorge il desiderio. Giusto? E il desiderio quella sensazione, quella percezione, crea l'immagine e poi entra in funzione il desiderio. Questo è l'intero movimento del desiderio. Questo è un ovvio e semplice fatto quotidiano che possiamo osservare, se fate attenzione.

Dove comincia il conflitto, il problema, la confusione, nel movimento del desiderio? Giusto? State seguendo? Per esempio, io vedo un bell'albero, un bel giardino. Possiedo un pezzo di terreno e mi piacerebbe avere un giardino così bello. Cioè, c'è la percezione la sensazione, e si forma l'immagine, che è pensiero - giusto? - e poi il pensiero persegue quello che ha osservato, che gli è piaciuto. Dovunque ci sia il movimento del pensiero in seguito alla sensazione, il desiderio porta conflitto. Avete capito? È chiaro? No, vedo che non lo è. Devo ripeterlo con parole diverse.

C'è la percezione di una bella casa ben proporzionata, ecc. E c'è una sensazione. È normale, è essenziale, altrimenti sono cieco, i miei sensi non sono acuti, svegli. Ma il problema comincia quando il pensiero crea l'immagine di possedere una casa così e ci lavora sopra identificandosi con quella casa, ecc. Perciò, quando il pensiero comincia a interferire con la percezione allora c'è divisione e comincia il desiderio. Avete seguito? È chiaro? No, non quello che dico io, ma per voi stessi. State lavorando duro come stiamo facendo tutti? Fa caldo qui. State lavorando così? Lo spero. Non importa, sta a voi.

Allora, la domanda è: è naturale avere la percezione, la sensazione questo è naturale ma può quel momento finire, senza che intervenga il pensiero a creare un'immagine e a seguirla, diventando desiderio? Capite quello che sto dicendo? Capite la mia domanda? Cioè, la percezione, la sensazione, sono normali, sane, ma quando interviene il pensiero, crea l'immagine poi l'immagine viene perseguita come desiderio, e comincia il problema. Non lo avete notato in voi stessi? Vedete una bella macchina e c'è una sensazione e l'immagine di voi che la guidate, il potere che vi dà, e tutto il resto. Invece: vedere la macchina, avere la sensazione e finire lì. Potete farlo? Provateci e guardate che cosa implica. In questo non c'è controllo. Vedete tutta l'implicazione del desiderio come sorge come il pensiero crea l'immagine e la insegue. Mentre nella percezione, nella sensazione di guardare la macchina o la montagna, la ragazza o il ragazzo, o quello che sia, in quello non c'è conflitto non c'è repressione del desiderio e allora avete quell'enorme energia che veniva usata dal movimento del pensiero come desiderio. È chiaro?

Il prossimo punto nell'indagine dentro di noi è: perché viviamo così tanto sui ricordi? Capite la mia domanda? Perché gli esseri umani vivono nel passato, cioè nel ricordo? Giusto? Sembrate tutti così perplessi. Avete passato una bella giornata e ve la ricordate e viene conservata come ricordo e quel ricordo vi dà piacere, vivete in quel ricordo oppure vivete in un ricordo sessuale o nel ricordo di qualche successo che avete raggiunto. Così il ricordo è diventato straordinariamente importante per tutti noi come esperienza, come conoscenza. E io mi chiedo, ci chiediamo, perché? Capite? Non che non dobbiate ricordare, naturalmente dovete ricordare come si guida una macchina, dove abitate, ecc. ecc. la conoscenza tecnologica acquisita, ma psicologicamente perché il ricordo ha così tanta importanza nella nostra vita? Giusto? Siete voi che vi fate questa domanda. Che cos'è il ricordo? Qual è il fattore del ricordo? C'è stato un evento piacevole

o doloroso un evento che ha causato un sorriso o una lacrima e questo viene registrato nel cervello. Giusto? Naturalmente, è semplice. E quella registrazione diventa un ricordo la registrazione è il ricordo dell'evento piacevole o dell'evento doloroso. Ora, la domanda è: perché dovremmo registrare alcunché, psicologicamente? Capite la mia domanda? Ho fatto una domanda: perché mai il cervello dovrebbe registrare un evento doloroso o piacevole? Può registrare cose che sono pericolose - giusto? come un precipizio, o un animale pericoloso, un serpente velenoso, una persona pericolosa, un truffatore, ecc. può registrarli. Questi sono fatti quotidiani ovvi. Ma perché il cervello dovrebbe registrare la ferita, l'adulazione, l'insulto, il senso di essere questo o quello, ecc., perché mai dovrebbe esserci una registrazione, psicologicamente? Avete capito la domanda, vero? Ci stiamo incontrando? È ora di smettere?

Q: No!

K: Avvisatemi, per favore quando sono le 12 e mezza.

Ora ci chiediamo: uno dei fattori del cervello è di registrare per necessità. Deve registrare la conoscenza tecnologica se devo lavorare con le macchine, ecc. ecc. E anche se devo scrivere o se faccio il chirurgo il medico, ecc. bisogna che registri. Ma ci stiamo chiedendo: perché mai dovremmo registrare qualcosa psicologicamente? Considerate almeno la domanda prima. È necessario? Porta forse chiarezza? Porta forse maggior energia, libertà, ecc.? Oppure la registrazione psicologica è uno dei fattori che distrugge la vera gioia. Ne parlerò fra poco.

Abbiamo detto che il cervello deve registrare certe cose, è necessario. Ma ci chiediamo: psicologicamente, interiormente perché mai il cervello dovrebbe registrare? È un'abitudine in cui siamo caduti che quando qualcuno mi offende io registro immediatamente? Quando mi adulate, io lo registro immediatamente. Perché? Quando mi adulate siete mio amico, quando mi offendete non lo siete, e così via, così via. Ora noi ci chiediamo: questa registrazione può avere fine, psicologicamente? Guardate che cosa significa. Significa una rigenerazione del cervello. Così il cervello diventa straordinariamente vivo, giovane, fresco, perché non registra quello che non è necessario. Mi domando se lo capite. È possibile? Intellettualmente se ne può vedere la bellezza, verbalmente, e dite: 'Per Giove, deve essere straordinario, intellettualmente, non avere nessuna registrazione psicologica'. Questo non significa diventare un vegetale o vuoto, ma c'è una libertà un senso straordinario di esultanza, uno straordinario senso di giovinezza, il cervello non invecchia, non si esaurisce. Quindi bisogna scoprire se è possibile. Perché man mano che si invecchia il cervello diventa sempre più meccanico sempre più fisso in un solco, in un binario, e diventa duro, fragile, non più flessibile e svelto. Allora, è possibile non registrare affatto, psicologicamente? Avete capito la domanda? È chiara la domanda? Sì?

E ora cerchiamo di scoprirlo. Scoprire, non significa che io ve lo dirò e poi voi lo scoprite e dite che è così. Allora tornerete fra 30 anni e direte: 'Sono ancora allo stesso punto da cui sono partito'.

Abbiamo detto che il cervello ha bisogno di sicurezza, e tranquillità per funzionare con efficienza. Deve registrare certi fatti come guidare una macchina, scrivere una lettera, ecc. ecc. tecnologicamente, e così via. Allora il cervello si rende conto che mettere ordine, tenere in ordine, registrare soltanto ciò che è necessario, è mettere ordine. Giusto? Allora possiamo continuare per scoprire perché il cervello, o la psiche, registra psicologicamente. Questo dà forse sicurezza, evita il pericolo? Impedisce forse ulteriori ferite, altra distruzione, altri ostacoli? Oppure inconsciamente ci siamo abituati a registrare? Registriamo là, perché non farlo qui? Da là ci siamo spostati qui, psicologicamente, esternamente è necessario ma psicologicamente, ci siamo spostati qui. Ma è davvero necessario? Un esempio molto semplice: da bambini siamo stati feriti psicologicamente, dai genitori, da altri bambini, a scuola, al liceo, all'università, se siete stati fortunati, ecc. ecc. siamo stati offesi, feriti psicologicamente. E quella ferita è registrata. Ed essendo stati feriti facciamo resistenza, ci isoliamo, abbiamo paura e tutto il resto. È davvero necessario registrare quando mi offendete? Capite la mia domanda? È possibile impedire la registrazione? Capite la mia domanda? Lo spero! Giusto? È

possibile soltanto se quando mi state offendendo o mi state adulando, tutti i miei sensi sono svegli e in ascolto. Lo capite? Allora non c'è nessuna ricezione. Sto parlando greco? (risate) Vedo l'importanza di avere un cervello fresco, giovane, chiaro. È assolutamente importante. È possibile mantenere quella chiarezza, quella precisione, decisione, con tutta la bellezza di quello che comporta fino a quando muoio? Non è possibile quando c'è la registrazione di cose che non sono assolutamente necessarie. Giusto? Quindi bisogna scoprire perché c'è questa registrazione psicologica che diventa, memoria, ricordo, è possibile non farlo? Se andate fino in fondo, scoprite che è possibile. È possibile solo quando siete veramente attenti nel momento dell'offesa o dell'adulazione. Giusto? Lo avete mai provato?

L'altro giorno una persona mi ha detto: 'Lei è un dannato pazzo, lei si è bloccato in una routine' piuttosto scortese, ma tant'è! (risate) Sono andato in camera mia e mi sono chiesto: 'È davvero così? Voglio scoprirlo.' Potrei essere fissato in una routine ed essere un dannato pazzo. Bisogna indagare e guardando molto attentamente non si registra, non si registra, si ascoltano le parole si ascolta il fatto, per capire se si è o non si è fissati in una routine. Siete bloccati in una routine? Capite? Lo siete? No, scopritelo, non rispondete a me, vi prego. Qualcuno vi dice quello che hanno detto a me, più gentilmente, spero, e voi volete scoprire se è vero, Voi non negate né accettate, ma osservate soltanto, scoprite. Se siete fissati in una routine, è piuttosto ovvio e voi lo scoprirete presto.

Quindi la registrazione non avviene quando si è attenti, svegli, completamente consapevoli con tutti i sensi aperti, non c'è nulla da registrare psicologicamente. Lo farete? No, non lo farete. Perché il piacere è diventato immensamente importante per noi. Giusto? Se vi osservate con attenzione vedrete quanta parte - forse la parte più grande - il piacere gioca nella nostra vita. Il piacere di trovare dio, o l'illuminazione, il piacere di essere liberi, il piacere di avere denaro, ricchezze, di avere una bella moglie o marito, conoscete tutta la faccenda, il piacere del sesso il piacere del potere, i politici con il loro piacere di un immenso potere. E quindi la registrazione del piacere nelle nostre vite è tremendo. Giusto? E la ricerca del piacere è diventata un fattore dominante: cioè il ricordo di un piacere passato, la ricerca di quel piacere come ricordo, il desiderio che c'è dietro questo cercare, chiedere, esigere, volere. Tutte le organizzazioni religiose si basano su questo. È un enorme intrattenimento che dà un grande piacere, la grande sensazione di essere in presenza di cose sacre, ecc.

Dunque, abbiamo detto che la registrazione del piacere di un evento che ci ha dato grande piacere è registrato e poi perseguito nella nostra vita.

Ora, la domanda è: che cos'è il piacere? Mentre godiamo di qualcosa in quel momento non diciamo: 'Com'è piacevole, com'è bello' - ci siamo dentro. È solo un secondo dopo che arriva il pensiero e dice: 'Che bel momento ho passato, com'è stato bello, che incredibile sensazione mi ha dato, che bella esperienza' e così avviene la registrazione e poi il pensiero ci lavora. State seguendo?

Parliamo di tutto questo perché fa parte del conoscere se stessi, non dai libri, non dalle parole, né dalle descrizioni, ma conoscere veramente se stessi. Conoscersi non significa accumulare ricordi di sé e poi osservarsi da quella conoscenza. Se osservate da quel cumulo di ricordi state solo accumulando quello che già sapete. Mentre se osservate ogni volta freschi allora è come un grande fiume con l'acqua che scorre, si muove.

Allora, che cos'è il piacere? È tempo, è pensiero come paura? Abbiamo detto che la radice della paura è il tempo. La radice della paura è il pensiero. Il pensiero che è memoria - ricordo rammenta certi eventi che hanno causato paura sono registrati, c'è il ricordo e la prossima volta questo ricordo viene proiettato. Lo state osservando? Allora, il piacere è tempo e movimento del pensiero? O sono la stessa cosa, pensiero e tempo sono essenzialmente la stessa cosa? Il pensiero è il movimento del piacere il che non significa che non potete guardare un bell'albero e gioirne, una bella persona, un quadro o una dolce valle con le sue ombre purpuree. Guardateli, ma quando diventano un ricordo registrato non c'è più la gioia, diventa piacere, cioè il

ricordo di qualcosa che è avvenuto prima. Ora, se ne vedete l'intera natura completamente, allora il piacere ha il suo posto c'è gioia, e quindi psicologicamente interiormente non c'è registrazione dell'evento. E allora la mente, il cervello, diventa straordinariamente vivo giovane, fresco, senza reazioni nevrotiche.

Ho finito. Giusto in tempo. Vi prego, se posso chiedervelo, non applaudite, è talmente ... applaudite per voi, non per me, o applaudite quando non sono qui. (risate)

***Seconda Discorsi di Brockwood Park - 1978***

***Domenica 27 Agosto 1978***

## *Come può essere compresa e vissuta la libertà?*

Terza Discorsi di Brockwood Park - 1978

Sabato 2 Settembre 1978

K: Abbiamo parlato di molte cose che riguardano la nostra vita quotidiana. Non ci occupiamo di teorie, di credi o di intrattenimento ideologico, speculativo. Noi siamo davvero interessati profondamente - spero alla nostra vita quotidiana e a scoprire se sia davvero possibile portare un radicale cambiamento nel nostro modo di vivere. Perché la nostra vita non è come dovrebbe essere. Siamo confusi, infelici pieni di dolore, sempre in lotta, giorno dopo giorno, fino alla morte. E questo sembra essere il nostro destino. Questo continuo conflitto, non solo nelle nostre relazioni personali, ma anche nel mondo che si deteriora di giorno in giorno diventando sempre più pericoloso sempre più imprevedibile, insicuro, con i politici e le nazioni che cercano il potere.

E questa mattina dovremmo anche parlare, penso, della libertà: se l'uomo o la donna, - quando dico 'uomo' includo la donna - spero che non dispiaccia alle femministe (risate). A quanto sembra, osservando il mondo nella nostra vita quotidiana, la libertà va diminuendo. Diventiamo sempre più restrittivi, le nostre azioni sono limitate, le nostre prospettive sono molto ristrette, amare, o ciniche o piene di speranza, e sembra che non siamo mai liberi dai nostri conflitti e miserie quotidiani, mai completamente liberi da tutti i travagli della vita. Penso che dovremmo parlare insieme della questione della libertà. Naturalmente negli stati totalitari non c'è libertà. Qui nel mondo occidentale, e in parte di quello orientale, c'è più libertà, la libertà di cambiare lavoro, di viaggiare di dire quello che ci pare, di pensare come ci va, di esprimere, di scrivere quello che ci piace. Ma perfino questa libertà che c'è diventa sempre più meccanica,

non è più libertà. Quindi, se siete davvero seri, penso che dovremmo entrare molto a fondo nella questione. Se volete. Le chiese, le religioni, hanno cercato di dominare il nostro pensiero: la chiesa cattolica un tempo torturava le persone per il loro credo, le bruciava, le scomunicava, e perfino oggi la scomunica è una forma di minaccia per i cattolici. Ed è esattamente quello che accade negli stati totalitari - controllano la vostra mente i vostri pensieri, il vostro comportamento e il vostro agire. Si preoccupano moltissimo di controllare le menti, di controllare il pensiero e chi dissente chi non è d'accordo, viene bandito, o torturato, o rinchiuso in ospedali psichiatrici, ecc. Esattamente come ha fatto il mondo cattolico nel passato, ora lo fanno nei cosiddetti stati politico-economici. Perciò la libertà è qualcosa di cui dobbiamo scoprire il significato e se sia possibile essere liberi non solo interiormente, nel profondo, se è davvero possibile esserlo dentro di noi, psicologicamente, dentro la pelle, per così dire, ma anche se possiamo esprimerci con correttezza, con verità, con cura. Allora forse potremo comprendere che cos'è la libertà.

La libertà è l'opposto della schiavitù? La libertà è l'opposto di prigionia, legame, repressione? La libertà è fare quello vi pare? Vi prego, come abbiamo detto l'altro giorno e ne abbiamo parlato insieme, chi vi parla esprime solo verbalmente - spero, quello che tutti ci stiamo chiedendo quindi voi non state ascoltando chi vi parla, ma le domande che vi ponete voi stessi, e quindi chi vi parla non è qui. La libertà è l'opposto della non-libertà? Quindi, esiste davvero un opposto? Capite? Cioè, se noi ci spostiamo dal male al bene e pensiamo che quella sia libertà che il bene sia libertà, se accettiamo il 'bene' - ne parleremo fra poco - che cos'è il bene, e che cos'è il male? Il bene, la bontà, sono l'opposto di ciò che non è bene? Di ciò che è male, che è cattivo? Se ci sono degli opposti allora c'è conflitto. Se non sono buono, cercherò di esserlo. Farò ogni sforzo per essere buono se sono abbastanza cosciente abbastanza sano, non troppo nevrotico. Allora, ci domandiamo: la libertà è l'opposto di qualche cosa? Se la libertà ha un opposto, è libertà? Vi prego, indaghiamo insieme la questione. Cioè, qualsiasi opposto il bene e il male, se l'opposto del male è il bene, il

bene contiene le radici del male. Pensateci, vi prego. Riflettiamoci insieme.

Se sono geloso, invidioso, l'opposto della gelosia è uno stato mentale di non gelosia - un sentimento. Ma se è l'opposto della gelosia quell'opposto contiene in sé il suo stesso opposto. Lo vedete? Perché questa mattina vogliamo entrare nella questione di che cos'è l'amore, se una cosa simile esista veramente. O se è soltanto una sensazione che chiamiamo amore. Quindi, per comprendere l'intero significato, la natura e la bellezza di questa parola che usiamo per amore, dobbiamo capire, penso, che cos'è il conflitto fra gli opposti se questo conflitto sia illusorio e se siamo intrappolati in questa illusione che è diventata un'abitudine oppure c'è solo 'ciò che è' e quindi non c'è nessun opposto. Spero non stia diventando troppo intellettuale, o troppo verbale, o troppo insensato.

Perché fino a quando viviamo negli opposti, gelosia e non-gelosia, il bene e il male, l'ignorante e l'illuminato, ci deve essere il costante conflitto della dualità. Naturalmente c'è dualità: uomo, donna, luce e ombra, buio, luce e tenebra, mattino e sera, e così via ma, psicologicamente, interiormente, ci chiediamo se ci sia davvero un opposto. La bontà è forse il prodotto della cattiveria? Se lo è, il prodotto della cattiveria, il male - non mi piace usare la parola 'male' perché se ne abusa enormemente come di molte altre parole nella lingua inglese, se bontà è l'opposto di cattiveria allora la bontà stessa è il prodotto della malvagità e quindi non è bontà. Giusto? Lo vediamo dentro di noi, non come un'idea, una conclusione, come qualcosa che ci viene suggerito, ma effettivamente vedete che qualsiasi cosa nasca da un opposto deve contenere il suo stesso opposto? Giusto? E se è così allora c'è soltanto 'ciò che è', che non ha opposti. Giusto? Qualcuno è con me? Siamo insieme?

Finché abbiamo un opposto, non può esserci libertà. La bontà non ha alcuna relazione con la malvagità, con il male - 'male' tra virgolette. Finché siamo violenti pensare all'opposto, cioè alla non-violenza crea conflitto perché la non-violenza nasce dalla violenza. L'idea della non-violenza nasce perché siamo aggressivi, irritanti, irrosi, e così via. Dunque c'è solo la violenza e non il suo opposto. E allora possiamo affrontare la violenza. Finché abbiamo un opposto cercheremo di raggiungerlo. Mi domando se lo vedete.

Allora, la libertà è l'opposto della non-libertà? O la libertà non ha nulla a che vedere con il suo opposto? Vi prego, bisogna capirlo molto bene perché stiamo per affrontare un'altra cosa, cioè: l'amore è l'opposto dell'odio, l'opposto della gelosia, l'opposto della sensazione? Finché viviamo in questa abitudine di opposti come di fatto è - devo, non devo sono, sarò sono stato e qualcosa accadrà in futuro - tutto questo è l'azione, il movimento degli opposti. Giusto signori? Posso continuare?

E allora ci chiediamo: la libertà è completamente indipendente da quello che chiamiamo non-libertà? Se è così, allora come può essere vissuta la libertà, come può essere compresa e attuata, da quale azione avviene? Abbiamo sempre agito dagli opposti. Giusto? Sono in prigione e me ne devo liberare. Devo uscire. Sono schiavo di un'abitudine, psicologicamente o fisicamente e devo esserne libero per diventare qualcos'altro. Giusto? Così siamo prigionieri nell'abitudine di questo eterno corridoio di opposti e quindi non c'è mai fine al conflitto, alla lotta, al voler essere questo e non quello. Credo che sia piuttosto chiaro. Possiamo continuare da qui? Voi non state ascoltando me: voi lo state scoprendo per conto vostro. Se lo fate, ha un significato, un valore, e può essere vissuto quotidianamente, ma se vi limitate ad accettarne l'idea da un altro, da chi vi parla, allora state solo vivendo nel mondo delle idee, e quindi gli opposti rimangono lì. La parola 'idea', la cui radice deriva dal greco, significa osservare. Guardate che cosa abbiamo fatto di questa parola! Solo osservare, senza trarre conclusioni o farne un'astrazione da cui osservare e farne un'idea. Perciò siamo schiavi delle idee e non osserviamo mai. Se osserviamo, ne facciamo poi un'astrazione in un'idea.

