

## Jiddu Krishnamurti

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

*From the series:*

### ***Brockwood Park - 1978***

---

***Sabato 2 Settembre 1978***

#### ***Terza Discorsi di Brockwood Park - 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 prigione, 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, capire? 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' capire? 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 capire? 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 tenervelo 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 immemorabili, 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?