Quindi, stiamo dicendo: la libertà non ha relazione con la schiavitù, che si tratti della schiavitù dell'abitudine, fisica o psicologica, della schiavitù dell'attaccamento e così via. Quindi c'è soltanto la libertà, e non il suo opposto. Se ne comprendiamo la verità allora abbiamo a che fare solo con 'ciò che è' e non con 'ciò che dovrebbe essere', che è l'opposto. Avete capito? Ci stiamo incontrando da qualche parte? Giusto?



Q: Sì.

K: Possiamo continuare?

Q: Sì.

K: Quindi, è ben chiaro che esiste solo il fatto, il 'ciò che è' e non c'è l'opposto del 'ciò che è'. Vedete, se ne capite fondamentalmente la verità, avete a che fare con i fatti senza emotività, senza sentimentalismi, e allora potete fare qualcosa. Il fatto stesso farà qualcosa. Ma finché ci allontaniamo dal fatto, il fatto e il suo opposto continueranno. Avete capito? Ci chiediamo se è chiaro non perché qualcuno l'ha detto, ma perché lo avete scoperto per conto vostro fondamentalmente, è vostro, non mio. Allora possiamo procedere a indagare una questione molto complessa: che cos'è l'amore? Se siamo sentimentali, romantici, immaginativi, raffaelliti e vittoriani non ci faremo mai questa domanda. Ma se lasciamo da parte tutto il sentimentalismo, tutte le risposte emotive a questa parola senza avere conclusioni circa la parola, allora possiamo procedere in modo equilibrato, sano, razionale, nella questione di che cos'è l'amore. Capite? Giusto? Allora, innanzitutto, stiamo affrontando la questione senza un motivo, senza sentimentalismi e pregiudizi? Perché l'approccio conta moltissimo, più dell'oggetto stesso. Giusto? Lo vediamo? Vi sto facendo addormentare? (risate)

Allora, sappiamo come affrontare la questione? Siamo consapevoli del nostro approccio? Diciamo: 'Sì, lo so che cos'è l'amore' e allora avete già smesso di indagare. Come abbiamo detto, l'approccio al problema è più importante del problema stesso. Non fatene uno slogan o un cliché, altrimenti lo perdetevi. Allora, ci è chiaro come affrontiamo la questione? Se l'approccio è corretto, preciso nel senso che non ci sono conclusioni o opinioni personali o esperienze, allora lo affrontate in modo nuovo lo affrontate con un senso di indagine profonda.

E allora chiediamo: che cos'è l'amore? I teologi ne hanno scritto interi volumi. I preti di tutto il mondo gli hanno dato un significato. Ogni uomo e donna in tutto il mondo gli dà uno specifico significato. Se sono sensuali gli danno quel significato, ecc. ecc. ecc. Se siamo consapevoli di come ci avviciniamo, apertamente, liberamente, senza alcun motivo allora la porta è aperta per percepire ciò che è. Giusto? Chiudiamo la porta alla percezione se ci arriviamo con un'opinione con qualche conclusione, con la nostra piccola esperienza personale. Abbiamo chiuso la porta e non c'è niente da ... non possiamo indagare, ma se ci arrivate apertamente, liberamente, con la passione di scoprire, allora la porta si apre e possiamo guardare oltre. Va bene? Vi prego, lo stiamo facendo? Perché penso che questo potrebbe risolvere tutti i problemi umani. L'approccio, e che cos'è l'amore. Nel mondo meccanicistico non esiste. Nel mondo totalitario questa parola probabilmente è un abominio la intendono solo come amore per il paese, per lo stato. O, se siete cristiani, avete l'amore di Dio, l'amore di Gesù. o l'amore per qualcuno. In India c'è l'amore per il proprio guru particolare o per una particolare divinità, ecc. Quindi ci domandiamo, lasciando perdere tutto questo, non ignorandolo, ma vedendo quello che hanno fatto, quello che le religioni hanno fatto di questa parola e magari con il sentimento che c'è dietro questa parola, consapevoli di tutto questo, dobbiamo approfondirlo. Giusto?

Cioè, dobbiamo guardare non solo quello che hanno fatto a questa parola come hanno imposto certe conclusioni nelle nostre menti attraverso i secoli, e anche quali sono le nostre tendenze, consapevoli di tutto questo, affrontiamolo con cautela. Che cos'è l'amore? È piacere? Avanti signori, indagate, scavate dentro di voi e scopritelo. È piacere? Per la maggior parte di noi lo è, un piacere sessuale chiamato amore, un piacere sensoriale. Quel piacere sensoriale, il piacere sessuale è stato chiamato amore. E, a quanto pare, domina il mondo. Domina il mondo perché probabilmente ci domina nelle nostre vite. Così abbiamo identificato l'amore con il piacere, ma l'amore è piacere? Il che non significa che l'amore non sia piacere. Dovete indagare, potrebbe essere qualcosa di completamente diverso. Ma prima dobbiamo indagare. Giusto? L'amore è desiderio? L'amore è ricordo? Vi prego. Cioè, l'amore l'esperienza ricordata come piacere e il



bisogno del pensiero come desiderio, con la sua immagine e la ricerca di quell'immagine viene chiamata amore. È amore? Giusto, signori?

Essere attaccati a una persona, o a un paese, a un'idea, è amore? Attaccamento, dipendenza. Vi prego, guardate dentro di voi, non ascoltate me, non vale la pena di ascoltare me. Ma quello che importa, quello che vale la pena, è che ascoltiate voi stessi quando vengono poste queste domande, dovete rispondere da voi, perché è la vostra vita quotidiana. E se l'attaccamento non è amore, o se l'attaccamento è amore, quali sono le implicazioni? Capite la mia domanda? Se diciamo che l'amore è piacere, allora dobbiamo vederne tutte le conseguenze e le implicazioni di quell'affermazione. Allora dipendiamo completamente dall'eccitazione sensoriale, sessuale, che viene chiamata amore. Con questo avvengono tutte le sofferenze, le ansie, il desiderio di possedere e da quel desiderio possessivo deriva l'attaccamento. E quando siete attaccati c'è paura, la paura della perdita. Da questo nascono la gelosia, l'ansia, la rabbia, e un graduale odio. Giusto?

Dobbiamo anche vedere quali sono le conseguenze se non si tratta di piacere. Allora che cos'è l'amore, che non è gelosia, attaccamento, ricordo, la ricerca del piacere tramite l'immaginazione e il desiderio, ecc.? L'amore è l'opposto di tutto questo? Seguite? Mi sono perso!

Abbiamo detto, l'amore è l'opposto del piacere, dell'attaccamento, della gelosia? Se questo è amore, allora contiene la gelosia, l'attaccamento e tutto il resto. E perciò l'amore, viste tutte le implicazioni dell'attaccamento, del seguire il desiderio il continuo mulinello dei ricordi: Io amo e non sono amato, mi ricordo di quel piacere sessuale o di quell'avvenimento che mi ha dato piacere, la ricerca di quello, e l'opposto di ciò che chiamiamo amore, l'amore è l'opposto dell'odio? Capite? O l'amore non ha opposti? State seguendo? Fa caldo.

Allora stiamo scoprendo, vi prego seguite e vedrete qualcosa di straordinario. Non so nemmeno io che cosa sia ma posso sentire che accade qualcosa di straordinario. Se ascoltate effettivamente voi stessi. E le religioni parlano dell'amore di dio, l'amore di Gesù, di Krishna, di Budda, seguite? - non hanno nulla a che fare con la vita quotidiana. E a noi interessa comprendere e scoprire la verità della nostra vita quotidiana, la sua totalità, non solo il sesso o il potere o la posizione, o la gelosia, o qualche nostro stupido complesso ma tutta la struttura e la natura della straordinaria vita in cui viviamo.

Quindi, come abbiamo detto, l'opposto non è amore. Se capite che attraverso la negazione di ciò che non è cioè, non rifiutare o negare nel senso di allontanarlo, di resistergli di controllarlo, ma di comprendere l'intera natura la struttura e le implicazioni del desiderio, del piacere, del ricordo. Da questo nasce il senso di intelligenza che è la vera essenza dell'amore. Va bene? Ci stiamo incontrando signore?

Voi dite che è impossibile. Io sono giovane, sono pieno di energia, pieno di sesso, e voglio godermelo. Potete chiamarlo come volete, ma mi piace. Fino a che prendo qualche malattia oppure lui o lei se ne va con qualcun altro e allora comincia tutto il circo: gelosia, ansia, paura, odio, ecc. E allora, che si deve fare quando si è giovani, pieni di vita, con tutte le ghiandole in piena attività, che cosa si deve fare? Non guardate me! (risate) Osservate voi stessi. Il che significa - ascoltate vi prego, significa che voi non potete assolutamente dipendere da qualcuno per trovare la risposta. Dovete essere luce a voi stessi. Dovete essere luce a voi stessi nel comprendere il desiderio, il ricordo, l'attaccamento e tutto il resto - comprenderlo, viverlo, scoprirlo. Scoprire come il pensiero cerca continuamente il piacere. Se comprendete la profondità la pienezza e la chiarezza di tutto questo allora non sarete in uno stato di continuo controllo e quindi di senso di colpa e di rimpianto - capite? E' questo che avviene quando si è giovani, se si è sensibili. Se cercate soltanto il piacere, allora è un'altra faccenda.

Quindi, l'amore non è l'opposto dell'odio, del desiderio, del piacere. L'amore è completamente diverso da tutto questo perché l'amore non ha opposti. Se lo capite veramente, approfonditelo, lasciate stare il mio entusiasmo, la mia vitalità, il mio interesse, la mia intensità, allora scoprirete qualcosa di molto più inclusivo, cioè la compassione. La parola stessa significa passione per tutto, per la roccia, per l'animale

randagio, per gli uccelli, per gli alberi, per la natura, per gli esseri umani. Come si esprime la compassione? Quando c'è quella compassione, realmente non in teoria, e tutte quelle sciocchezze, quando c'è veramente quello stato di compassione tutta l'azione che ne scaturisce è l'azione dell'intelligenza. Perché non ci può essere amore se non avete compreso l'intero movimento del pensiero. Non è possibile cogliere tutta la bellezza, il significato e la profondità di questa parola senza comprendere tutta la questione dell'attaccamento, non intellettualmente, ma effettivamente, se siete liberi dall'attaccamento - liberi dall'uomo o dalla donna, dalla casa, da un certo tappeto, da qualsiasi cosa possediate. Giusto?

Così, dall'indagine e dalla consapevolezza di tutto il suo significato scaturisce l'intelligenza che non deriva dai libri, dal pensiero scaltro, dalle discussioni dalle brillanti espressioni, e così via, ma è la comprensione di ciò che non è amore e si lascia perdere tutto. Non dite: va bene, lo scoprirò gradualmente quando sarò morto e sepolto, o appena un po' prima ... Ora, oggi, scopritelo mentre siete seduti qui ascoltate voi stessi per essere liberi completamente da tutto l'attaccamento da vostra moglie, vostro marito, dalla vostra ragazza attaccamento - capite? Potete farlo? Non opponetevi, non gettatelo via, non dite: lo combatterò, ci metterò tutta la mia volontà per resistere ecc. ecc. ecc. La volontà fa parte del desiderio.

Allora, potete mettere da parte l'attaccamento, la dipendenza senza diventare cinici, amari, senza rinchiudervi e fare resistenza? Perché avete capito che cosa implica l'attaccamento e, comprendendolo, l'attaccamento se ne va, se ne va perché siete intelligenti, c'è intelligenza. Questa intelligenza non è vostra o mia, è intelligenza.

Quindi, l'azione della compassione può avvenire solo con l'intelligenza. Ci sono persone che amano gli animali li proteggono, e poi indossano pellicce, giusto? Lo avete visto, no?

Quando lo comprendiamo in profondità poi possiamo continuare a indagare il problema della paura che riguarda la morte. Giusto? Volete che ne parliamo? No, prego non ... (ride) non dite superficialmente 'Sì, parliamone, è divertente'. Perché quasi tutti noi, giovani o vecchi malati o storpi, ciechi o sordi o ignoranti, o poveri, abbiamo paura della morte. Fa parte della nostra tradizione, della nostra cultura, fa parte della nostra vita evitare questa cosa chiamata morte. Abbiamo letto molto in proposito. Abbiamo visto persone morire abbiamo pianto per loro e abbiamo provato un enorme senso di isolamento, di solitudine e la paura di tutto questo. C'è questo grande dolore, la sofferenza, non solo il dolore umano di due esseri, ma anche quello enorme il dolore globale, il dolore del mondo. Non so se ve ne rendete conto. Abbiamo avuto due guerre di recente, non hanno forse creato un immenso dolore all'umanità? No? Pensate a quante donne, bambini, quante persone hanno pianto, versato lacrime. Le lacrime non sono vostre o mie, sono le lacrime dell'umanità. C'è un dolore globale, il dolore del mondo e il dolore particolare di una persona.

Vi state lasciando ipnotizzare da me? Sono un po' preoccupato, me lo domando sempre perché siete così silenziosi e spero che questo silenzio indichi una immobilità fisica e l'immobilità del pensiero, come segno del vostro profondo interesse, di un'indagine profonda, in cui mettete cuore e mente e tutto quello che avete per comprendere tutto questo.

Quindi, prima di affrontare la questione della morte dobbiamo comprendere anche la natura del dolore: perché si piange, perché si razionalizza il dolore, perché ce lo teniamo. Nel mondo cristiano il dolore viene messo sulla croce e tutto finisce lì. Hanno idealizzato e spostato il dolore attraverso una persona e quella persona li redimerà dal dolore. Conoscete tutta la storia, no? Così non si approfondisce mai la questione del dolore. Nel mondo asiatico il dolore viene spiegato con varie teorie - molto intelligenti, molto acute. C'è una grande possibilità in queste teorie eppure nel mondo asiatico, inclusa l'India, c'è ancora dolore. Allora ci chiediamo se l'uomo possa mai esserne libero. Ci poniamo questa domanda per scoprire il giusto posto del sesso, del denaro, della sicurezza fisica, della conoscenza tecnologica, ecc. Tutto questo ha il suo giusto posto. Quando si mette ogni cosa al suo giusto posto, c'è libertà.

Quindi, il dolore: nella parola 'dolore', è coinvolta la passione. Passione, non lussuria, ma quella qualità della

mente in cui il dolore è completamente compreso e scandagliato, osservato in tutto il suo significato, e da questo nasce la passione. Non intendo la passione dei dipinti, e tutto quel genere di cose. La passione, quella qualità di energia che non dipende da nulla, né dall'ambiente, né dal buon cibo, ecc. quella tremenda qualità di energia che può essere definita come passione. Nasce dalla comprensione di quel peso che l'uomo ha portato per millenni. Perché soffriamo psicologicamente? Potete avere un dolore fisico, ferite, malattie, menomazioni, ma è possibile - per favore ascoltate bene, è possibile mettere il dolore fisico al suo giusto posto senza che interferisca con lo stato psicologico della mente? Capite quello che sto dicendo?

Possiamo avere diverse forme di dolore fisico. Possiamo avere qualche malattia grave, o qualche menomazione, senza permettere che queste malattie interferiscano con la libertà con la freschezza della mente. Questo richiede una tremenda consapevolezza, una grande attenzione affinché il dolore non venga registrato, capite? - psicologicamente. Ci stiamo incontrando? Sarete stati da un dentista, no? Anch'io, tutti ci siamo stati, è molto doloroso stare seduti lì per ore e non registrare affatto quel dolore. Se lo registrate avrete paura di ritornarci, la paura si fa sentire. Mentre, se non registrate il dolore ... seguite? entra in azione una diversa qualità della mente, del cervello. Abbiamo già parlato della questione della registrazione in modo chiaro, esaustivo, quindi non ne parlerò ora.

Allo stesso modo viviamo con il dolore che forse si va espandendo sempre di più, con tutti i divorzi, le persone divorziano e i loro figli vivono momenti terribili, i bambini soffrono, diventano nevrotici, è questo che accade ai bambini. Qualcuno si stanca della moglie per motivi sessuali o altro, e cerca un'altra donna, o uomo seguite? Succede così. E perciò c'è una tremenda sofferenza nel mondo: gente in prigione, la povertà che c'è in India e in Asia, un'incredibile povertà. E il dolore di quelli che vivono negli stati totalitari. Ne stavamo parlando l'altro giorno con una persona che abbiamo incontrato in Svizzera, e abbiamo chiesto come possano tollerare tutto questo. 'Ci siamo abituati', è stata la risposta. No, no, vedete quali sono le implicazioni. Ci si abitua all'oppressione, alla repressione, alla paura, facendo sempre attenzione a quello che si dice, ci si abitua. Come ci siamo abituati al nostro piccolo ambiente particolare capite che cosa sto dicendo?

Allora, è possibile essere totalmente liberi dal dolore? Se la mente, se il cervello è capace di non indulgere nella sua infelicità nella sua solitudine nelle sue ansie, nei travagli e nelle lotte con la paura e tutto quanto, allora non c'è un centro da cui agite. Il centro è il 'me' con tutte le cose che abbiamo incluso, finché questo esiste, ci deve essere dolore. Quindi, la fine del dolore è la fine del 'me', dell'ego. Ma non vuol dire che la fine del me implichi insensibilità, indifferenza - al contrario!

Sappiamo che cos'è il dolore: non fuggire mai dal dolore ma viverci insieme, catturarlo, comprenderlo, approfondirlo quando c'è, non qualche giorno dopo, dopo aver passato ogni tipo di difficoltà, non allontanarsi mai dal fatto. Allora non c'è nessun conflitto. E da quello deriva un'energia del tutto diversa, che è passione.

E ora dovremmo parlare, se abbiamo tempo Scusi?

Q: Le ... e 27.

K: Oh, abbiamo ancora un po' di tempo. Possiamo entrare nella questione di che cos'è la morte. Tutto questo è necessario per scoprire che cos'è la meditazione, capite? Essere liberi dalle offese dalle ferite, psicologicamente, essere liberi dalla paura capire l'intero movimento del piacere la natura e la struttura del pensiero il pensiero che ha creato la divisione: il 'me' e la cosa osservata non è 'me' capite? Tutte le divisioni. Comprendere tutto questo e gettare le fondamenta e allora si può meditare davvero, altrimenti vivete nelle illusioni, in una specie di sogno ad occhi aperti. Oppure andate in Giappone o in Birmania, - non so se al giorno d'oggi si può andare in Birmania - andate in Giappone a imparare la meditazione Zen. È talmente assurdo! Perché, se non mettete in ordine la vostra casa, la casa che sta bruciando, che è distrutta, se non mettete in ordine la vostra casa, che è voi stessi, sedersi sotto un albero a gambe incrociate o in qualsiasi

altra posizione, non ha assolutamente senso. Potete illudervi potete avere illusioni a iosa. Per questo è importante comprendere ed essere liberi da ansia, paura, attaccamento e vedere se è possibile scoprire la fine del dolore.

Allora possiamo affrontare la questione della morte. Mi domando perché ne abbiamo tutti così paura. Vi siete mai chiesti: che cosa significa finire qualcosa? Che cosa significa mettere fine all'attaccamento? Finirlo. In questo momento, seduti lì, osservare voi stessi molto attentamente rendervi conto che siete attaccati a una persona o a qualcos'altro, a un'idea, alla vostra esperienza, ecc. Finire l'attaccamento ora, senza discutere, ecc. ecc. Semplicemente finirlo. E poi che cosa avviene? Capite la mia domanda? Sono attaccato a questa casa qui dietro - spero di no! Rendermi conto che sono attaccato non in teoria o in astratto, ma effettivamente, sentire il senso del possesso, di essere qualcuno, e tutto quelle sciocchezze. Osservarlo essere consapevoli dell'attaccamento e mettergli fine istantaneamente. La fine è tremendamente importante. La fine di un'abitudine quella di fumare o altro, finirla. Bisogna comprendere che cosa significa smettere qualcosa, senza sforzo, senza volontà, senza chiedere: 'Se smetto questo otterrò quello?' altrimenti siete al mercato. Quando siete al mercato dite: 'Io ti do questo, tu dammi quello' come la maggior parte di noi fa, consciamente o inconsciamente. Questo non è finire. Finire e scoprire che cosa succede.

E lo stesso è con la morte. Vi prego, aspettate un momento, non dite: 'C'è vita dopo la morte?' 'Lei crede nella reincarnazione?' Come vi ho detto, io non credo in nulla. Punto e basta. Inclusa la reincarnazione. Ma voglio scoprire, bisogna scoprire che cosa significa morire. Deve essere uno stato straordinario. Cioè, libertà dal conosciuto, Lo capite? Conosco la mia vita, la vostra vita. Conoscete molto bene la vostra vita, se ci avete riflettuto, se l'avete osservata, se avete guardato bene tutte le reazioni e il vostro comportamento, la vostra mancanza di sensibilità o se siete sensibili vi rifugiate nell'insensibilità, ecc. ecc. ecc. Conoscete molto bene la vostra vita, se l'avete osservata. E tutto questo dovrà finire. Giusto? Il vostro attaccamento dovrà finire quando morirete. Non potete portarlo con voi, ma vi piacerebbe tenerlo fino all'ultimo momento. Giusto? Allora, potete finire una sola abitudine senza discutere, razionalizzare, lottare, sapete - dire basta, è finita, chiuso! Allora che succede? Lo scoprirete solo se non usate la volontà. Giusto? 'La smetterò' qualunque sia una vostra abitudine. Allora ci state lottando contro, ci combattete, fuggite via, la reprimete e tutto il resto. Ma se dite: 'Sì, la smetterò, non importa, la smetterò' vedete che cosa accade.

Allo stesso modo la morte implica finire. La fine di tutto quello che si è raccolto in questa vita: i mobili, il nome, la forma, le vostre esperienze, le opinioni, i giudizi, le gelosie, gli dei, il culto, le preghiere, i riti, tutto finisce. Il cervello, che è carico di ricordi memorabili, tradizioni e pensieri, il cervello perde ossigeno e si spegne. Cioè, il 'me' che ha conservato così tante cose, il 'me' è la collezione di tutto questo. Giusto? È ovvio, no? Il me è la mia paura, il mio attaccamento, la mia rabbia, la mia gelosia, le mie paure, il piacere, il mio attaccamento, l'amarezza, l'aggressività, quello è il 'me'. E quel 'me' dovrà finire. Quel 'me' è proiettato dal pensiero che è il prodotto della conoscenza, la conoscenza dei miei 50, 60, 30, 20, o 80, o 100 anni, questo è il fatto, la conoscenza, il noto. La fine del conosciuto, cioè la libertà dal conosciuto, è la morte, no? No?

E quindi bisogna scoprire se la mente può essere libera dal conosciuto. Non fra 30 anni, ma ora. La fine del conosciuto, che è il 'me', il mondo in cui vivo, tutto questo. Il 'me' è memoria, - vi prego seguite, il 'me' è memoria, esperienze, la conoscenza che ho acquisito in 40, 60, 30, 20 o 100 anni, il 'me' che ha lottato, il 'me' che è attaccato a questa casa, a questa donna, a questo uomo, bambino, mobile, tappeto, il 'me' che è l'esperienza che ho raccolto in un certo numero di anni, la conoscenza, il dolore, l'ansia, le paure, le gelosie, le ferite, le credenze come cristiano, l'amore di Gesù, l'amore di Cristo, tutto questo è il 'me'. E quel 'me' è soltanto un mucchio di parole - no? Un mucchio di ricordi.

Allora, posso essere libero dal conosciuto, finire il noto ora, non quando arriverà la morte a dirmi: 'Avanti vecchio mio, è arrivato il tuo momento'. Ora. Ma noi ci aggrappiamo al noto perché non conosciamo nient'altro. Ci aggrappiamo ai nostri dolori, alla nostra vita, la vita che è dolore, ansia, lo sapete bene, questa è la nostra misera vita di ogni giorno. E se la mente non vi si aggrappa per niente, c'è la fine di tutto questo.

Ma purtroppo, non vi mettiamo mai fine. Continuiamo a dire: 'Sì, va bene, la smetterò, ma poi che cosa succederà?' Vogliamo un conforto dalla fine, capite signori? E così arriva qualcuno che vi dice: 'Ragazzo mio, credi in questo e ti darà un enorme conforto'. Tutti i preti del mondo ti danno una pacca sulla spalla o ti tengono la mano quando piangi, ti danno conforto, l'amore di Gesù ti salverà, fai questo e quello. Capite? Stiamo parlando della fine in cui non c'è il tempo, la fine del tempo, che è la morte - capite?

Allora, che cosa accade quando c'è la fine del 'me' del conosciuto, quando c'è libertà dal conosciuto? È mai possibile? È possibile solo quando la mente ha compreso e messo ogni cosa al suo giusto posto, e così non c'è conflitto. Quando c'è libertà dal conosciuto, che cosa c'è? Capite la mia domanda? Vi siete fatti questa domanda? Metterò fine al mio attaccamento a questa casa, a quella donna, o ragazzo o ragazza, lo finirò. E poi che cosa succede? Non ve lo chiedete? Se vi chiedete 'E poi?' avete affrontato il problema in modo sbagliato. Non vi porrete mai la domanda 'E poi?' La domanda stessa 'E poi?' indica che non avete effettivamente lasciato andare, finito qualcosa. È una mente pigra che chiede 'E poi?' Scalate la montagna, e poi vedrete che cosa c'è dall'altra parte. Ma la maggior parte di noi rimane comodamente seduta ad ascoltare una descrizione e ne è soddisfatta. Ho finito. Va bene?

***Terza Discorsi di Brockwood Park - 1978***

***Sabato 2 Settembre 1978***

## *L'inizio della meditazione*

Quarta Discorsi di Brockwood Park - 1978 - 1978

Domenica 3 Settembre 1978

K: C'è un mucchio di gente e spero che alcuni di voi capiscano quello che viene detto. Abbiamo parlato insieme la scorsa settimana dei nostri problemi umani non solo parlando insieme come due amici, ma, che cosa ciascuno di noi ha scoperto da sé nella nostra conversazione e nella nostra esplorazione e indagine. Deve diventare ovvio per la maggior parte di noi se siamo veramente seri e non prendiamo questi incontri come una specie di festival - solo un po' più serio di un festival pop o di altro tipo.

Questa mattina sarebbe bene parlare insieme dato che abbiamo già parlato della paura, del piacere della sofferenza, del dolore e della morte penso che dovremmo parlare del problema molto complesso e sottile di che cosa è la meditazione. È una questione molto seria e forse alcuni di voi saranno cortesemente attenti a quello che viene detto, se vi interessa.

Questa parola sta diventando molto comune perfino i governi cominciano ad usarla perfino le persone che vogliono il denaro cercano di meditare per ottenerne di più. Cercano di meditare per diventare più tranquilli per poter fare migliori affari. E i medici praticano la meditazione perché li aiuterà a operare meglio ecc. ecc. ecc. Ci sono diversi tipi di meditazione quella zen, quella tibetana, e quella inventata da voi. E pensando a tutto questo, alla meditazione indiana, tibetana, zen, ai gruppi di meditazione, aspirando ad avere una mente tranquilla, quieta, silenziosa tenendo presente tutto questo cerchiamo di scoprire, se possibile questa mattina, perché si dovrebbe meditare e qual è il significato della meditazione.

Recentemente questa parola è diventata famosa dall'India La gente va in India, in Giappone e in altri posti per imparare la meditazione per praticare la meditazione per poter ottenere qualche risultato con la meditazione, l'illuminazione, una migliore comprensione di se stessi, per avere la pace della mente, qualsiasi cosa significhi, e di solito ottengono un po' di pace ma non una mente in pace. E i guru hanno inventato i loro tipi di meditazione ecc. ecc. Giusto? Sono certo che conoscete tutto questo.

E naturalmente c'è la moda del momento chiamata meditazione trascendentale. È veramente una forma di siesta al mattino, siesta dopo pranzo e dopo cena, o prima di cena, così che la mente diventi un po' tranquilla dopo di che potete fare ancora più danni. (risate)

Quindi, considerate tutto questo, i vari generi di pratiche e sistemi e metteteli in questione. È bene avere dei dubbi è bene essere scettici, fino a un certo punto. È come avere un cane al guinzaglio, dovete lasciarlo correre liberamente, ogni tanto: quindi il dubbio, lo scetticismo, deve essere tenuto al guinzaglio ma spesso va lasciato correre libero. Molti accettano l'autorità di quelli che dicono 'Noi sappiamo come si medita e vi diremo tutto al riguardo'.

Perciò, vi prego, esaminiamo insieme l'intero problema, l'intera questione di che cos'è la meditazione non come meditare perché se chiedete come si medita allora troverete un sistema per meditare il 'come' implica un metodo. Invece, se indagate la questione di che cos'è la meditazione e perché bisognerebbe meditare allora non chiederete mai come si fa a meditare. La domanda stessa, lo stesso chiederselo, è l'inizio dell'indagine che è l'inizio della meditazione.

Come dicevamo, questo è un problema molto complesso e noi dobbiamo approfondire con calma ed esitazione ma in modo sottile la questione. Come abbiamo detto la settimana scorsa, stiamo indagando la



questione, e quindi non state ascoltando chi vi parla ma state ponendo la domanda a voi stessi e scoprendo la giusta risposta senza accettare nessun tipo di autorità, specialmente l'autorità di chi vi parla seduto qui su questo disgraziato palco. Il fatto di essere seduto qui a parlare non gli dà nessuna autorità. Non ci sono autorità nelle questioni cosiddette spirituali se posso usare la parola 'spirituale' nelle faccende dello spirito, nel campo dell'indagine in qualcosa che richiede un esame molto molto attento. E perciò lo facciamo insieme, non intendo meditare insieme ma indagare che cos'è la meditazione, per poi scoprire per conto proprio, mentre procediamo, l'intero movimento della meditazione. Va bene?

Prima di tutto bisogna essere attenti nell'osservare che la meditazione non è qualcosa da fare. La meditazione è qualcosa di intero, un movimento nell'intera questione del nostro vivere. Questa è la prima cosa: come viviamo, come ci comportiamo, se abbiamo delle paure, delle ansie, delle sofferenze, o se siamo continuamente alla ricerca del piacere, se abbiamo costruito delle immagini di noi e degli altri. Questo fa parte della nostra vita, e comprendendola con le varie questioni che fanno parte della vita, ed essendone liberi, effettivamente liberi, allora possiamo procedere a indagare che cos'è la meditazione. È per questo che negli ultimi 10 giorni o settimana abbiamo detto che dobbiamo fare ordine nella nostra casa, la nostra casa siamo noi - completo ordine. Allora, quando è stabilito questo ordine, non secondo un modello ma quando c'è la comprensione una completa comprensione di cosa è il disordine di che cos'è la confusione e del perché siamo in contraddizione con noi stessi perché c'è questa continua lotta fra gli opposti e così via - di cui abbiamo parlato negli ultimi dieci giorni o una settimana, avendo messo in ordine la nostra vita lo stesso mettere le cose al loro giusto posto è l'inizio della meditazione. Giusto? Se non lo abbiamo fatto, effettivamente e non in teoria, ma nella vita quotidiana in ogni momento della nostra vita, se non lo avete fatto allora la meditazione è soltanto un'altra forma di illusione un'altra forma di preghiera un'altra forma di desiderio per qualcosa denaro, posizione, frigoriferi, ecc.

Così, ora ci chiediamo: che cos'è il movimento della meditazione? Innanzitutto dobbiamo capire l'importanza dei sensi. La maggior parte di noi reagisce o agisce, in base alla brama, alle esigenze e insistenze dei nostri sensi. E questi sensi non funzionano mai nel loro insieme, ma solo in parte. Giusto? Vi prego di capirlo. Se non vi dispiace, indagatelo un po' di più per conto vostro, parlandone insieme; tutti i nostri sensi non funzionano, non si muovono mai come un intero, olisticamente. Se vi osservate e guardate i vostri sensi, vedrete che uno o l'altro di questi diventa dominante. Uno o l'altro dei sensi occupa una maggior parte nell'osservazione nella nostra vita quotidiana e così c'è sempre uno squilibrio nei nostri sensi. Giusto? Possiamo continuare da qui?

Ora, è possibile - fa parte della meditazione quello che stiamo facendo ora - è possibile per i sensi funzionare come un intero? Guardare il movimento del mare, le acque luminose, le acque eternamente in movimento, guardare quelle acque completamente, con tutti i nostri sensi? Oppure un albero, una persona, o un uccello in volo, uno specchio d'acqua, il tramonto del sole, la luna che sorge, osservarli, guardarli con tutti i sensi completamente svegli. Se lo fate, allora lo scoprite da voi. Non ve lo sto dicendo io, non sono la vostra autorità, non sono il vostro guru, e voi non siete miei seguaci. I seguaci sono persone molto distruttive, e anche i guru. Se lo osservate se osservate il funzionamento di tutti i sensi in azione, scoprirete che non c'è nessun centro da cui i sensi si muovono. Ci state provando mentre ne parliamo insieme? Guardare la vostra ragazza, marito, moglie, l'albero, o la casa, con tutti i sensi altamente attivi, sensibili. In quel modo non ci sono limiti. Provateci. Fatelo e lo scoprirete da voi. Questa è la prima cosa che bisogna capire: il ruolo dei sensi. Perché per la maggior parte, funzioniamo soltanto con alcuni dei sensi. Non viviamo mai con tutti i sensi pienamente svegli, fiorenti. Perché, siccome molti di noi vivono, agiscono e pensano parzialmente, una delle nostre indagini riguarda il funzionamento completo dei sensi, per comprendere l'importanza e le illusioni che questi creano. State seguendo? Dare ai sensi il loro giusto posto, che significa non reprimerli, non controllarli, non sfuggirli, ma dare il giusto posto ai sensi. Capite? Questo è importante, perché nella meditazione se volete approfondire bene, se non si è consapevoli dei sensi questi creano diverse forme di nevrosi, diverse forme di illusioni, dominano le nostre emozioni, ecc. ecc. ecc. Questa è la prima cosa da



comprendere: quando i sensi sono pienamente svegli, fiorenti, allora il corpo diventa straordinariamente quieto. Lo avete notato? O sto parlando a me stesso? Perché molti forzano il corpo a stare seduto fermo, a non agitarsi, a non muoversi e così via - lo sapete. Mentre, se tutti i sensi funzionano normalmente, in salute e vitalità, allora il corpo si rilassa e diventa molto, molto tranquillo, se lo fate. Fatelo mentre ne parliamo.

E poi sorge la domanda: che cos'è il tempo? Che posto ha il tempo nella meditazione? E che posto ha il controllo nella meditazione? Capite? Posso continuare? Spero ci stiamo incontrando, va bene? Prima vediamo se è possibile vivere una vita, ogni giorno, non occasionalmente, ma vivere una vita senza nessuna forma di controllo, che non significa agire in modo permissivo, o fare quello che ci pare rifiutando la tradizione, sapete come fanno i giovani moderni, cioè: nessun rimpianto, nessuna restrizione, nessun controllo, fai quello che vuoi, che anche gli anziani fanno, comunque, solo che si pensa sia una loro prerogativa, qualcosa che hanno inventato loro.

Ora ci domandiamo, vi prego di pensarci seriamente: se sia possibile vivere una vita senza alcuna forma di controllo perché quando c'è controllo, c'è l'azione della volontà. Giusto? State seguendo? Quindi, che cos'è la volontà? Devo fare questo non devo fare quello o, dovrei in futuro devo fare così, ecc. L'esercizio della volontà. Così, dobbiamo indagare cos'è la volontà. Non è forse desiderio? La volontà non è l'essenza del desiderio? Giusto? Vi prego, osservatelo. Non rifiutatelo e non accettatelo, indagate. Perché ora ci stiamo chiedendo se sia possibile vivere una vita in cui non ci sia ombra di controllo cioè senza l'ombra dell'azione della volontà. La volontà è il movimento stesso del desiderio. Abbiamo parlato di tutta la faccenda del desiderio. Non ne parlerò ora perché ho molte cose da trattare stamattina. Il desiderio è contatto, percezione, vista, contatto, sensazione, e da questo nasce il desiderio e il pensiero con le sue immagini - questo è il desiderio di cui abbiamo parlato, non ne parlerò adesso.

E noi ci chiediamo: è possibile vivere senza l'azione della volontà? Molti di noi vivono una vita di restrizioni, di controllo di repressione, e così via, di fuga. E dovete chiedervi: chi è il controllore? Quando dite: "Devo controllare me stesso, la mia rabbia, la mia gelosia, la mia pigrizia, la mia indolenza, ecc. chi è il controllore? Il controllore è diverso da ciò che controlla? Capite? O sono la stessa cosa? Il controllore è la cosa controllata. Questo è forse troppo difficile. Va bene? Lo capiamo? Dopo tutto mi avete ascoltato per una settimana o dieci giorni, e adesso il nostro linguaggio, l'uso delle parole deve essere diventato comune e comprensibile. Finché c'è un controllore questo esercita la sua capacità di controllo. Stiamo dicendo che il controllore è l'essenza del desiderio che cerca di controllare le sue attività, i suoi pensieri, le sue brame, ecc. ecc. Rendendoci conto di tutto questo, è possibile vivere una vita che non sia immorale, che non significhi fare quello che vi pare, ma una vita senza nessuna forma di controllo, sessuale e senza indulgervi senza controllare cosa si dovrebbe o non dovrebbe fare, conoscete tutto il problema del controllo. Pochissime persone hanno approfondito la questione. Tutte le forme meditative orientali sono in parte controllo. E personalmente faccio obiezione a tutto il loro sistema di qualsiasi forma di controllo perché in questo modo la mente non è mai libera, è sempre soggiogata da un modello, stabilito da altri o da se stessi.

Così, i sensi e il controllo. E allora ci dobbiamo chiedere: che cos'è il tempo? Non nella sua dimensione scientifica. Ma nella nostra vita quotidiana, che cos'è il tempo? Che parte gioca nella nostra vita? Quanto è importante nelle nostre attività quotidiane? Capite la mia domanda? Naturalmente c'è il tempo dell'orologio. C'è il tempo scandito dal sole, il tramontare e il sorgere del sole. C'è il tempo come ieri, oggi e domani: C'è il tempo come qualcosa che è accaduto in passato che si ricorda e che dà forma al presente e al futuro. Giusto? Quindi, c'è il tempo fisico, cronologico e abbiamo anche il tempo psicologico: sarò, devo, sono violento, sarò non-violento. Tutto questo implica un movimento del tempo. Giusto? Movimento significa tempo. Vi prego di capirlo molto bene, perché indagheremo la meditazione cioè, se è possibile che la mente sia assolutamente quieta in cui il tempo come movimento non esista affatto. State seguendo tutto questo? Vi interessa?

Q: Sì.

K: Almeno come curiosità intellettuale? Perché è molto importante capire se il tempo, non quello cronologico ma quello psicologico, possa finire. O ci dovrà essere fino a quando muoio questo movimento di: sarò, non devo essere, dovrei essere, non sarò, rimpianto, ricordo - seguite? Tutta l'attività psicologica in cui è coinvolto il tempo. Cioè, il tempo può finire? Vi prego di capire perché è importante. Perché i nostri cervelli sono condizionati al tempo, i nostri cervelli sono il risultato di milioni di anni e più, quanti non importa - un tempo immemorabile, il cervello è stato condizionato per secoli e secoli, si è evoluto, è cresciuto, è fiorito. È un cervello molto antico, e siccome si è evoluto attraverso il tempo - l'evoluzione implica tempo - così come si è evoluto funziona nel tempo. Capite? Mi domando se lo capite! Quando dite: 'Sarò', è nel tempo. Quando dite: 'Devo fare così' è ancora nel tempo. Tutto quello che facciamo coinvolge il tempo, e i nostri cervelli sono condizionati non solo dal tempo cronologico: alba e tramonto, ma anche al tempo psicologico. Quindi, il cervello si è evoluto attraverso i millenni e l'idea stessa, la domanda se possa mettere fine al tempo - seguite? - è un processo paralizzante. Mi domando se lo capite. È uno shock. Qualcuno lo capisce?

Perché fra poco ci chiederemo se il cervello può essere assolutamente quieto. Capite? Non il vostro corpo, non il vostro respiro, non gli occhi e i pensieri - il cervello stesso, che chiacchiera continuamente, che pensa sempre a questo, a quello e quell'altro. Se le cellule stesse del cervello possano essere assolutamente quiete. E perciò dobbiamo capire la natura del tempo. Cioè, psicologicamente, interiormente, siamo presi nella rete del tempo. Dovrò morire, ho paura, dovrei essere, sono stato, mi ricordo le cose felici e quelle dolorose. E il cervello funziona, vive, nel tempo. Giusto? Potete vederlo da voi, è un fatto ovvio.

Parte della meditazione è scoprire da sé se il tempo possa finire. No - non potete dire: 'Il tempo deve finire', non ha senso. Bisogna comprendere l'intera struttura, la natura e la profondità di questa domanda. Giusto? Cioè: è possibile per il cervello rendersi conto che non ha futuro? Capite che cosa sto dicendo? Noi viviamo nella disperazione o nella speranza. Giusto? Non è così? La speranza fa parte del tempo. Sono triste, infelice, insicuro e spero di essere felice, capite? Parte del tempo è questa distruttiva natura della speranza, o l'invenzione dei preti, in tutto il mondo - la fede. Voi soffrite ma abbiate fede in dio e tutto andrà bene. Seguite? Anche la fede in qualcosa coinvolge il tempo. Potete sopportare - sopportare nel senso di tollerare che non c'è domani, psicologicamente? Potete farlo? Questo fa parte della meditazione, scoprire che psicologicamente non c'è domani.

Una volta parlai di questo con un uomo molto intelligente, molto colto. E per lui fu un vero shock quando dissi che la speranza, la fede, il movimento del futuro come domani, non esiste. Era sconvolto dall'idea - capite, signori? 'Domani non potrò incontrare te, la persona che amo', capite quello che sto dicendo? Potrei incontrarti, probabilmente sì, ma la speranza, il piacere l'aspettarsi qualcosa, tutto questo è implicato nel tempo. Il che non significa che se non avete speranza voi escludete la speranza ma che voi comprendete il movimento del tempo. Se abbandonate la speranza poi diventate amari, e vi dite: 'Perché dovrei vivere, qual è lo scopo della vita?' e comincia tutta l'assurdità della depressione, della disperazione di vivere senza niente nel futuro. Capite tutto questo?

Quindi bisogna approfondire la questione, non verbalmente, non in teoria, ma effettivamente, per scoprire psicologicamente dentro di voi se avete il più piccolo senso del domani.

E la prossima questione della meditazione è se il pensiero, come tempo, possa finire. Il pensiero, come abbiamo detto molte volte, è importante, è importante nel suo giusto posto. Ma non ha nessuna importanza psicologicamente. Mi domando se lo vedete. Devo spiegarlo brevemente.

Il pensiero è la reazione della memoria, nasce dalla memoria. La memoria è l'esperienza, esperienza come conoscenza conservata nelle cellule del cervello. Potete osservare il vostro cervello non dovete diventare degli specialisti, io non lo sono, ma ho osservato me stesso molto bene. Le cellule del cervello trattengono questa memoria. È un processo materiale. Non c'è nulla di sacro, nulla di santo in questo. E tutto quello che

abbiamo fatto: andare sulla luna, piantarvi una stupida bandiera, scendere nelle profondità del mare e vivere lì, il pensiero ha creato tutto questo, l'immensa e complicata tecnologia e i suoi macchinari. Il pensiero è responsabile di tutto questo. Il pensiero è responsabile anche di tutte le guerre. Giusto? È ovvio, non ci sono obiezioni, perché il pensiero ha diviso l'Inghilterra, la Francia, la Germania, la Russia, - seguite? E il pensiero ha creato la struttura psicologica del 'me'. Giusto? Quel 'me' non è santo, non è divino. È solo pensiero che costruisce le ansie, le paure, i piaceri, la sofferenza, il dolore, gli attaccamenti, la paura della morte, ha messo assieme tutto questo, che è il 'me'. È questo 'me' con la sua coscienza. Bene? Mi domando ... Possiamo procedere da lì? State seguendo? Questo è il 'me', questa coscienza. Questa coscienza è ciò che contiene. Coscienza, la vostra coscienza è ciò che siete voi, le vostre ansie, le vostre paure e le lotte, le vostre ferite, la vostra disperazione psicologica, i piaceri, ecc. Il contenuto della vostra coscienza è il suo contenuto. Giusto? Di nuovo, non c'è nulla da discutere, da complicare, è semplice. E questo è il risultato del tempo. Giusto? Ieri sono stato ferito, psicologicamente, mi avete detto qualcosa di brutale che mi ha ferito, e che ora fa parte della mia coscienza. Ho provato piacere, che ora ne fa parte, ecc. E così la coscienza è implicata nel tempo. Quando chiediamo se il tempo possa finire, implica il totale svuotamento della coscienza con il suo contenuto. Vuol dire questo. Che lo possiate fare o no, è un'altra faccenda. Ma implica questo.

Quando indagate nel tempo, se gli innumerevoli strati di questa coscienza, di sensazione, desiderio e tutto il resto, strato dopo strato, l'intera struttura, se questa coscienza, che è il risultato del tempo - ieri sono stato ferito, ecc. ecc. - se questa coscienza possa svuotarsi completamente, allora il tempo psicologicamente finisce. Pongo prima la domanda perché voi possiate guardarla. E allora possiamo chiederci: è possibile? Capite la mia domanda? Siete consapevoli della vostra coscienza - no? Sapete che cosa siete, se ci avete pensato abbastanza, almeno, avreste dovuto farlo in questa settimana, più o meno. Ma se ci avete riflettuto avrete visto tutti i vostri travagli, le vostre lotte, l'infelicità, l'insicurezza, che fanno parte di voi, fanno parte di questa coscienza: le vostre ambizioni, l'avidità, l'aggressività, la vostra rabbia, la vostra amarezza, tutto questo fa parte della coscienza, che è l'accumulazione di migliaia di ieri fino a oggi. E noi ci chiediamo se questa coscienza, che è il risultato del tempo, sia psicologico che fisiologico, possa svuotarsi, così che il tempo finisca. Avete capito la domanda, innanzitutto? Per favore, qualcuno dica sì o no (ride) - almeno!

Q: Sì.

K: Non addormentatevi. Vogliamo scoprire se è possibile. Se dite che non è possibile avete già chiuso la porta, e allora potreste andarcene e non stare qui a perdere tempo, se dite che non è possibile. E anche se dite che è possibile avete chiuso la porta. Mentre, se dite: 'Cerchiamo di scoprirlo' allora siete aperti, siete desiderosi di scoprire. Giusto? Vi prego, questo non è un gioco intellettuale. Non è un intrattenimento di una domenica mattina. E non è nemmeno un sermone. Qui devo raccontarvi una storiella carina. C'era un predicatore con i suoi discepoli che ogni mattina teneva un sermone di dieci minuti o un quarto d'ora. E tutti lo ascoltavano ammaliati. (risate) Un giorno sale sul podio e sta per cominciare, quando un uccello si posa sul davanzale e si mette a cantare. Il predicatore non dice una sola parola e dopo 5 o 10 minuti l'uccello smette di cantare e vola via. Il predicatore allora dice: 'Per questa mattina il sermone è finito'. (risate) Va bene? Vorrei poterlo dire anch'io! (risate)

Quindi, ora la domanda è, se siete abbastanza seri da affrontarla: se sia possibile svuotare completamente tutto il contenuto di noi stessi, il contenuto della nostra coscienza, questa coscienza che è stata costruita nel tempo. Non è possibile - vi prego ascoltate - non è possibile mettere fine a uno dei contenuti della vostra coscienza? Alle vostre offese, alle vostre ferite psicologiche? Sapete certamente che cosa significa. La maggior parte di noi è stata ferita psicologicamente fin dall'infanzia: dai genitori, a scuola, sapete, durante la vita veniamo feriti. Questo fa parte della vostra coscienza. Potete mettere fine a quella ferita completamente, spazzarla via totalmente senza lasciare nessuna traccia? Potete farlo, no? Se fate attenzione alla ferita, sapete che cosa l'ha causata, la ferita è l'immagine che avete di voi stessi che è stata ferita e mettere fine all'immagine, ferita, potete farlo se l'approfondite molto, molto a fondo. O, se siete attaccati a qualcuno, se siete attaccati a vostra moglie o vostro marito non importa a chi, attaccati a un credo, a un paese, a una

setta, a un gruppo di persone, ecc., a Gesù e così via, non potete finirla completamente logicamente, in modo sano, razionale? Perché vedete che l'attaccamento implica gelosia, ansia, paura, dolore e soffrendo diventate ancora più attaccati e vedere la natura dell'attaccamento, avere la percezione dell'attaccamento è la fioritura dell'intelligenza. Quell'intelligenza vi dice quanto sia stupido essere attaccati - ed è finita. Lo capite?

Quindi, approfonditelo. Oppure avete una certa abitudine psicologica, e pensate sempre in una certa direzione. Questo fa parte della vostra coscienza. Può il pensiero uscire dal quel solco, dalla routine? Certo che può! Quindi è possibile - vi prego ascoltate - è possibile svuotare totalmente, completamente il contenuto. Se lo fate un pezzo per volta, cioè: l'attaccamento, le vostre ferite, la vostra ansia, ecc. ci vorrà un tempo infinito. Vedete che cosa comporta se lo fate uno per volta, ci vorrà tempo. E così siete di nuovo presi nel tempo. Mi chiedo se lo vedete. Invece, è possibile svuotare tutto senza coinvolgere il tempo, istantaneamente, tutto e non in parte? No, ve lo mostrerò, non scuotete la testa, non siate d'accordo o contro! Capite la mia domanda? Quando lo fate un pezzo alla volta, siete ancora presi nel tempo. Se ve ne rendete conto, se ne vedete davvero la verità, allora non lo farete parzialmente. Giusto? Naturalmente.

E poi vi ponete una domanda diversa: è possibile farlo nella sua interezza? Cioè, c'è un'osservazione di questa coscienza che non è realmente mia, non è la mia coscienza particolare, è la coscienza universale. La mia coscienza è come la vostra o quella di qualcun altro, perché tutti soffriamo, proviamo angoscia, ecc. ecc. Alcuni hanno detto 'Basta!' sono fioriti e andati oltre ma questo è irrilevante.

E allora ci chiediamo: è possibile osservare la cosa nella sua interezza, totalmente e nella stessa osservazione di quella totalità metterle fine? Capite la mia domanda? È possibile osservare la vostra ferita, la vostra ansia o il vostro senso di colpa, o quello che sia, totalmente? Capite la mia domanda? Supponiamo che io mi senta in colpa. Mi sento colpevole, non è così, ma supponiamolo. Posso guardare quel senso di colpa, come sorge, qual è la sua ragione e come continuo a tenerlo, ecc.? L'intera struttura del senso di colpa - posso osservarla interamente? Certo che potete - no? Potete osservarlo completamente solo quando siete consapevoli della natura dell'essere feriti. Potete essere consapevoli di quello e del senso di colpa, ecc. di tutte le varie cose che abbiamo raccolto, potete esserne consapevoli se non c'è un motivo o una direzione in quella consapevolezza. Capito? Avete capito? Ve lo spiegherò, lo approfondirò.

Supponiamo che io sia attaccato a qualcosa o a qualcuno: non posso osservare quali sono le conseguenze dell'attaccamento, cosa è coinvolto nell'attaccamento, e come nasce? Non posso osservarne l'intera natura all'istante? Sono attaccato perché mi sento solo, voglio conforto, voglio dipendere da qualcuno perché non sopporto di stare da solo. Ho bisogno di compagnia, ho bisogno che qualcuno mi dica che sto andando bene. Ho bisogno che qualcuno mi tenga per mano, sono depresso, ansioso. Così dipendo da qualcuno, e da quella dipendenza nasce l'attaccamento, e dall'attaccamento nascono paura, gelosia, ansia. Giusto? Non posso osservarne l'intera natura istantaneamente? Naturalmente potete farlo se siete consapevoli, se siete profondamente interessati a scoprire.

Stiamo dicendo che, invece di farlo un pezzo alla volta, è possibile vedere l'intera natura e struttura e il movimento della coscienza con tutto il suo contenuto. Il contenuto forma la coscienza ed è possibile vederlo interamente. E quando lo vedete nella sua interezza si disintegra.

E allora ci chiediamo: dato che il contenuto fa parte della quotidianità della nostra coscienza, e quella coscienza si è accumulata attraverso il tempo, è possibile che il tempo finisca? Ossia, c'è una fine di tutti i conflitti, e tutto il resto, istantaneamente? Noi diciamo che è possibile. Ve l'ho spiegato. Vi è stato dimostrato con degli esempi. Cioè: avere un insight completo nella natura della coscienza. Giusto? L'insight significa, implica senza nessun motivo, senza nessun ricordo, avere un'istantanea percezione della natura della coscienza e l'insight stesso dissolve il problema. Scusate se ... Lo avete capito, un po'?

Allora possiamo passare al prossimo argomento, che è ... Siamo sempre occupati a misurare. Giusto? Sono alto, sono basso. Devo essere diverso da quello che sono. Misurare - capite? cioè paragonare, seguire un

esempio. Tutto lo sviluppo tecnologico è basato sul misurare. Se non ci fosse la misura non ci potrebbe essere progresso tecnologico. Cioè, la conoscenza è un movimento nella misura. Io so, io saprò. È tutto un misurare. E questo misurare si è spostato nel campo psicologico. Seguite, signori. State seguendo?

Q: Sì.

K: Osservate come funziona dentro di voi, lo potete vedere semplicemente.

E così paragoniamo sempre psicologicamente. Ora, potete smettere di paragonare? Che è anche la fine del tempo. Giusto? Misura significa misurare me stesso con qualcuno e volere o non volere essere in un certo modo. Il processo positivo e negativo fa parte del misurare, attraverso il paragone. Mi chiedo se ... Siete stanchi?

Q: No.

K: Rifletteteci per conto vostro e lo vedrete.

Quindi, è possibile vivere una vita quotidiana senza alcun genere di paragone? Potete confrontare due tessuti, un velluto di un certo colore e uno di un altro colore ma psicologicamente, interiormente, essere completamente liberi dal confronto, che significa essere liberi dal misurare. Misurare è il movimento del pensiero. Può il pensiero giungere a una fine? Seguite? Molti cercano di smettere di pensare - cercano di farlo, ma è impossibile. Per un secondo potete dire: 'Ho smesso di pensare' ma è una cosa forzata, una costrizione, come dire: 'Ho misurato un secondo in cui non ho pensato'. Così, ci stiamo ponendo la domanda che si sono fatti tutti quelli che hanno affrontato la questione cioè: 'Può il pensiero giungere a una fine?' Cioè, il pensiero che nasce dal conosciuto - capite? Naturalmente la conoscenza è il noto, cioè il passato può quel pensiero finire? Ossia, ci può essere libertà dal conosciuto? Capite la mia domanda? Perché noi funzioniamo sempre dal noto e perciò siamo diventati straordinariamente abili e imitativi, ci paragoniamo sforzandoci continuamente di essere qualcosa. Giusto? Allora, il pensiero può finire? Il pensiero stesso, quando è consapevole di sé, conosce i suoi limiti e perciò ha il suo posto. Mi domando se ... Lo state facendo mentre ne parliamo?

Abbiamo parlato del misurare, del controllo, dell'importanza dei sensi e del loro giusto posto, tutto questo fa parte della meditazione.

E poi ci chiediamo: quando si arriva a un certo punto i sensi possono sviluppare una percezione extrasensoriale perché diventano straordinariamente sensibili: telepatia, lettura del pensiero, controllo, forme di chiaroveggenza, ecc. ecc. Sono ancora tutte cose nel campo dei sensi. Giusto? E quindi non hanno quell'importanza colossale che l'uomo attribuisce loro. Giusto? Mi domando se lo vedete. Chi vi parla ha vissuto queste cose. Perdonatemi se parlo di me, ho passato tutto questo e ne ho visto il pericolo, essere presi da questa eccitazione sensoriale ... È così stupido! Queste cose esistono, certamente, ma sono irrilevanti.

E ora ci poniamo un'altra questione cioè: l'uomo cerca sempre il potere. Giusto? I politici, i preti, l'uomo e la donna comuni, vogliono dominare, vogliono controllare, possedere. Il potere è diventato straordinariamente importante. I due superpoteri. Cioè, il potere nelle mani di pochi per imporre quello che gli altri dovrebbero pensare, la chiesa cattolica lo ha fatto molto bene in passato. Gli eretici, le torture, l'inquisizione, ecc. Controllare l'uomo attraverso la propaganda, i libri, le parole, attraverso le immagini, controllarli con la paura, il premio e la punizione. I dissenzienti venivano torturati, espulsi, chiusi in campi di concentramento o bruciati. Giusto? Questa è la storia della stupidità umana, che viene definita patriottica, religiosa. E ora ci chiediamo: è possibile vivere senza alcun senso di potere? Capite quello che sto dicendo? State seguendo, vi interessa tutto questo? Cioè, potete vivere in totale anonimato e totale umiltà? Potete avere un nome, scrivere un libro, o parlare, come facciamo qui, essere famosi, noti, o come preferite definirlo, ma dietro non c'è niente! Non state cercando il potere attraverso la chiaroveggenza, la telepatia, tutte cose che possono



essere usate dai governi per controllare ... il capitano di un sottomarino - stanno sperimentando queste cose, per amor del cielo, sappiatelo! È possibile vivere senza alcun senso di potere? Sapete, c'è una grande bellezza in questo, essere completamente anonimi. Il mondo intero cerca l'identità, il potere, la posizione.

La prossima domanda è: può il cervello - vi prego ascoltate - può il cervello, vecchio di milioni e milioni di anni, così pesantemente condizionato, così pieno di tutto quello che l'uomo ha raccolto nei secoli e che quindi funziona sempre meccanicamente, può questo cervello essere libero dal conosciuto, e può non diventare mai vecchio, fisicamente vecchio? Capite di che cosa parlo? Non vi fate queste domande? Sì? Magari ve le fate quando siete vecchi, quando siete un po' decrepiti, quando avete perso la capacità di pensare, quando perdetevi la memoria e allora dite: 'Mio dio, vorrei tornare indietro, essere ancora giovane, avere una mente fresca, giovane, che sa decidere.' Non ve lo chiedete a volte? Se questo cervello possa perdere i suoi fardelli, essere libero e non deteriorarsi mai. Non dite di sì o di no, scopritelo. Il che significa - vi prego ascoltate se volete, se vi interessa, il che significa non registrare mai nulla psicologicamente! Va bene? Capite? Non registrare mai la lusinga, l'insulto, le varie forme di imposizioni, di pressioni, mai. Mantenere il nastro completamente fresco. E allora è giovane. Innocenza significa un cervello che non è mai stato ferito. Giusto? Questa è l'innocenza che non conosce sofferenza, conflitto, pena, dolore, tutto quello che è registrato nel cervello e che perciò è sempre limitato, vecchio, come invecchia fisicamente. Mentre, se non c'è nessuna registrazione psicologicamente, allora il cervello diventa straordinariamente quieto, straordinariamente fresco. E questa non è una speranza, non è una ricompensa o lo fate e lo scoprite o accettate solo le parole e dite: 'Dev'essere una cosa meravigliosa' 'Vorrei poterlo provare' e allora siete fuori strada. Mentre se lo fate, lo scoprirete.

Così il cervello diventa ... per questo insight di cui abbiamo parlato, a causa dell'insight le cellule cerebrali subiscono un cambiamento. Non si attacca più ai ricordi. Non è più la casa di una enorme collezione di anticaglie. Giusto? E' così.

E poi dobbiamo farci anche questa domanda: c'è qualcosa di sacro nella vita? Esiste qualcosa di santo, non toccato dal pensiero? Capite la mia domanda? Vi prego di capire la domanda. Le cose sante, sacre le abbiamo messe nelle chiese come simboli la Vergine Maria, il Cristo in croce. In India hanno le loro immagini particolari, nei paesi buddisti hanno le loro immagini e tutto questo è diventato sacro, il nome, la scultura, l'immagine, il simbolo, in certi luoghi: chiese, templi, moschee, ecc. Nelle moschee non ci sono immagini ma delle belle iscrizioni che sono diventate immagini.

E ora noi ci chiediamo se vi sia qualcosa di sacro nella vita. Sacro nel senso di immortale, senza tempo, dall'eternità all'eternità, qualcosa che non conosce né inizio né fine, capite? Ce lo chiediamo. Potete scoprirlo soltanto - no, non potete scoprirlo, nessuno può scoprirlo, può accadere quando abbandonate tutte le cose che il pensiero considera sacre: le immagini, i musei, la musica, le chiese con i loro credi, i rituali, i dogmi, tutto questo viene compreso e scartato completamente. Non ci sono preti, né guru, né discepoli. Allora, in quella tremenda qualità di silenzio potreste scoprire - in quel silenzio potrebbe giungere qualcosa che non è toccato dal pensiero perché quel silenzio non è creato dal pensiero.

Allora abbiamo la questione della natura del silenzio. C'è il silenzio fra due rumori, c'è il silenzio fra due pensieri, c'è il silenzio fra due note musicali, c'è il silenzio dopo il rumore, c'è il silenzio del pensiero che dice: 'Devo stare in silenzio' e crea un silenzio artificiale pensando che sia reale silenzio. C'è il silenzio di quando vi sedete tranquilli e forzate la mente ad essere silenziosa. Tutti questi sono dei silenzi artificiali. Non è vero silenzio, profondo, non coltivato, non premeditato. Abbiamo detto che il silenzio può avvenire, psicologicamente quando non c'è nessuna registrazione. Allora la mente, il cervello stesso è assolutamente privo di movimento. Allora, in quella grande profondità di silenzio non indotto, non coltivato, non praticato, in quel silenzio può giungere quello straordinario senso di qualcosa di incommensurabile, senza nome. L'intero movimento, dall'inizio alla fine di questi discorsi, fa parte della meditazione. Abbiamo finito.

Q: (non si sente)

K: Mi dispiace, non può fare domande dopo questo. Spero che ci incontreremo ancora.

Q: Grazie.

***Quarta Discorsi di Brockwood Park - 1978 - 1978***

***Domenica 3 Settembre 1978***



## *Siete consapevoli della struttura di voi stessi?*

Prima Dialogo Pubblico di Brockwood Park - 1978

Martedì 29 Agosto 1978

K: Questa dovrebbe essere una discussione, o un dialogo, un dialogo è una conversazione fra due persone. E siccome non è possibile avere una conversazione con così tanta gente forse potremmo prendere un problema che riguarda tutti noi e parlarne come se fossimo in due. Oppure potremmo fare un incontro di domande e risposte. Quale preferite? Una discussione di solito finisce in un dibattito il che sarebbe piuttosto futile, un'opinione contro un'altra, un giudizio contro un altro, ecc. Mentre un dialogo è una conversazione fra due persone che sono amiche, che si interessano di un problema comune e forse possono parlare a fondo dei loro problemi, tranquillamente, con serietà e senso di umorismo. Oppure potremmo fare un incontro di domande e risposte. E anche qui, ripeto, che tipo di domanda facciamo, chi pone la domanda, qual è lo scopo del fare domande, e chi risponderà alla domanda? E così via - teniamo conto di tutto questo. Quindi, che cosa preferite, o pensate sia meglio fra domande, dialogo e discussione?

Q: Dialogo.

K: Se volete che sia un dialogo, di che cosa vogliamo parlare, ricordando che un dialogo è fra due persone una conversazione amichevole, rilassata, tranquilla e profonda? Di che cosa vogliamo parlare assieme?

Q: Signore, vorrei fare una domanda, non necessariamente un dialogo. Ieri lei ha detto che il caos e la violenza nel mondo sono il risultato delle nostre vite quotidiane. Ma io non penso che sia così semplice. Se prendiamo la gamma dell'umanità, abbiamo un Hitler da una parte e una persona come Schweitzer dall'altra, e quindi due persone che fanno cose molto diverse: una cerca di aiutare l'umanità mentre l'altra cerca di distruggerla. Ora, lasciando da parte questo per un momento: prendiamo una persona qualsiasi in questa tenda, con un ambiente e un lavoro giusto, libera dal conflitto, senza fissazioni religiose, non prende droghe, eppure si ammala di cancro. La visione religiosa comune direbbe che è il volere di dio, e questo è fanatismo. Ma forse quella persona ha una predisposizione ad ammalarsi. Ora, a me pare che oggi nel mondo vi siano persone che sono decisamente per le forze del bene e altre per le forze distruttive.

K: Quel signore chiede come mai dico che il mondo è nel caos perché ciascuno di noi è nel caos: siamo insicuri, litigiosi, avidi, egoisti, violenti, e questo forse viene proiettato nel mondo, tenendo presente che noi siamo il mondo, non siamo diversi dal mondo. Quel signore dice che ci sono persone buone, e persone cattive, individui buoni e cattivi, e sarebbe sbagliato da parte mia dire così perché noi viviamo le nostre vite individuali, piuttosto violente, brutte, ecc. e quindi potrebbe essere inesatto. Giusto, signore? Di quali altri argomenti vorreste parlare?

Q: Vorrei fare una domanda, se permette. Mi frullava nella mente quello che ha detto ieri sulla registrazione dei ricordi. Quello che mi interessa è che se lei mi fa una domanda, e io faccio totale esperienza di quello che lei mi dice, alla fine della domanda se ne facessi totale esperienza, non saprei che lei mi ha fatto una domanda alla quale io debba rispondere. Quello che vorrei chiederle è: è possibile che abbiamo due parti nella nostra comunicazione cioè i due emisferi del cervello, uno che riceve soltanto e registra continuamente e l'altro che trasmette? Noi infatti non abbiamo bisogno di registrare, perché se lo sperimentiamo non c'è bisogno di registrarlo. E' possibile che ... ho un vuoto di memoria, scusi (risate) Quando riceviamo non possiamo escludere quella memoria, che c'è completamente e infatti è nostra scelta se usare una parte del cervello o l'altra e fino a che punto usarla.

K: Quel signore dice che ci sono due emisferi del cervello, uno che riceve, registra, memorizza, e l'altro che forse è più libero, che non è condizionato e pertanto c'è questa dualità in noi. E il ricordo di un particolare di questo emisfero è necessario. Questa è la domanda. Altre domande?

Q: Sì, potrebbe parlare per favore del problema che sorge quando l'intensità dei sentimenti e delle emozioni blocca la consapevolezza del pensiero?

K: Quando le emozioni, i sentimenti e le reazioni che sono intensi e forti, bloccano la percezione, che si deve fare?

Q: Ho capito che la meditazione è un modo di vivere quotidiano, e quindi lei dice che non è necessario sedersi nella posizione del loto in certi momenti. L'altra è: quando ce ne andiamo da qui, e ci ritroviamo soli fra la gente, dove troviamo la forza di continuare? Io mi sento persa.

K: Sì. E' necessario sedersi in una certa posizione la posizione del loto, importata dall'India e dall'oriente è necessario sedersi così per meditare? Ed è necessario dedicare parte della giornata per ... sognare ad occhi aperti!? (risate)

Q: No, per respirare.

K: Capisco (ride), stavo scherzando. E come si fa, quando ve ne andate da qui, ad avere la forza per affrontare la solitudine, il senso di isolamento e tutti i travagli della vita. Questa è la domanda.

Q: A continuare questo modo di vivere.

K: Sì.

Q: Lei vede qualche relazione fra la consapevolezza e la fiducia, la fede?

K: La fede? Oh, se c'è qualche differenza fra essere diversi e la fede. Non so di che si tratta - non importa.

Q: Consapevolezza.

Q: Relazione tra fede e consapevolezza.

K: Giusto, signore, scusi. Qual è la relazione fra consapevolezza e fede. Sì, signore?

Q: Vorrei fare una domanda che si collega alla prima. Cioè, si può vedere molto chiaramente che il dolore psicologico, il dolore del mondo intero è causato da noi, è una proiezione. Ma sembra che ci sia dolore nell'universo nel suo insieme, non causato dagli esseri umani. Mi riferisco alle imperfezioni genetiche, magari di bambini nati con spaventose malattie che non si possono attribuire agli esseri umani. In altre parole, c'è un universo imperfetto che causa dolore. Questo è un bel problema, se ci pensiamo.

K: Se ho capito bene la domanda, posso ripeterla con parole mie per vedere se ci capiamo? Non c'è solo la sofferenza individuale, tutti soffrono in modi diversi, ma sembra che ci sia una sofferenza universale una sofferenza globale - bambini nati deformati, o mentalmente ritardati, ecc. ecc. Un momento per favore - di quale domanda volete parlare? La prima domanda di quel signore è: "Lei potrebbe essere in errore quando dice che vivendo nel caos, insicurezza e violenza, creiamo un mondo caotico, violento, ecc. - potrebbe essere una questione sbagliata. E' esatto quello che dice?" Ho abbreviato la domanda, signore. L'altra è: dobbiamo sederci in meditazione in una certa posizione? Quella del loto, come viene chiamata in India e importata in questo paese. L'altra domanda riguarda le emozioni e i sentimenti che sono intensi e interferiscono con l'osservazione, la chiarezza e la consapevolezza. Un'altra domanda è: qual è la relazione fra consapevolezza e fede? E poi c'è la questione posta da quel signore, cioè: non c'è soltanto la sofferenza umana, ma c'è una sofferenza globale, universale. Quale domanda prendiamo?

Q: Che ne dice della solitudine?

K: Nessuno ha chiesto della solitudine, ne ho parlato io.

Q: La domanda sulla registrazione, le due parti del cervello.

K: Oh, sì, scusate - giusto.

Q: Ancora una domanda.

K: Aspetti un momento signore. Mi lasci ... Quel signore diceva che forse il cervello ha due sfere, una che registra, ricorda, accumula conoscenza, esperienza, coltiva la memoria, ecc. e l'altra parte che potrebbe essere incondizionata. Qual è la relazione fra le due? Giusto, signore? Ora basta domande.

Q: Ancora una. Qual è la fonte dell'esigenza, l'energia per approfondire queste domande?

K: Qual è la fonte, la spinta, la forza, la pressione, perché dovremmo interessarci a tutte queste cose?

Q: E qual è il principio della memoria, e c'è un punto nel tempo in cui la mente vede l'inizio di un problema?

K: Qual è l'inizio della memoria e che cos'è.

Q: C'è un momento in cui la mente vede l'inizio di un problema, come la paura che viene prima della gelosia?

K: Non capisco bene.

Q: Posso vedere che la paura viene prima della gelosia. Ci sono dei momenti in cui riconosco l'inizio di un problema. E' la questione molto seria della reincarnazione.

K: Ah, lei vuole parlare della reincarnazione. Allora, quale di queste domande vorreste approfondire?

Q: Sofferenza globale.

Q: Emozioni.

K: Decidetevi. (risate)

Q: Emozioni.

Q: L'uso dell'energia.

Q: Reincarnazione.

Q: Krishnaji, potrebbe trattarle tutte rispondendo a una sola? (risate)

K: Quel signore chiede: potremmo includere tutte le domande in una sola? Forse si può e ...

Q: Lei ha detto che si dovrebbe dimenticare il passato e ...

K: Non ho mai detto che dovremmo dimenticare il passato

Q: Dovremmo dimenticarlo, lo ha detto lei l'altro ieri.

K: No, non l'ho detto.

Q: Quando abbiamo avuto un dolore, una ferita al dito, questo ritorna alla memoria viene memorizzato e il passato è difficile da dimenticare. Voglio sapere come possiamo dimenticare il passato.

K: Mi perdoni signore se la contraddico, ma non ho detto di dimenticare il passato. Non può dimenticarlo.

Approfondiremo tutto trattando una delle domande che includa tutte le altre. Va bene? Ora, quale potrebbe essere? Pensateci, signori. Sono stati posti diversi problemi e quel signore suggeriva che forse indagando una domanda, un'affermazione, potremmo magari includerle tutte. Io penso che si possa fare. Ma quale prendiamo, quale potrebbe includere tutte le altre?

Q: Le emozioni.

K: Un momento, signore. Un momento. Pensiamoci. Quale domanda includerebbe tutte le altre?

Q: Da dove vengono tutte queste domande?

Q: Ci chiediamo quale sia la spinta di tutte le domande.

K: Qual è la sorgente di tutte queste domande.

Q: La fonte è l'energia che pone le domande.

K: E' questa la vostra domanda, vi interessa la fonte dell'energia che pone queste domande?

Q: No.

Q: Potrebbe spiegare che cos'è l'insight e qual è il processo da cui deriva?

K: Signore, ce ne sono già troppe.

Q: La registrazione nella mente.

Q: Decida lei, altrimenti non cominciamo mai. (risate)

K: Ha ragione. (risate) Potremmo parlare della relazione fra consapevolezza fede ed emozioni, meditazione e che bisogno ha il cervello di registrare, non i due (cervelli), ma se sia davvero necessario registrare. Se prendiamo una domanda, si potrebbe... penso che si possa fare, non sto dicendo che debba essere così, suggerirei di parlare della relazione che includerebbe tutto quanto. Qual è la relazione fra consapevolezza, fede, meditazione, la registrazione, la sofferenza globale dell'uomo nella quale è compresa la sofferenza di ciascuno di noi. Va bene?

Q: E la registrazione.

K: E la registrazione - l'ho detto. Ora, possiamo cominciare a parlare della registrazione collegandola alla consapevolezza e all'intensità delle nostre emozioni, ecc.? Va bene? Allora cominceremo, se possibile - per favore correggetemi, non sono l'oracolo di Delfi, se volete parlare di qualcos'altro va bene, ma cominciamo chiedendoci: che bisogno ha la mente umana, il cervello, di registrare qualcosa? Innanzitutto, siamo consapevoli, sappiamo, siamo consci che avviene un processo di registrazione? Capite? Comincio proprio da questo. Voi, come esseri umani, sapete, siete consapevoli di registrare? Capite la mia domanda? Oppure accettate la mia affermazione e poi la mettete in questione? Siete consapevoli di registrare certe cose? Un incidente accaduto ieri è stato registrato. Siete coscienti di questo processo che avviene? Oppure accettate semplicemente un'affermazione di qualcuno? Vedete la differenza? Se accetto una vostra affermazione e poi la metto in questione, è una cosa, mentre, se dico che sono consapevole che sto registrando allora la mia domanda ha una qualità diversa. Giusto? Allora, quale delle due stiamo facendo ora? Siamo consapevoli che stiamo registrando? Siete consapevoli ora, seduti lì, che state registrando quello che viene detto? Cioè, che state veramente ascoltando quello che viene detto. Giusto? Lo state facendo? Oppure siete ancora interessati al perché ci sia bisogno di registrare? Vedete la differenza? Possiamo procedere così, lentamente?

Q: Ci rendiamo conto che ci attacchiamo a quello che viene detto.

K: Sì, esatto. Vi rendete conto che vi aggrappate a quello che viene detto. Ora, perché ci si attacca a quello

che viene detto? Quando chi vi parla dice che non c'è nessuno che parla, che voi state ascoltando voi stessi, che voi state indagando da voi, perché vi attaccate a un'affermazione fatta da questa persona? Questo significa che non vi state veramente ascoltando.

Q: Signore, è che vogliamo fare qualcosa

K: No, no, questo significa ... Vede la differenza signore? Se vi dicono che avete fame, è una cosa, ma se avete fame davvero, è un'altra. E' ovvio, no? Quale delle due? Avete veramente fame, o qualcuno vi dice che avete fame? Cioè, siete consapevoli che state registrando, che vi afferrate a un'affermazione, a una frase, a qualche conclusione, a un'idea, ecc. cioè che avviene una registrazione? Giusto? Ora, perché volete registrare quello che viene detto? Perché chi vi parla ha una reputazione o perché pensate che egli ne sappia più di voi, o perché vi aspettate che risolva i vostri problemi, così dipendete da un altro. Ma l'altro dice: 'Vi prego, non dipendete da nessuno, incluso chi vi parla.' Seguite? Cerchiamo di essere ben chiari su questo. Siete consci dell'intero movimento della registrazione?. Voglio dire, voi potete vedere un registratore in funzione. Giusto? Siete altrettanto consapevoli che registrate? Oppure vi è stato detto che registrate. Vedete la differenza? Se vi hanno detto che registrate, è una cosa, non ha valore, è soltanto come un nastro che potete cancellare e metterne un altro, mentre, se lo scoprite da voi che registrate e vi domandate: 'Perché registro, che bisogno c'è di registrare?' Allora possiamo andare avanti, possiamo comunicare l'uno con l'altro. Ma se dite: 'Bene, ieri lei ha parlato del registrare, l'idea mi interessa molto, parliamone.' Allora rimane semplicemente a livello verbale, non ha senso. Almeno, per me, non ha alcun senso. Mentre se dite: 'Voglio scoprire perché registro' Possiamo continuare così?

Q: Sì.

K: Perché registrate se ne siete consapevoli? Ovviamente registrate le cose pericolose. Giusto? Un precipizio, un serpente, un animale pericoloso, un uomo pericoloso, o una macchina che vi viene addosso, è un pericolo. Lo registrate immediatamente, per proteggervi. E registrate anche quando provate un piacere. Questo processo avviene continuamente. Si registra tutto quello che è pericoloso. Giusto? E tutto quello che dà grande piacere. Si può dire che la registrazione ebbe inizio con il primo uomo, gli uomini delle caverne, comunque vivessero. Dovevano registrare il pericolo altrimenti sarebbero stati distrutti. Quindi cerchiamo di scoprire quali sono i pericoli da registrare, e poi possiamo passare all'altro. Quali sono le cose più pericolose che si dovrebbe registrare? Indipendentemente dalle opinioni personali. Mi domando se è chiaro.

Q: Sì. Sì.

K: Perché una cosa potrebbe essere pericolosissima per me, e per voi potrebbe essere una sciocchezza. Quindi deve essere un fattore comune per un essere umano che ha bisogno di registrare il pericolo per evitarlo. Giusto? Pericolo significa evitarlo, non avvicinarvisi, non toccarlo, non esserne coinvolti. Giusto signori? Quindi qual è la cosa più pericolosa per gli esseri umani?

Q: Quello che disturba la mente.

K: No, no. Fisicamente. Che cos'è più pericoloso? Non quello che disturba la mente. Lei sta cambiando direzione - la prego, cominci dal livello più basso.

Q: Quello che mi disturba, quella è la cosa più pericolosa per me.

K: Vede, è questo che cercavo di evitare. Quello che è più pericoloso per me, ho detto che potrebbe non esserlo per un altro. Quindi, se posso suggerire, non guardate, non vi riferite a voi stessi parlando di un particolare pericolo. Vedete che cosa rappresenta un pericolo per l'uomo.

Q: La minaccia fisica.

Q: La minaccia alla sopravvivenza.

K: Sì, cioè, la non sopravvivenza. Non sopravvivere. Ossia - scusate l'ho detto male. L'esigenza è di sopravvivere. Qualsiasi cosa distrugga la sopravvivenza è pericolosa. Giusto? Per tutti gli esseri umani, non per me o per voi, per tutti noi.

Q: Perché?

K: Perché? Perché dovremmo sopravvivere?

Q: Posso ripetere la domanda? Che cos'è più importante della sopravvivenza?

K: Aspetti signore, ci arriviamo, con calma.

Q: Scusi.

K: Ci arriviamo, signore. La signora chiede perché dovremmo sopravvivere. No, è una domanda seria. Perché dovremmo sopravvivere? Che cos'è il bisogno di sopravvivenza, questa urgenza, questa esigenza di esistere, di sopravvivere, di vivere? Avanti signori, rispondete.

Q: Istinto.

K: Istinto. Non è quello. Gli uccelli hanno l'istinto di sopravvivere, gli animali, i rettili, le forme più elementari, sapete, tutto vuole sopravvivere.

Q: Il piacere della vita.

Q: La paura della morte.

K: Paura.

Q: Perché pensiamo che sia importante sopravvivere.

K: Non capisco nemmeno perché vi domandiate qual è la necessità della sopravvivenza. Eccoci qua! Se non aveste l'esigenza di sopravvivere non sareste qui io non sarei qui, nessuno sarebbe qui, i genitori non ci avrebbero generato, e non esisterebbero nemmeno loro. Non esisterebbe il mondo. Quindi, dobbiamo registrare ciò che è pericoloso per la sopravvivenza. Giusto? fisicamente, se una macchina ci viene addosso, ci scansiamo. Giusto? Quindi, ci deve essere una registrazione per proteggere l'organismo. Giusto? Avere un tetto, dei vestiti, del cibo, è chiaramente una cosa naturale per ogni essere vivente. E perciò evitiamo tutto quello che è pericoloso. Giusto? Approfondiamolo ancora un po'. La fede è pericolosa per la sopravvivenza fisica?

Q: Sì.

K: Quindi lei non ha nessuna fede.

Q: Io ho una fede particolare, una fede condizionata che non fa ...

K: Capisco, signore, capisco. Io credo in qualcosa, in un'idea, in uno scopo, ecc. - un credo, così chiedo a ciascuno di noi - domando: un credo è un pericolo per la sopravvivenza fisica?

Q: No.

Q: Potrebbe esserlo.

Q: Nell'Irlanda del Nord.

K: Nell'Irlanda del Nord.

Q: Non entriamo in politica adesso, per favore.



K: Lo so.

Q: Una coscienza fuorviata potrebbe ... K;No, no, no, per favore. Sto parlando della fede, non non parliamo di altre cose. Prendiamo un fattore e affrontiamo passo per passo. La fede è un pericolo per la sopravvivenza? Io credo nel cattolicesimo e voi siete protestanti, io sono cattolico, quindi crediamo in cose diverse. Guardate che cosa succede in Irlanda del Nord, che cosa succede in Medio Oriente ecc. Per la sopravvivenza fisica, evidentemente la fede è una cosa molto pericolosa.

Q: Per le materie tecniche non abbiamo forse bisogno di credere?

K: Nelle materie tecniche, perfino lì, perché credete? Lavorate, imparate e andate avanti. No, vi prego, rifletteteci per conto vostro non chiedete a me, io posso ... ma scoprite se avete qualche forma di fede, e questa fede non divide forse le persone? Un credo può essere una conclusione, un concetto, un'opinione molto forte.

Q: Pregiudizio.

K: Sì, è tutto incluso. Possiamo mettere insieme un mucchio di parole ma cerchiamo di scoprire se ciascuno di noi ha qualche credo: sono cristiano, sono inglese, o francese - sapete, tutto questo. Non è forse un pericolo tremendo per la sopravvivenza fisica?

Q: Sì signore.

K: Lei dice di sì, ma ne è libero?

Q: No, signore (risate)

K: Ah, allora ...

Q: La fede nel bene, qualsiasi fede.

K: Lo so. A scuola insegniamo tutte queste cose. La storia potrebbe essere riscritta diversamente.

Q: La fede è sicuramente una buona cosa.

K: A lei non interessa scoprire davvero per conto suo! Per l'amor del cielo, ascolti! Siete davvero seri per scoprire la necessità della registrazione e l'inadeguatezza, psicologicamente, di ogni forma di registrazione? Stiamo parlando di questo. Se dite che la fede è un pericolo allora perché ve la tenete dicendo che siete indu, musulmano o ebreo, o comunista - perché siete legati a queste parole?

Q: Perché forse non lo vediamo completamente.

K: Quel signore dice che non lo vedete completamente. Il pericolo, voi non vedete completamente il pericolo di qualsiasi forma di credo, che ovviamente è un non-fatto. Perché vi ci aggrappate?

Q: Tutti i credi sono strutture di supporto.

K: Sì, il credo è un supporto. Se è un supporto pericoloso, perché non lo lasciate andare?

Q: Ne ho lasciati alcuni, ma non ho visto ...

K: Ah! (ride)

Q: Ma non tutti probabilmente quando li vedrò tutti li abbandonerò.

K: E' come per tutti noi, signore ne vogliamo tenere alcuni che sono piacevoli, confortevoli e scartiamo gli altri.

Q: Io direi, se posso, che non è la sensazione la sensazione fisica di un'esperienza pericolosa che registriamo, ma è il ragionamento che le attribuiamo nel momento in cui registriamo nella mente.

K: Esatto, signore. Approfondiamolo un passo alla volta, signore. Abbiamo parlato della sopravvivenza fisica e tutto quello che rappresenta un pericolo deve essere totalmente evitato se si vuole sopravvivere. E la fede, qualsiasi divisione fra le persone, è molto distruttiva. Giusto? Se tu sei cristiano, e io sono buddista io combatto per il mio buddismo, e tu per qualcos'altro non c'è sicurezza fisica. Ogni guerra lo ha dimostrato. Giusto? Tutte le guerre sono il risultato del nostro particolare condizionamento delle nostre fedi particolari, ecc. ecc. Allora, abbandonerete tutti questi credi che sono una cosa pericolosissima per la sopravvivenza?

Q: Sta dicendo che chiunque creda in qualcosa, fra le persone che ha citato ieri, i politici, i preti, i guru, non sono onesti con se stessi e che solo Krishnamurti può proporre la verità? (risate) Che la verità può venire solo da lei e che non dobbiamo credere nulla da nessun altro?

K: Non ho potuto sentire tutto, signore, qualcuno che ha capito per favore lo ripeta.

Q: Non è la fede a essere una minaccia per la sopravvivenza, è la fede nella fede la minaccia, è un atteggiamento mentale, il sentire che il credo è qualcosa di vero per sempre.

K: Signore, le droghe sono pericolose per la sopravvivenza, l'alcol è pericoloso, come fumare, ecc. evitiamo tutte queste cose perché sono pericolose?

Q: Quando vediamo una sigaretta ...

K: Signore, è tutto lì. In realtà stiamo discutendo intellettualmente, verbalmente dell'idea della sopravvivenza. Non ci importa veramente se sopravviviamo o no. Esistiamo semplicemente. Continuiamo da qui. Psicologicamente, perché registrate?

Q: Paura.

K: No, guardi signore. Guardi dentro di sé. Io posso rispondere molto velocemente, ma per favore indagli. E' una conversazione fra noi due, noi due siamo tutti noi, voi e io, una conversazione in cui diciamo: perché io, o voi, registriamo psicologicamente qualcosa?

Q: Perché non possiamo farci niente. Accade.

K: Potrebbe essere il nostro condizionamento, l'educazione. Potrebbe essere la nostra condizione sociale ed economica, ecc. ecc. Siamo condizionati ad accettare questa registrazione psicologica. E ora diciamo: va bene, questo è un fatto. Perché?

Q: Ma, in effetti, registriamo davvero?

K: Sì, si registra davvero, questo è il fatto. Ma io mi domando, perché? Scopritelo. Chiedetevelo signori, non ve lo chiedo io, chiedetevi: 'Io registro le offese, i piaceri, quello che mi hanno detto, o che non hanno fatto, i tormenti, decine di cose. Come mai registro, psicologicamente?'

Q: La registrazione biologica per proteggere l'organismo viene riportata al livello psicologico.

K: C'è la registrazione biologica che è necessaria, e la registrazione psicologica. E abbiamo chiesto: perché mai registriamo psicologicamente?

Q: Per la sicurezza. Per sentirci sicuri.

K: E' così? Oppure vi isolate con l'illusione di essere sicuri. Voi non ...

Q: Non abbiamo scelta.

Q: Perché pensiamo di poter risolvere le cose con il pensiero.

K: Dite che non abbiamo scelta - perché?

Q: E' la natura umana.

K: No, aspetti ... quel signore ha detto che non abbiamo scelta. Che cosa intendete con la parola 'scelta'? Il pericolo è una scelta? E perché scegliete?

Q: Condizionamento.

K: No, no, non buttate lì ...

Q: E' una questione biologica, cioè, mi piace fumare, o altro. Giusto? E' pericoloso ma piacevole, così il pensiero sceglie.

K: Sì. Stiamo cercando di capire il significato della parola 'scelta', la profondità di questa parola. Scelgo fra due tessuti per dei pantaloni o un soprabito.

Q: Ma, esiste?

K: Aspetti, aspetti. Scelgo. Scelgo di andare in un posto e non in un altro. Scelgo questo guru e non quello. Scelgo di credere in questo e non in quello. E io domando, vi chiedo, se gentilmente volete ascoltare per scoprire perché scegliete, qual è la fonte della scelta?

Q: Disattenzione.

Q: Protezione e piacere, ancora. Protezione e piacere.

K: No, no. Quando scegliete? Non scegliete forse quando siete incerti?

Q: Quando siamo in conflitto.

K: Una persona che ha molta chiarezza - non sceglie. E' così.

Q: Quando non sappiamo.

K: Ah, signore, che vuol dire? Giusto, quando non sa. Pensa di scoprire ...

Q: Si sceglie una cosa quando si è certi e un'altra quando si è incerti.

K: Sì, è la stessa cosa. Quando si è molto chiari non si sceglie. Quando si conosce bene la strada per andare in un dato posto non c'è scelta. E' solo quando si è insicuri che si comincia a scegliere, o a chiedere, a dubitare, a scoprire. Quindi mi dico: psicologicamente la scelta esiste solo quando si è confusi, incerti - no? Quando siete molto chiari, non c'è bisogno di scegliere. Quindi, una mente confusa sceglie. State tutti zitti a queste parole.

Q: Potremmo parlare del perché la mente è confusa?

K: Aspetti, signore. Voglio vedere - la prego, osservi. Stiamo discutendo, cercando di parlare insieme, del perché il cervello registra. Abbiamo detto che biologicamente, organicamente, il cervello deve registrare. Ma psicologicamente, interiormente, perché mai dobbiamo registrare? Qualcuno ha detto che non abbiamo scelta in proposito. E la parola 'scelta' implica scegliere fra questo e quello. Ora, quando vedete un pericolo non scegliete (ride) - giusto? Vedete il pericolo e vi allontanate. Non dite: 'Devo andare a destra o a sinistra, è giusto o è sbagliato?' (risate) E, allo stesso modo, mi chiedo: psicologicamente che bisogno c'è di registrare? Ci aiuta forse a proteggerci?

Q: Sì. Quando veniamo al mondo, ci preoccupiamo della sopravvivenza del corpo, ma presto la mente si preoccupa della sopravvivenza della mente.

K: E' quello che stiamo dicendo. La sopravvivenza fisica è scivolata in quella psicologica. Giusto?

Q: Sì.

K: Ora mi chiedo: perché?

Q: Per un senso di identità.

K: Identità con chi?

Q: Perché non sappiamo veramente che cosa sia giusto. Non siamo sicuri.

K: Così volete scoprire che cos'è giusto.

Q: E' una scelta.

K: Ma come fate a scoprire che cos'è giusto se la vostra mente è ... un tantino incerta e confusa? No, state divagando, non rimanete su una sola cosa alla volta. Scusatemi. Psicologicamente, perché registro?

Q: Perché vogliamo registrare.

Q: Perché non sono 'intero'?

K: No, signore. Guardi dentro di sé, lo scoprirà.

Q: Per fare esperienza.

K: Per fare esperienza, che è conoscenza, che poi diventa memoria. E senza memoria, senza conoscenza, non siete nessuno. E perciò diciamo: 'Per Giove, devo sapere qualcosa su ...' - giusto? - altrimenti non sono nessuno. E' questo che sta dicendo? Voi non pensate a tutto questo.

Q: Si vuole proteggere se stessi.

K: Si vuole proteggere se stessi. Biologicamente, organicamente, bisogna farlo. Abbiamo imparato a farlo molto bene. Nonostante le guerre, i terroristi - a parte le vittime. Ora, psicologicamente proteggete voi stessi? Che cosa proteggete?

Q: Penso che sia ...

K: Rispondetemi. Che cosa proteggete?

Q: Tutta la memoria.

Q: L'idea di se stessi.

Q: La mente è talmente piena di quello che ci mettiamo dentro che supera l'esperienza del nostro corpo. Le nostre menti diventano così e siamo più consapevoli della mente che del corpo. E pensiamo di dover proteggere la nostra mente.

K: Quindi date più attenzione al corpo e meno attenzione al cervello.

Q: No, il contrario.

K: Sì, e diventa sempre più confuso.

Q: Sì. (risate)

K: Vedete, signori, psicologicamente registriamo per essere qualcosa. Giusto? Psicologicamente. Vero? Registro dove sono nato, questo è semplice. Il cervello registra perché è stato allenato ad accettare gli strati sociali, e questo dà alla persona una posizione, psicologicamente, un senso di potere, un senso di superiorità. Così, psicologicamente, il registrare costruisce poco a poco l'ego, il 'me' - giusto? Non è così? Non accettate quello che dico, vi prego, guardate da voi. Se psicologicamente non aveste registrato, avreste un ego?

Q: No.

K: Ovviamente no. Psicologicamente si è aggressivi, irritanti, violenti, e questo dà un certo senso di - sapete, autorità, un certo senso di sicurezza. Questo graduale processo di registrazione psicologica forma il senso del 'me'. E' un fatto, no? Io, la mia opinione, i miei giudizi, mia moglie, mio marito, la mia ragazza, il mio ragazzo, la mia casa, le mie qualità, la mia esperienza, le mie ferite, le mie paure, io sono tutto questo, psicologicamente. Giusto? E' un fatto. Non dovete essere d'accordo con me, è così. Allora mi dico: perché costruisco questo ego, perché c'è questo continuo costruire il 'me'?

Q: Per proteggerlo.

K: Che cosa proteggete?

Q: Cerco solo di sostenerlo, sempre di più.

K: Sì, signore. Dopo averlo costruito lo si sostiene, ci si aggrappa, dicendo: 'Non oso demolirlo'.

Q: E' come un castello di sabbia.

K: Sì, sabbia. Non divagate. Rimanete in argomento. Allora, che bisogno c'è (di un io), che comporta enormi problemi, enorme dolore? Mi sento ferito, ho paura, sono ansioso, sono geloso, sono avido, non devo o devo essere - seguite? Questa battaglia è sempre in atto, emotivamente, e diventa sempre più forte, più intensa. E che cosa costruisco? Cos'è la realtà di questa struttura? Capite? La realtà, nel senso che questo è reale il microfono che ho davanti è reale. Posso veramente toccarlo. Posso toccare la struttura psicologica del 'me'? Non posso. Quindi è fatto soltanto di parole. E' piuttosto difficile da accettare. Nella relazione si formano le ferite, le lusinghe, il conforto, e pian piano dipendo da te. E quando mi ferisci mi attacco a te per non essere ferito. E così via, così via, così via. Ora, perché lo facciamo?

Q: Per proteggere la parte di noi che non sa.

K: Ah, no! Noi non sappiamo che cosa succederebbe se non costruissimo il 'me'. Giusto? Lo scoprirò. Lo scoprirò se dico: 'Va bene, voglio scoprirlo, ci deve essere un processo senza questo costruire'. Giusto? E allora scopro che cosa succede. Ma specularci sopra in anticipo è un tale spreco di tempo ed energia.

Q: E' la paura che ce lo fa fare.

K: Quindi, prima lo si costruisce, e la società e la religione aiutano a farlo, tutto aiuta a sostenere la struttura, e poi si ha paura di perderla. Giusto? E poi cominciate a meditare su come liberarsi dal sé - no? Quindi, prima di dire come liberarsi dal sé, cerchiamo di scoprire perché lo costruite.

Q: Il bisogno di potere.

K: Sì, va bene, conduce al potere, mettetela come volete. Ma il fatto è che questo continuo affermare, questa continua costruzione del 'me', psicologicamente, non è forse un grande pericolo? Un grande pericolo nella relazione con vostra moglie, la vostra ragazza, con la società, con tutto. Non è forse un grande pericolo? Il pericolo è che siete sempre in conflitto, in lotta.

Q: Diventa difficile adattarsi.

K: No, signore, sopra perché, è consapevole di costruire il 'me'? E da quella struttura lei ha forti emozioni, vuole esprimersi, vuole affermarsi.

Q: E' il bisogno del piacere?

K: Sì, va bene è il piacere ed è anche la paura, è anche l'avidità, ed è anche la sofferenza, l'essere feriti - sapete. Quindi non prendete una cosa sola, è tutto l'insieme.

Q: Non è che crediamo a un mito? Non c'è un mito a cui crediamo, che se non sopravviviamo psicologicamente non sopravviviamo?

K: Potrebbe esserci un mito signore, ma non può buttarlo via?

Q: Siamo stati condizionati a questo mito?

K: Sì, se siete condizionati a questo mito non potete decondizionarvi? Non può la mente dire che è assurdo? Vedete, non lo vogliamo fare e ci giriamo intorno continuamente. Se sono aggressivo, questo mi dà piacere, mi dà la struttura dell'aggressività, mi rende violento, sgarbato, volgare, e questo mi piace. Va bene, tenetevelo! Ma non parlate di meditazione, ecc. ecc. Se questo è un fatto, scoprite perché registrate queste cose, perché ve lo tenete, e se può essere completamente dissolto. Se dite che non può, finisce lì. Va bene, non si può. Qualcuno può dire: 'Vediamo se è possibile o no'. oppure dite: 'Lei si illude, lei è un somaro, non ne sa niente'. Invece io suggerisco che psicologicamente non c'è bisogno di registrare, se vedete il pericolo, il pericolo reale, come vedete un precipizio, il reale pericolo di questa costruzione psicologica del 'me' allora scoprite come esserne liberi. Non voi, voi ne siete parte. Non ci sarà nessuna tolleranza del 'me' con tutte le opinioni, i giudizi, le valutazioni, aggressività, paura, piacere, sapete, tutto l'insieme.

Q: E le registrazioni che sono già avvenute, fin dall'infanzia, prima di saper ragionare in questo modo?

K: Che dire delle registrazioni avvenute nell'infanzia? Se vedete che registrare è un pericolo, le registrazioni dall'infanzia fino ad oggi spariscono.

Q: Però noi non lo vediamo, non vogliamo.

K: E' proprio quello che dico, signore. Noi non non ne vediamo il pericolo, ci piace. Ci piace la nostra paura, ci piace ... - l'accettiamo l'aggressività, viviamo in costante lotta con noi stessi, ci dà un senso di benessere, ci fa sentire vivi. E così via, così via.

Q: Signore, ci fa comodo.

K: Va bene, fa comodo.

Q: Che cosa ci facciamo con il vuoto che rimane?

K: Vedete - che cosa fate se siete in un vuoto. Cioè, non sapete che cosa accadrà se non c'è registrazione. Scopritelo! Non dite che vivrete in un vuoto. Io dico di no. Qual è il problema? Al contrario, chi vive in costante lotta non sta vivendo.

Q: Come facciamo a scoprirlo?

K: Come faccio a scoprire cosa?

Q: Come facciamo a sapere che altro c'è? Qual è l'alternativa a questo grande ego? Come possiamo scoprire qual è l'alternativa? Come facciamo?

K: Non capisco.

Q: Lei ha un'esca. (ride)



Q: No, non ha capito la prima domanda.

Q: Lei come ha fatto? Come si è liberato dal suo ego?

K: Come fa a sapere che me ne sono liberato? (risate) (applausi) No, signore, non si preoccupi di me. (risate) Mi ci sono applicato a lungo, dall'età di quindici anni. Per me, alla mia nascita probabilmente non c'era. Ma questo è assolutamente irrilevante per voi. Quello che conta siete voi, perché vi aggrappate a questa cosa, a questo misero, disgraziato, doloroso 'me'. E per sfuggirlo ve ne andate in India vi mettete certi abiti e collane - sapete (risate) Tutte quelle assurdità.

Q: E' perché viviamo nel passato o nel futuro e non nel presente.

K: Vi prego non pensate a me. Scoprite soltanto perché costruite, vedete le conseguenze di costruire questa struttura, le conseguenze di questa struttura e se vi piace, se vi fa piacere, se vi dà conforto, sappiate che in quel conforto c'è un tremendo pericolo, voi soffrite, vivete ogni genere di nevrosi, lo sapete che cosa succede. Se dite che vi dà conforto, restate così.

Q: In altre parole, siamo troppo pigri per cambiare.

K: Sì. Come mai? Percepisco, o mi rendo conto di costruire questa struttura che il pensiero costruisce continuamente questa struttura, quando dormo o sono sveglio, quando sogno, quando cammino continuamente, sempre preoccupato di sé. Ora, qual è la via, qual è il processo per mettere fine a questa cosa? - voi non ve lo chiedete.

Q: Scusi - se mi chiedo perché colleziono queste identificazioni su di me, a chi chiedo come superare il me?

K: No, io lo chiedo a voi.

Q: Capisco. Non dico di chiedere a qualcuno, ma come fa un 'io' a fare questo?

K: Glielo spiego in un attimo, ascolti.

Q: Ok.

K: E' un fatto per lei che psicologicamente si costruisce una struttura illusoria che è diventata una straordinaria realtà per se stessi? E' consapevole della struttura, prima di tutto?

Q: Penso di sì, sì.

K: Se ne è consapevole, che cosa intende per esserne consapevole? Siamo tornati alla domanda iniziale: che relazione c'è fra consapevolezza e fede? Non c'è nessuna relazione fra consapevolezza e fede. La fede non è un fatto. E' un credo.

Q: Definisca la fede. Che cosa significa fede per lei?

K: Nulla. La prego, non se ne preoccupi ... Allora, siete consapevoli della struttura? Per favore, siamo seri per 5 minuti. Siete consapevoli della struttura dentro di voi? Se lo siete, che cosa intendete per essere consapevoli? In quella consapevolezza c'è una dualità, cioè 'io' sono consapevole di quello? Capisce la mia domanda, signore?

Q: Sì.

K: Sono consapevole di quella luce, che è diversa da me. Ora, sono nella stessa posizione quando dico che sono consapevole della struttura, come diversa da me? O la struttura sono io?

Q: E' una sensazione molto spiacevole.

K: No, no. Non è questione di piacevole o spiacevole. La prego lasci stare queste cose, mi perdoni, ma lei sta tornando indietro. Cioè, sono consapevole come se la struttura fosse qualcosa di separato da me, lontana o vicina, e io che sono consapevole sono diverso dalla struttura? O io sono quello? Capisce?

Q: Sì.

K: Ovviamente. Giusto? Io sono quello. Cioè, l'osservatore è la cosa osservata. Giusto?

Q: La questione è se sia vero o no.

K: No, no. Se lo chieda signore, non esiti, lo veda, è così semplice. Io ho costruito questa struttura, è stata costruita. E parte della struttura è che io sono diverso da questa. Io sono l'anima, sono un grand'uomo, io sono ... ecc. ecc. Oppure, sono pieno di conoscenza, e la struttura non è conoscenza. Seguite? Allora vi domando: voi vedete la struttura come una cosa separata da voi?

Q: No.

K: Se davvero dice di no che cosa significa?

Q: (non si sente)

K: No, aspetti signore. Questo è veramente ... per mezz'ora per favore fate attenzione, ve ne prego. Voi siete diversi dalla vostra aggressività? Ovviamente no. Voi siete aggressività, fa parte di voi.

Q: Ma solo noi possiamo cambiarla.

K: No. Chi è 'noi'?

Q: Noi stessi. Noi possiamo cambiare.

Q: Se io fossi la mia aggressività non saprei di esserlo.

K: Oh sì, invece.

Q: Come?

K: I suoi amici le direbbero 'Non essere così aggressiva' (risate) se sono amici. (risate)

Q: Lei ci chiede di guardare dentro di noi, il che implica ...

K: No, signora, io sto chiedendo la prego ascolti tranquillamente, se posso suggerire. Sto chiedendo come osservate questa struttura. Potete osservare questo edificio, vederlo fuori di voi. Ma questa struttura non potete separarla dicendo 'Non sono io', siete voi. Le vostre paure, i litigi, le ambizioni, l'aggressività, le ansie, tutta quella struttura siete voi. Non si discute su questo.

Q: Non siamo un'unica cosa. Siamo molte cose tutte in conflitto fra di loro.

K: E' quello che sto dicendo.

Q: Io posso prendere una parte di me e osservare l'altra.

K: No. L'osservatore fa parte della cosa osservata.

Q: Sì, ma non potremmo osservare totalmente noi stessi se fossimo...

K: Oh, sì. Posso osservare, posso dire che sono la paura. Il giorno dopo dico che sono il piacere. Il terzo giorno dico che sono tanto geloso. Ma fa parte del tutto. E' questo che sto dicendo. Vi prego, se posso suggerirvi, fate attenzione a questo, cioè: finché il 'me' si separa dalla struttura il 'me' che si separa dalla

struttura finché c'è questa divisione ci sarà conflitto ci sarà lotta, ci sarà tormento, ansia e tutto il resto. Ma il fatto è che la struttura siete voi.

Q: Signore, il conflitto sembra essere interno, nell'individuo, e sembra essere un conflitto fra quello che diceva a proposito dei sensi che non sono pienamente svegli, e anche la mente la mente intellettuale che vuole tenersi i problemi individuali, le paure e le tendenze.

K: No, signore, tutto questo è incluso. Le tendenze individuali, le idiosincrasie, i talenti che avete o che non avete, le vostre capacità - tutto ciò che il pensiero ha costruito come 'me'. Cioè la struttura creata dal pensiero. Poi il pensiero dice: 'Io sono diverso dalla struttura'

Q: Non credo che tutti pensino di essere diversi dalla struttura.

K: Non lo so.

Q: Beh, io no.

K: Davvero? Non sto parlando a lei personalmente, signora ma chiedo: ciascuno di noi si rende conto che noi siamo la struttura e che questa non è separata da noi? Se ve ne rendete conto, se per voi è un fatto reale, allora c'è un'azione completamente diversa.

Q: Sta dicendo che la parte di noi fatta dal nostro credo è la nostra scorza esterna e che per crescere ed evolvere dobbiamo infrangerla?

K: No, no, no. Non sto dicendo nulla del genere. Sto solo dicendo, signore, non traducete quello che dico a modo vostro. Sapete, quando parlo in India, come purtroppo o per fortuna faccio, loro traducono quello che dico nel loro particolare linguaggio e molti linguaggi in India derivano dal Sanscrito e le parole che usano sono cariche di tradizione, di ogni genere di significati. Io li prego di non tradurre quello che dico ma di ascoltare semplicemente, ma è molto difficile perché immediatamente lo traducono. Traducendolo pensano di aver capito. Hanno capito il significato tradizionale per esempio della consapevolezza. Hanno una parola speciale sanscrita per questo, una parola carica di molte connotazioni. Perciò, vi prego, sto solo dicendo che finché c'è una differenza fra la struttura e l'osservatore, ci deve essere repressione, conflitto ci deve essere fuga, andare in India a scoprire come fare questo e quello, a meditare non certo a cucinare, ecc. ecc. ecc. Mentre, quando c'è la verità effettiva il fatto che l'osservatore è la cosa osservata, che la struttura sono io, che il me non è diverso da questa, allora c'è un'azione completamente diversa. E lì che voglio arrivare.

Q: Signore, se ce ne rendiamo conto e c'è una sorta di silenzio, come facciamo a rimanere così e a non tornare indietro?

K: Quando vedete un precipizio o un animale pericoloso non gli andate incontro, è tutto qui.

Q: A me sembra che questo processo di separazione sia un processo fondamentale di tutto il condizionamento che continua, e tutto quello che faccio per cercare di contrastare questo condizionamento sembra soltanto un'ulteriore parte di questo condizionamento.

K: Sì, signore.

Q: Come diamine faccio a risolverlo?

K: Io vi sto mostrando qualcosa, ma voi non ascoltate. Non che lei debba ascoltare, ma io sto indicando qualcosa. Quando dite: 'Io sono quel condizionamento, il condizionamento non è diverso da me' quando diventa una verità assoluta, irrevocabile, un fatto, allora da quel fatto nasce un'azione completamente diversa.

Q: E poi che succede?

K: Ah! E poi che succede - è proprio così. Prima lei non ci arriva, ma vuole che le dica che cosa succede. (risate) Voi non volete scalare la montagna, è difficile, bisogna che vi carichiate poco, è pericoloso, dovete legarvi, lo abbiamo provato, io l'ho fatto, in parte. E' pericoloso scalare le montagne. Quindi ci si va leggeri - giusto? Senza zaini pesanti e tutto il resto. Questo richiede che ci lavoriate, che osserviate. Ma purtroppo avvengono molte interruzioni. Ho visto alcuni di voi fare degli esercizi questa mattina, bene o male, questo è affar vostro, ma qui non dedicate nemmeno dieci minuti per scoprire. Scoprire che cosa avviene davvero quando l'osservatore della struttura è l'osservatore stesso - la struttura è l'osservatore. Allora vedrete che non c'è nessun conflitto. Giusto? Quando voi siete quello, che cosa potete fare? Seguite, signori? Non c'è conflitto e quindi c'è energia. Non approfondirò di più perché è troppo ... dove c'è energia, completa energia, c'è vuoto. Può bastare per oggi, vero? Magari potremo continuare giovedì. Siete d'accordo?

Q: Sì.

K: Bene.

***Prima Dialogo Pubblico di Brockwood Park - 1978***

***Martedì 29 Agosto 1978***

## *Si può imparare attraverso la relazione?*

Seconda Dialogo Pubblico di Brockwood Park - 1978

Giovedì 31 Agosto 1978

K: Di che cosa vogliamo parlare insieme questa mattina?

Q: Posso chiederle qualcosa dell'energia della coscienza? Le energie.

K: Vorrebbe parlare dell'energia della quale ha parlato?

Q: Dopo la discussione di martedì sento che c'è confusione sulla parola 'osservazione' in quanto quello che chiamiamo osservazione è in effetti un commento sul fatto, non è per niente osservazione.

K: Che cosa intende per osservazione. Di solito osserviamo dopo l'evento e non mentre questo avviene. È questo che intende signore?

Q: Sì.

K: Qualcun altro? Signora?

Q: Potrebbe parlare dell'imparare che cos'è imparare, e che cos'è la relazione? Ed è possibile imparare su se stessi attraverso la relazione?

K: È possibile imparare su di sé attraverso l'auto-osservazione.

Q: E la relazione con gli altri.

K: Si può imparare su di sé tramite la relazione con gli altri. È questa la domanda.

Q: Sì signore.

Q: Signore, potremmo parlare del vuoto, per favore?

K: Un momento.

Q: Lei ha detto che il silenzio è l'unico fatto. Vorrei che ne parlasse ancora.

K: Il silenzio è un fatto, potremmo parlarne, approfondire, vederne la profondità, il significato.

Q: Potrebbe parlare del vuoto, per favore?

K: Potremmo approfondire insieme, parlare di quello che ha detto a proposito del vuoto.

Q: Possiamo continuare sulla questione della registrazione se si debba registrare o no?

K: Oh. La questione della registrazione se si debba registrare o no. Forse lei non era qui l'altro giorno, signore. Penso che ne abbiamo discusso due giorni fa o il giorno prima e spero non le dispiaccia se non ne parliamo perché ne abbiamo parlato a fondo.

Q: Possiamo parlare dell'energia della violenza?

K: Parlare dell'energia della violenza.

Q: (... disordine)

K: Disordine. È possibile essere consapevoli di sé e allo stesso tempo osservare il proprio disordine?

Q: È possibile essere tutt'uno con la paura e allo stesso tempo osservarla?

K: Proprio così, signore.

Q: Non dovremmo sottoporci alla disciplina e non dovremmo sforzarci ma dovremmo lavorare su noi stessi. Non capisco come si possa lavorare su noi stessi senza sforzo e senza disciplina. Potrebbe chiarirlo meglio?

K: Potrebbe parlare dello sforzo e della disciplina e di come si possa osservare se stessi senza sforzo. Un momento, per favore: ci sono molte domande. Non so a chi stiate ponendo queste domande perché le stiamo ponendo a noi stessi cercando di trovare una soluzione, una risposta. Le domande sono queste: energia, è possibile imparare su di sé attraverso la relazione e anche che cosa si intende con la parola 'imparare' è possibile imparare su di sé attraverso la relazione e che cosa si intende per imparare. L'altra riguarda il vuoto, il silenzio. Penso di averle dette tutte.

Q: Violenza.

K: Quella signora chiede se sia possibile osservare se stessi in azione e quella signora diceva che lo sforzo e la disciplina sembrano procedere insieme e sembra che ci sia un modo diverso di osservare, di agire. Quale di queste domande prendiamo?

Q: Un'ultima domanda: lei dice che 'bisogna farlo'. Sembra una contraddizione.

K: Contraddizione. Lei dice che bisogna farlo, cioè, bisogna provarlo. Provatelo, provate quello che viene detto nella vostra vita, senza dipendere da qualcun altro. Di quale di queste domande vogliamo parlare?

Q: Imparare e relazione. (risate)

K: Imparare e se sia possibile imparare su di sé nella relazione. Di quale di queste domande vorreste parlare insieme?

Q: Energia.

Q: Silenzio e vuoto.

Q: Silenzio ed energia.

K: Silenzio, vuoto, relazione va bene, penso che possiamo considerarle insieme parlando della questione dell'imparare e se si possa imparare su di sé in qualsiasi tipo di relazione e forse, se approfondiamo per bene potremmo rispondere a diverse domande sull'energia, il silenzio, la disciplina e lo sforzo e se sia possibile osservare senza sforzo e disciplina e se sia possibile essere consapevoli nello momento in cui si agisce, consci. Va bene? E il silenzio, ecc. Possiamo riunire tutto questo nella domanda che è stata posta: che cos'è imparare, e si può imparare nella relazione? Possiamo parlarne, comprendendovi tutti gli altri fattori? Possiamo?

Q: Sì.

K: Va bene. Che cosa intendiamo per 'imparare'? Penso che sia una domanda molto importante se possiamo parlarne con calma e attenzione. Noi impariamo dai libri impariamo dai genitori, a scuola, all'università, ecc. e impariamo anche dall'esperienza. Impariamo da vari eventi e tutto questo diventa conoscenza, giusto? È abbastanza chiaro: noi raccogliamo informazioni, esperienza e molti eventi e avvenimenti che accadono nella nostra vita, e da tutto questo accumuliamo conoscenza e poi agiamo da quella conoscenza. Vero? Questo è un modo di imparare. Ma c'è un altro modo di imparare? Noi conosciamo il modo comune di



imparare. Esiste un altro modo di imparare? Perché il modo 'normale' di imparare quello che implica imparare nel solito modo è di accumulare conoscenza e poi agire secondo quella conoscenza e questo ci porta a diventare sempre più meccanici. Non so se seguite tutto questo. Posso continuare? Questo non è un mio discorso. Stiamo condividendo questa cosa insieme. Perciò, vi prego, io posso parlarne ma anche voi dovete unirvi all'indagine di ciò che intendiamo per imparare. Quindi la responsabilità è anche vostra, non solo mia che ne parlo. La comune e quotidiana forma di imparare è di accumulare tramite l'esperienza, gli eventi e gli avvenimenti e così via, un mucchio di conoscenza e quella conoscenza è sempre il passato. Non esiste conoscenza futura. Giusto? E se noi agiamo in base a quella conoscenza l'azione deve basarsi sul passato, sulla conoscenza e quella conoscenza può espandersi all'infinito o fino a un certo punto, ma sarà sempre limitata diventerà sempre una routine, meccanica. Così ci chiediamo se vi sia un altro modo di imparare. Imparare tramite l'accumulazione di conoscenza e agire secondo questo cumulo di conoscenza capite? - agire e acquisire conoscenza da quell'azione o aver acquisito conoscenza tramite varie forme, e agire. Seguite? Capite? Sono stato chiaro?

Q: Sì.

K: Cioè, io accumulo conoscenza: sulla scienza, sulla tecnologia, i dottori, ecc. la accumulo e poi, da quell'accumulazione, agisco. Oppure agisco e imparo da quell'azione. E avendo imparato moltissimo dall'azione, anche quella diventa conoscenza. Sono la stessa cosa, sostanzialmente: acquisire conoscenza e poi agire o agire e accumulare dall'azione, che diventa conoscenza. Quindi, sono essenzialmente la stessa cosa. Entrambi i casi tendono a diventare meccanici. Se questo è chiaro la domanda è: c'è un modo di imparare che non sia meccanicistico? Non so se vi interessa tutto questo. Per scoprirlo dobbiamo essere molto chiari che l'attività meccanicistica dell'accumulare conoscenza e tutto il suo movimento, deve essere molto molto chiaro in noi. Possiamo continuare? Vi prego, mentre ne parliamo insieme scoprite come imparate, se questo imparare diventa sempre più meccanicistico. Voi ascoltate me, chi vi parla, leggete, ascoltate i nastri, imparate accumulate conoscenza e poi dite: 'Bene, cercherò di metterlo in pratica'. E quindi quella pratica diventa meccanicistica. Ora ci chiediamo: esiste un movimento diverso che non sia meccanicistico? - che è ancora imparare ma non è conoscenza accumulata da cui si agisce. Giusto? È chiaro?

Q: Sì.

Q: Signore, parte di quel processo meccanicistico potrebbe essere un tentativo di distruggere la conoscenza che abbiamo accumulato.

K: Sì, che è ancora meccanicistico. Voi cercate di liberarvi della conoscenza passata che avete accumulato dicendo che non è il modo di imparare e allora imparate in un altro modo, ma accumulate comunque.

Q: Sì.

K: Questo processo di accumulo continua sempre. E allora chiediamo, vi prego: esiste un modo diverso di imparare che non sia accumulativo, che non sia meccanicistico, che non sia funzionare continuamente nel movimento del passato? Va bene? Cerchiamo di scoprirlo. Per favore indagate, mettete in questione, sfidate voi stessi e scopritelo. Abbiamo detto molto chiaramente che azione e conoscenza, o conoscenza e azione, sono essenzialmente uguali. Ora ci chiediamo: c'è un modo diverso di imparare? Non saltate a una conclusione non parlate di spontaneità o di intuizione. Non fatevi prendere dalle parole. C'è un modo di imparare che non sia meccanicistico?

Q: C'entra il silenzio?

K: Vede, lei sta saltando ... Non arrivi a ... È come sei lei non sapesse.

Q: Attraverso la sofferenza nella relazione.

K: Aspetti, signora, ci arriviamo. Stiamo partendo da un punto interrogativo, quindi voi non lo sapete. Perciò non dite che è il silenzio, questo o quello. Voi in effetti non lo sapete. Questo è il modo di scoprirlo come una lavagna pulita, non lo sapete, lo scoprirete. Siete sicuri di non saperlo? O fate finta di non saperlo? (risate) No, vi prego, vediamolo, sto parlando di noi, seriamente. Faccio finta di non saperlo o effettivamente non conosco un modo di imparare perché allora forse imparare ha un significato diverso un modo di imparare non meccanicistico - io non lo so! Devo essere terribilmente onesto con me stesso, e allora posso scoprirlo. Ma se dico: 'Non lo so, ma ho qualche idea in proposito', allora non state affatto indagando, Quindi, posso iniziare onestamente dicendo che davvero non lo so? Il che è abbastanza difficile perché quando non sapete voi cercate provate a scoprire se lo sapete. Capite la mia domanda? Dite di non saperlo ma c'è sempre il desiderio di scoprire, o vi aspettate che vi venga detto o proiettate qualche speranza nascosta che diventa un'idea e dite: 'Sì, comincio ad afferrarlo'. Quindi, se potete essere liberi da tutto questo e dite: 'Davvero non lo so' allora siete curiosi siete davvero curiosi, come un ragazzino o una ragazzina che impara per la prima volta. Avete capito? No, no, guardate che cosa è accaduto. Guardate voi stessi signori, non guardate me e nessun altro guardate voi stessi cioè, quando dite 'Davvero non lo so', che cosa accade? La vostra mente non pensa attivamente a come scoprirlo. Giusto? Ci stiamo incontrando su questo punto? Per esempio, quando dico che realmente non lo so, significa che non ho speranza di scoprirlo non ho nessuna conclusione, nessun motivo. Questo è molto importante, quando dico che non lo so implica che non ho nessun motivo di alcun genere. Perché un motivo indica una direzione e quindi l'ho perso. Quindi devo essere molto, molto chiaro e terribilmente onesto con me stesso nel dire che veramente non lo so. Aspetti signore, ascolti attentamente, io davvero non lo so, allora che cosa avviene nella mia mente?

Q: Niente.

K: Lo scopra, non risponda subito. Non ha forse interrotto la vecchia tradizione? Capisce? La vecchia tradizione meccanicistica. Quando dico che veramente non lo so sono uscito completamente da quel campo. Giusto?

Q: Però non credo che pensando di non sapere sia un nuovo modo di imparare. Tutto quello che si sa è che il conflitto causato dalla conoscenza meccanicistica è così - non si sa altro. E si può vedere che non sappiamo come superare questo conflitto.

K: No, non stiamo ancora parlando di conflitto, signore. Ci arriveremo fra un minuto. Stiamo dicendo: c'è un diverso processo di apprendimento? Se non lo sapete - io non lo so e dico veramente: 'Non lo so' - che cosa succede?

Q: La mia mente dice che se non lo sa è vuota.

K: Oh, per amor del cielo! Che gente sciocca!

Q: Perché è stupida? (risate)

K: Non ho detto stupida, ho detto sciocca. (risate) Perché non facciamo attenzione, lei ha detto che la mente è vuota, ma è vuota? Oppure è tremendamente libera da quel meccanicismo, è completamente sveglia perché è molto curiosa di scoprire. Vedete la differenza? La mente che dice 'Non lo so' aspettate, prendiamo un esempio. Voi sapete che cosa è Dio? Naturalmente avete qualche fede, dei dogmi ogni genere di condizionamento, ma in effetti non lo sapete. Potete inventare qualcosa, pensarci sopra, potete discuterne, o essere contrari, ma il fatto è che non lo sapete. Quindi iniziate col non sapere per poter scoprire.

Q: Signore, posso chiederle: quando viene a parlare, parte sempre col non sapere, inizia sempre dicendo che 'Io non so, cerchiamo di scoprirlo oggi, ora'.

K: Sì, è quello che sto dicendo ora.

Q: Lei fa così quando entra in questa tenda? È questo che fa? È completamente libero da quello che sapeva prima?

K: La prego, io non preparo i discorsi, non faccio nulla, semplicemente arrivo qui e 'vuoto il sacco'. (risate) Una volta preparavo i discorsi, scrivendoli per bene ecc. ecc., e un giorno qualcuno mi suggerì di buttare via tutte quelle note e di parlare. E così ho fatto, ho cominciato così.

Q: Ma non c'è differenza, vero? Non c'è molta differenza fra scrivere i discorsi su carta e averli scritti dentro di sé.

K: No, io non ...

Q: Non ha risposto alla domanda.

K: Lo sto facendo ora (ride). Prego - seguite? Quando dite che davvero non sapete avete fermato il processo meccanicistico di imparare, no? Quindi la vostra mente non è vuota è libera dal modo in cui funzionava e perciò ora si trova in uno stato di acuta attenzione sta imparando, in uno stato vivo, è libera. E allora che succede?

Q: C'è silenzio.

Q: C'è fame. (risate)

Q: La mente si annoia.

Q: Annoia?

K: Provateci, vi prego fatelo, provateci mentre ne parliamo fatelo, cercate di scoprirlo.

Q: C'è indagine.

K: Sì. Che cosa significa indagare? Indagare implica che siate liberi dai vostri pregiudizi dalle vostre ipotetiche conclusioni da qualsiasi opinione così che la mente è libera di muoversi. E allo stesso modo, se comprendete l'intera natura dell'acquisizione meccanicistica della conoscenza e se la mettete al suo giusto posto, ne siete liberi. E allora siete capaci di una completa attenzione, no? Quando c'è completa attenzione, si impara? No, vi prego, qui bisogna approfondire un po'. Forse sono un po' stupido questa mattina perciò perdonatemi se insisto su questa cosa ma forse ci torneremo sopra più tardi. La prossima domanda è: posso osservarmi attraverso la relazione? Posso conoscere me stesso, in modo fondamentale, basilare, in tutte le mie reazioni, le sfumature, le sottigliezze, nella relazione? Giusto? È questa la domanda. Quindi dobbiamo indagare che cosa intendiamo per 'relazione', la parola in sé. Essere in relazione, essere in contatto essere intimi, non fisicamente, non solo quello, ma avere una relazione allo stesso livello nello stesso momento, con la stessa intensità, allora c'è relazione. Giusto? C'è la relazione fra uomo e donna fra due amici, ragazzo e ragazza quando si incontrano non solo fisicamente ma molto di più cioè quando si incontrano allo stesso livello nello stesso momento, con la stessa intensità c'è vera relazione perché si incontrano allo stesso livello. Giusto? Questa si può chiamare una reale, vera relazione. Ora, la relazione con qualcuno si basa sulla memoria. Giusto? Lo accettereste? Sulle varie immagini e sulle conclusioni che mi sono fatto di voi e voi di me. Le varie immagini che ho di voi moglie, marito, ragazza, ragazzo o amico, ecc. Quindi c'è sempre una costruzione di immagini. Giusto? È semplice, è normale, avviene effettivamente così. Quando si è sposati o si vive con la ragazza o il ragazzo ogni avvenimento, ogni parola e azione crea un'immagine - no? Siamo chiari su questo? Non siate d'accordo con me, vi prego, Non sto cercando di convincervi di nulla ma lo potete vedere davvero da voi. Una parola viene registrata, se è piacevole fate le fusa è bello, se è spiacevole vi ritraete immediatamente e questo crea un'immagine. Il piacere crea un'immagine il ritrarsi crea un'immagine. Così la nostra vera relazione con gli altri è basata su su varie sottili forme di immagini e conclusioni. Vero? Ora io mi domando: quando è così, che cosa succede? L'uomo crea un'immagine di lei e

lei crea un'immagine di lui. Sia in ufficio, che nei campi, o dovunque questa relazione si basa sostanzialmente su delle immagini. Giusto? Questo è un fatto, no? Possiamo continuare da qui?

Q: Sì.

K: E allora che accade? Voi avete un'immagine di lei e lei di voi non importa il luogo, in ufficio in fabbrica, nei campi, in qualsiasi posto c'è continuamente questo costruire immagini. E quando c'è questa immagine da parte sua o vostra, c'è divisione e inizia tutto il conflitto. Giusto? Dove c'è divisione fra due immagini, ci deve essere conflitto. Giusto?

Q: Come mai l'immagine è diventata così importante per noi?

K: Ci arriveremo, signora prima vediamo passo per passo, non chieda perché. Avete un'immagine di vostro fratello, di vostra sorella di vostro marito o moglie, di vostro padre, o chiunque sia? Poi vedete che quando c'è questa immagine c'è sicuramente una divisione: l'ebreo e l'arabo, l'indù, il musulmano il cristiano, il comunista - seguite? è lo stesso fenomeno. Giusto? Quando è così ci deve per forza essere conflitto. Il marito, il ragazzo o la ragazza vanno al lavoro e lì hanno creato immagini di se stessi: la loro posizione, il loro valore, la loro competizione, e così via. Quando tornano a casa dicono: 'Come stai tesoro?' e di nuovo lui o lei hanno la propria e l'altrui immagine. E quindi c'è conflitto. È una legge fondamentale che dove c'è divisione fra le persone ci deve essere conflitto. Punto! Giusto? L'uomo può dire alla donna, o la donna può dire all'uomo 'Ti amo' ma può trattarsi semplicemente di amore sensuale amore sessuale, ma fondamentalmente non sono affatto in relazione. Possono portare un anello e abbracciarsi dormire nello stesso letto, vivere nella stessa casa, ma essenzialmente lui persegue le sue ambizioni la sua avidità e tutto il resto, e lei pure. Giusto? E così, di fatto, non si incontrano mai allo stesso livello nello stesso momento, con la stessa intensità. Non possono. Giusto? Lo vediamo? Non accettate le parole che dice chi vi parla, non serve. In realtà è così nella vita quotidiana. Possiamo dire l'uno all'altro 'Ti amo, sei così bella - sei questo e quello, tingiti un po' i capelli' (risate) sapete, tutto quel genere di cose. Ora, perché creiamo queste immagini? Perché create un'immagine della vostra ragazza, o moglie o marito, o ragazzo, perché?

Q: Penso sia per la sopravvivenza.

K: Sopravvivenza?

Q: Penso sia per paura. Perché non abbiamo guardato qualcosa che ci fa paura.

K: Lui dice che è per la sopravvivenza.

Q: Perché vogliamo salvaguardare l'ego. Non vogliamo intromissioni. Non vogliamo essere avvicinati troppo, per paura di perdere l'ego.

K: Oh! È così?

Q: Non lo so.

K: (ride) Prego?

Q: Perché non vediamo completamente il fatto.

K: Come posso vedere l'intero, se è questo che intende, tutta la bellezza della relazione l'intera natura dell'amore quando siamo sempre così preoccupati del nostro orrendo piccolo 'sé'?

Q: Non è forse perché stiamo sempre registrando?

K: No, signora, ne abbiamo già parlato dimentichiamo la registrazione. Guardi la cosa di nuovo. Perché ci creiamo un'immagine degli altri? Perché vi create un'immagine di chi vi parla? (ride)

Q: Per mancanza di attenzione.

K: Ci rifletta, signore. Perché create un'immagine della vostra ragazza di vostro marito, o ragazzo, perché?

Q: Per ricordare.

Q: Per dipendere.

Q: Perché ci aiuta.

K: Guardate, prima di rispondere. Vedete quello che fate, prima. Se posso gentilmente suggerire, guardate prima il fatto, non dite che è questo o quello. Guardate se è così.

Q: Vogliamo essere riconosciuti in qualche modo.

Q: Forse perché vorrei sapere che cosa accadrà domani.

K: Lo guardi signore. Siete sposati, avete una ragazza, un ragazzo, un marito. La costruzione di immagini continua. E io domando perché. Prendetevi un po' di tempo, vi prego. Voi non lo sapete, io non lo so, scopriamolo.

Q: È molto piacevole avere un'immagine. È possesso.

K: È così? È molto piacevole avere un'immagine?

Q: È molto gratificante.

K: È piacevole avere un'immagine? Vi prego - un'immagine?

Q: Immagine è una parola scorretta.

K: Va bene. Non usiamo la parola immagine - usiamone un'altra.

Q: Fantasia.

Q: Familiarità - diamo tutto per scontato siamo sempre preoccupati piuttosto che attenti.

K: Voglio scoprire perché creo un'immagine di mia moglie, se ce l'ho. È per abitudine? È per comodità? È un condizionamento antico? È per una tradizione tramandata dai geni ecc. ecc. che istintivamente costruisco un'immagine di te?

Q: È importante il perché?

K: Lo scopra. Io chiedo, è per questa tremenda abitudine in cui viviamo?

Q: No. È un'influenza.

K: Sì signore, includiamo pure l'influenza. Siamo così abituati a farci influenzare dall'ambiente e tutto il resto. Quindi dico che è l'abitudine, la tradizione che è stata tramandata, inconsciamente da una razza all'altra, di generazione in generazione? È qualcosa che ho accettato come il mio braccio come una gamba, fa parte di me?

Q: Signore, questo non risponde comunque alla domanda. Dice soltanto che abbiamo un'immagine ma perché l'abbiamo?

K: Ne stiamo parlando, signore.

Q: Per favore, seguite lui, non fate domande.

K: Come, signora? (risate)

Q: Penso che sia la continuazione del condizionamento che abbiamo ricevuto.

K: Fa parte del nostro condizionamento ereditato di padre in figlio, ecc. generazione dopo generazione. Quindi, cerchiamo di scoprire. Mettiamo insieme tutto questo: abitudine, tradizione immemorabile desiderio di vicinanza e tuttavia di distanza - tutto questo. È per questo che lo facciamo?

Q: Sicurezza.

K: Lo guardi, aspetti un secondo, la prego, un secondo. O è perché vogliamo essere sicuri della ragazza o del ragazzo, del marito, sicuri di lei? Sicuri di possederla, è mia e non tua. Coinvolge tutto questo. Il desiderio di certezza - è mia moglie, la mia ragazza il mio ragazzo, mio marito, sono sicuro. Cioè, questo mi dà una certezza nella mia relazione con qualcuno. Io conosco mia moglie - che affermazione assurda! Mi dà la sensazione di possedere qualcosa e sono sicuro di quel possesso. Abitudine, tradizione, migliaia, milioni di anni di tradizione trasmessa di generazione in generazione. Il desiderio di possedere di essere dominati il piacere di essere posseduti e di essere dominati uno stato nevrotico e il desiderio di essere sicuri: è la mia casa, il mio tavolo, la mia penna, mia moglie. Vero? Che cosa dite di tutto questo?

Q: Dovremmo essere liberi da tutto questo.

K: Dovremmo o siamo?

Q: Dovremmo esserlo.

K: Oh! Dovrei essere in cima all'Himalaya, ma non lo sono!

Q: Come posso riconoscerlo?

K: Come possiamo parlarne insieme se non ci muoviamo nella stessa direzione! Vi prego! Il 'dovrebbe' non esiste 'ciò che è' è l'unico fatto.

Q: È possibile non accettare questo stato ...

K: Perché dovrei? Vede, io non posso

Q: ... comprendendolo?

K: No, signora, lo stiamo facendo. Lo stiamo facendo passo per passo, parlandone. Sono certo del mio nome, sono certo della mia forma, della forma fisica, sono certo di essere un meccanico specializzato o uno scienziato, un professore, - ne sono certo, è la mia professione la mia carriera come militare, o marinaio, o dottore è la mia carriera, e io ne sono sicuro. E così voglio essere sicuro nella mia relazione - no? E quando questa certezza viene scossa cominciano i guai - si finisce per divorziare o separarsi, o come preferite dirlo. I fattori sono questi. Creiamo queste immagini per sentirci sicuri, certi di possedere, e in quel possesso sentiamo il potere, il piacere, la forza di quel possesso. C'è questa eredità di mille, milioni di anni, o un milione di anni del desiderio umano di tenersi qualcuno e di non lasciarlo andare, ecc. ecc. Sono questi i fattori della vita quotidiana - no?

Q: Questo implica qualcosa di fisso, no?

K: Sì signore.

Q: Noi ne facciamo uso

K: Proprio così. Voglio essere sicuro. Voglio essere sicuro che quando torno dall'ufficio lei ci sia. E quando lei torna dall'ufficio vuole essere certa che io sbuchi fuori! (risate) È questo il gioco che abbiamo fatto



all'infinito, in modi diversi.

Q: Perché abbiamo bisogno di certezza?

K: Ne parleremo, andiamo piano signore.

Q: Ho paura di perdere il controllo.

K: Ha paura di perdere il controllo su di lei? Spero che sua moglie sia qui! (risate)

Q: (...)

K: Ascolti signore, stiamo parlando di cose tremendamente serie. Se sia possibile, sapendo che questi sono fatti, non immaginazioni, non idee non sono conclusioni a cui siete arrivati perché io ne ho parlato, sono fatti quotidiani. Ora la questione è che in tutto questo non c'è nessuna possibilità di relazione: Potete dormire assieme, potete tenervi per mano fare ogni genere di cose insieme ma in realtà non c'è nessuna relazione. Questo è un fatto. E noi non vogliamo riconoscerlo. Perché quando lo riconoscete cominciano i dubbi siete timorosi, nervosi, e tutto comincia. Ora, vi prego, ascoltate soltanto. Posso imparare su di me nella mia relazione con qualcuno? È questa la domanda da cui siamo partiti, la domanda che è stata posta. In quella relazione posso osservare le mie reazioni. Giusto? Mi piace, non mi piace. Lei ha detto una parola cattiva, lui è stato così carino, ecc. posso osservare le mie reazioni. Le mie reazioni sono io, non è così? Non sono separate da me sono risposte sensoriali, nervose, psicologiche. Giusto? Imparo moltissimo su di me mentre osservo, ho visto infinite volte quello che faccio quello che ho fatto, che sto facendo e che farò domani se continuo con questo comportamento meccanicistico. Giusto? Poi arriva la morte e dite: 'Cara, ti devo lasciare' Lei si sente terribilmente sola, triste, infelice, piange si rende improvvisamente conto di essere sola, o è lui che rimane solo. E non ce la fa a sopportarlo, esce a divertirsi, oppure cerca un'altra donna, o ragazzo, o quello che sia, oppure diventa tremendamente religioso. (risate) Che razza di gioco facciamo fra di noi, eh!? Vero signori? Così io vedo che si tratta di un fatto. Ho imparato moltissimo su di me nella mia relazione con qualcuno. E allora sorge la domanda: questa costruzione di immagini può finire? Capite la mia domanda? Può questa forza del passato questo tremendo impeto con il suo enorme volume come un fiume con un grande volume d'acqua che scorre può tutta questa tradizione di formare immagini e il desiderio di tutto questo, può finire senza un solo conflitto? Capite la mia domanda? Vi interessa?

Q: Sì.

K: Che cosa siete disposti a pagare? (risate) È tutto quello che potete fare. Pagando qualcosa pensate di ottenerla. Ora, come può questo meccanismo di formare immagini e non solo quello, ma il desiderio di sicurezza, la tradizione, l'intera struttura, può finire? Giusto? Vi state facendo questa domanda? O la sto ponendo io passandola a voi? Se vi fate questa domanda dite: 'Non lo so, cercherò di scoprirlo' ? Oppure vi state già sforzando di scoprirlo? Come può finire questo costruire immagini? Che significa la fine della registrazione non registrare una sola parola detta da lei o da lui il sarcasmo, l'insulto, l'assillo tutto questo, non registrare affatto. È possibile? Capite la mia domanda? Per favore non mettetevi a dormire vi sto facendo una domanda alla quale dovete rispondere.

Q: No, non è possibile. Non credo sia possibile.

K: La signora dice che non è possibile e quindi ha chiuso la porta.

Q: No, non ho chiuso la porta, ma credo sia impossibile.

K: Ah, quando dice che è impossibile che non è possibile o possibile, lei ha chiuso la porta. Se qualcuno dice: 'Non posso farlo' - è finita. Io sono sicuro che ciascuno di noi può farlo. Ne sono sicuro, chiaro, se ci mettete il cuore e la mente. Quando la moglie o la ragazza, l'uomo o il marito vi dice: 'Mi sembri un po' stupido stamattina' dovete registrarlo? Reagite a quelle parole, al suo umore, e guardate le vostre reazioni alle parole

e al suo umore. Seguite? Potete vedere tutto istantaneamente? Oppure vi dice: 'Sei molto carina stamattina' e voi... seguite? Rifletteteci signori. Non registrare affatto. È possibile? Vi prego, stiamo parlando dell'imparare su noi stessi nella relazione. E vediamo perché creiamo queste immagini, ecc. e quindi non c'è affatto una vera relazione. Ci può essere una relazione fisica. Ma psicologicamente siete completamente divisi, è ovvio. Come potete essere in relazione con qualcuno se siete ambiziosi? Non potete. O competitivi, questo o quello. Così avete imparato moltissimo indagando nella relazione. E adesso siete arrivati al punto di dire che è possibile ascoltare una parola senza chiudersi, ascoltare la parola e vederne il significato il contenuto di quella parola l'espressione del viso dell'uomo o della donna che parla e la vostra reazione a tutto questo, potete esserne consapevoli?

Q: Signore, sembra che ci troviamo continuamente nella difficoltà di dire che non lo so. Potremmo parlarne, forse è il meccanismo che costruisce le immagini che non vuole dire 'non so'. Non gli piace l'idea di dirlo.

K: No, non continuate a ripetere 'non lo so', se no siete bloccati.

Q: Sì.

K: Siamo partiti dicendo che noi creiamo queste immagini e perché le creiamo è piuttosto chiaro. E poi ci siamo chiesti: si può smettere di costruire immagini? A questo punto posso dire che 'non lo so'. Giusto? Perché quando dite così la mente è tremendamente vigile.

Q: Quello che conta è la fine delle immagini.

K: Sì. Vi interessa scoprire se la costruzione di immagini può finire. E se dite che è o non è possibile, siete bloccati. Ma quando dite 'Non lo so, ma mi sto muovendo'. Quando dico 'non lo so', non sono statico. Mi muovo, sono tremendamente attivo e pieno di energia per scoprirlo. Non vi sto trasmettendo la mia energia, lo state facendo voi, vi prego. Questo è un pericolo. Allora, è possibile? Cioè, ascoltare e non registrare.

Q: A volte siamo paralizzati.

K: No, non c'è nessuna paralisi, signora. Non può paralizzarsi quando la sua relazione con qualcuno è così tremendamente importante. Tutta la vita è relazione. Non solo fra te e me, non solo tu e io, è un problema globale. Dobbiamo considerarlo globalmente, non solo 'Oh, io amo mia moglie!' - seguite? tu e io è una faccenda talmente piccola! Quando comprendete la questione globale allora comprendete anche quella piccola. Ma se cominciate dalla piccola questione non comprenderete quella globale, globale nel senso della sua enormità. Riguarda ciascun essere umano, dovunque si trovi. E allora posso ascoltare le parole, vedere l'espressione, il gesto, il disprezzo l'arroganza ecc. sulla faccia dell'altro e ascoltare senza nessuna reazione? E adesso dovremo scoprire che cosa intendiamo per ascoltare, Vi interessa? Possiamo continuare? No, vi prego, io posso continuare, vedete ho dedicato la mia vita a queste cose da quando avevo 15 anni. Giusto? Vi prego, dedicateci almeno un'ora. Posso ascoltare? Che cosa significa ascoltare? Ascoltate mai veramente? State ascoltando ora? Vi prego, lo capite? State ascoltando quello che dico? No, non ne sono sicuro. Oppure ascoltate una conclusione che vi siete fatti su di voi? Oppure, ascoltando siete già arrivati a una conclusione? Oppure ascoltando vi siete fatti un'idea e poi inseguite quell'idea? Così non state effettivamente ascoltando. Stiamo ascoltando ora? Questo significa che ascoltate senza un solo movimento di pensiero perché la cosa vi interessa tremendamente. Altrimenti ... non ascolterete. Se siete profondamente interessati a queste cose allora ascolterete istintivamente, naturalmente. Allora, state ascoltando dalla vostra esperienza, state ascoltando le parole e non il loro contenuto oppure fate un'astrazione di quello che sentite ne fate un'idea e dite 'Sì, ho capito' ? Se ascoltate senza alcun movimento nessun movimento del pensiero, nessuna intenzione, ascoltate soltanto. Se è così per favore ascoltate bene quello che dico se potete ascoltare così, quando il ragazzo o la ragazza o la moglie, potete ascoltarli nello stesso modo? Capite la mia domanda? Avete finito. È talmente semplice se ne afferrate la semplicità. Ma intellettualmente facciamo una tale confusione di tutto! Quindi, se c'è l'atto di ascoltare non c'è nessuna registrazione. L'altro giorno, dopo uno

dei discorsi un uomo è venuto a dirmi 'Che meraviglioso discorso ha fatto. Oh, è stato eccezionale. Sento di aver capito tutto'. Io l'ho ascoltato molto attentamente. Me lo hanno detto per 50 anni se avessi continuato a registrare che 'è meraviglioso' sarei diventato matto! (risate) Allora, potete scoprirlo? Ascoltare qualcuno che dice cose orribili o piacevoli, così completamente che non c'è registrazione. Cioè, potete essere così attenti al momento in cui le parole vengono dette che non vi è centro che registri? Capite la mia domanda? Siete mai stati attenti? Attenti nel senso di dare tutta l'attenzione tutta l'energia, il vostro cuore, la mente, tutto quello che avete. Quando lo fate, non c'è nessun 'me' da cui essere attenti, c'è solo attenzione. Giusto? In quell'attenzione non c'è registrazione. Soltanto quando c'è disattenzione c'è un centro che registra. Ci siete? Avete capito?

Q: Non c'è distrazione.

K: No. Signore, non esiste una cosa come la distrazione. Vi prego di comprenderlo. Non esiste la distrazione. Volete stare attenti e siete distratti, come solitamente succede. Che significa? Che non state facendo attenzione e quindi non c'è distrazione. Vi rendete conto che non siete attenti e quindi c'è distrazione. Quando siete consapevoli di essere disattenti siete già attenti. Coglietelo, signori! Non c'è bisogno di sforzarsi. È possibile non registrare affatto quando la moglie dice qualcosa di bello o di brutto o un amico, il ragazzo o la ragazza, o qualcuno in ufficio, al lavoro. Potete vivere così? Non solo per un giorno o per pochi minuti potete vivere l'intera vita così?

Q: Indipendentemente dall'età.

K: Indipendente dalla mia età o dalla sua? (risate) Non capisco.

Q: Mi scusi signore. Quando sono attento come lei dice la mia attenzione si limita alla cosa a cui faccio attenzione?

K: No.

Q: O con cui mi identifico.

K: No. L'attenzione è attenzione, non si limita a questo o quello. Sono attento. C'è attenzione. Non tensione. (risate) Quando siete attenti non c'è tensione. Ora, aspetti un momento, un momento, guardate: la domanda riguardava l'imparare e se sia possibile imparare su di sé tramite la relazione. L'abbiamo trattata un passo per volta, in modo logico, razionale, sano. Ora, un momento, ascoltate. Ne abbiamo parlato molto attentamente, nei dettagli. Ora, potete osservare tutta la cosa nel suo insieme senza frantumarla in piccoli pezzi? Capite la mia domanda? Potete avere la percezione dell'interezza della struttura? L'abbiamo trattata poco a poco, pezzo per pezzo. Questo per me personalmente non significa nulla, perché ... ma se catturate tutto l'insieme allora potete lavorare nei dettagli. Ma dai dettagli non potete lavorare sull'intero. Ora, dopo un'ora e venti, o dieci minuti o un quarto - potete osservare l'intero fenomeno del registrare, dell'imparare, e della relazione, come un tutt'uno? Per tutt'uno intendo che vi sia un profondo insight nel tutto istantaneamente. Vedete, non ci siamo abituati. Passiamo sempre da una cosa all'altra da un frammento all'altro da un pezzo all'altro per costruire gradualmente l'intero. Pensiamo di aver costruito l'intero. Ma l'intero non è questo. L'intero è la percezione di tutta la struttura e oltre. E allora possiamo essere terribilmente logici.

Q: Oltre la struttura, ha detto.

K: Oh, certamente. La struttura è molto, molto fragile.

Q: L'attenzione include la struttura e va al di là della struttura?

K: Sì, signore, quando siamo attenti, non esiste struttura. Capite? Voi non l'afferrate. Quando siete completamente attenti, non c'è nessuna struttura. Giusto? Quell'attenzione incontra la persona allo stesso

livello nello stesso momento, con la stessa intensità l'altro magari no, ma non importa, è irrilevante. La vostra mente è completamente in contatto. Poi cominciano le obiezioni dell'altra persona che dice 'Tu sei insensibile, sei questo, sei quello' e via. Voi non siete la causa - capite? Mi domando se lo vedete!

Q: Che cos'è essere attenti?

K: L'ho spiegato, signora. Non siete attenti a qualcosa, su qualcosa, o per qualcosa, siete semplicemente attenti.

Q: Ma chi, che cosa è attento?

K: Non siete voi ad essere attenti, ve l'ho spiegato. C'è soltanto attenzione.

Q: E non c'è un altro 'io' lì?

K: No, no, prego. Sta andando fuori strada. Allora, dopo un'ora e un quarto, siamo liberi dalle immagini? Se non lo siete non avete ascoltato e nessuno può costringervi ad ascoltare. Dipende da voi. Se volete tenervi le vostre attuali relazioni con gli altri e con l'umanità, globalmente così, è affar vostro, ma se volete scoprire un modo di vivere completamente diverso dipende ancora da voi, ma dovete ascoltare tutto in voi stessi e negli altri, - seguite? Penso che basti per oggi, no?

Q: Signore, non vedo come la struttura possa sparire mi spiace, non lo capisco. Come può sparire la struttura quando sono attento ad essa? Che cosa fa ...

K: Signore, glielo dico. La struttura esiste con tutto quello che intendiamo per struttura cioè, il desiderio di sicurezza le abitudini, secoli di tradizione e così via tutto questo è la struttura, il quadro, l'immagine che abbiamo costruito di qualcun altro. Quando siamo completamente attenti non c'è nessuna struttura e perciò siete lì senza struttura siete al di là di tutto, al di là della costruzione dell'immagine. Provate a farlo, solo per divertimento. La prossima volta che vostra moglie, marito, ragazza o ragazzo dice qualcosa di bello o di brutto, guardatelo solo per quel secondo, guardatelo siate attenti per quel solo momento e poi vedrete se state registrando o no. Vedete, è questo che intendo, scopritelo, provateci altrimenti non lo saprete mai. È tutto.

Q: A me sembra che ci sia contraddizione come possiamo osservarlo ed essere al contempo tutt'uno? Per amor del cielo, lo spieghi.

K: Non capisco, signore.

Q: Come possiamo essere la paura e allo stesso tempo guardarla?

K: No, stiamo dicendo un'altra cosa, signore. Sto dicendo che voi avete ascoltato per un'ora giusto? - un'ora e un quarto. Vi siete resi conto, avete compreso il modo meccanicistico di imparare e un modo diverso, giusto? E anche se sia possibile imparare su di sé nella relazione. Lo abbiamo approfondito più o meno. Ora vi chiedo: potete essere consapevoli dell'intera struttura prima? Giusto? Esserne consapevoli come lo siete del colore del vestito che indossa la persona accanto a voi. Poi essere consapevoli che ne siete separati il che è assurdo, perciò in quella consapevolezza vi rendete conto che non c'è divisione - giusto? - vado avanti. Giusto? E così, in quella consapevolezza in cui non c'è divisione comincia ad esserci un senso di grande attenzione. In quell'attenzione che non è vostra o di qualcuno, è solo attenzione. In quell'attenzione l'intera struttura non esiste e così quando vostra moglie o ragazza, o ragazzo vi dice qualcosa siate attenti a quel momento e vedete che cosa succede.

***Giovedì 31 Agosto 1978***

