

# Jiddu Krishnamurti

## Cos'è una mente sana?

*From the series:*

### *La natura della mente*

---

*Domenica 18 Aprile 1982*

*Quarta conversazione con il dottor Bohm, Hidley & Sheldrake, Ojai, California*

K: Che cos'è l'analisi? E che cos'è l'osservazione? Nell'analisi ci sono l'analista e l'analizzato. E quindi viene sempre mantenuta una differenza. Dove c'è differenza ci deve essere conflitto, divisione e questo è uno dei fattori più distruttivi per la libertà psicologica, questo conflitto, questa divisione. E l'analisi mantiene questa divisione. Mentre, se si osserva da vicino - non la sto correggendo, signore, sto solo indagando - colui che analizza è la cosa analizzata. Sempre lo stesso problema: il pensiero ha diviso l'analizzatore dall'analizzato. L'analista è il passato, che ha acquisito un sacco di conoscenza, e informazioni, che si è separato e cerca di correggere ciò che osserva, che analizza, adattandolo, agendo su di esso. Ma l'analizzatore è l'analizzato. Penso che se lo si comprende davvero in profondità, il conflitto psicologico finisce, perché così non c'è nessuna divisione fra l'analizzatore e l'analizzato, c'è solo osservazione. Con il Dr. Bohm ne abbiamo discusso parecchio l'anno scorso. Quindi, se questo è chiaro - non sto ponendo una legge, sto soltanto ... come ho potuto osservare, come si può osservare tutta questa faccenda del conflitto se sia possibile vivere tutta una vita senza conflitto. Il che significa che non c'è nessun controllore, e questa è una questione molto pericolosa. Penso che dove c'è disattenzione, mancanza di attenzione, sta tutto il processo del conflitto.

S: Sì, posso capirlo se entrambe le parti lo vedono chiaramente...

K: Sì. Significa che danno intelligenza all'intero problema.

S: Che succede se solo una delle parti lo vede con la massima chiarezza?

K: Che succede? Uno dei due dà completa attenzione nella relazione fra uomo e donna; cominciamo da questo. Lei dà completa attenzione. Quando sua moglie la offende o la lusinga, quando la maltratta, o quando è attaccata a lei, si tratta di mancanza di attenzione. Se lei è completamente attento, e sua moglie no, allora che accade? E' lo stesso problema. O cerca di spiegare, giorno dopo giorno, parlandone pazientemente con lei. Dopo tutto, l'attenzione implica anche molta cura, affetto, amore. Non è soltanto attenzione mentale. E' attenzione con tutto il proprio essere. Allora, o sua moglie comincia a capire, venendo dalla sua parte, per

così dire, oppure insiste nel suo stato divisivo e contraddittorio. Quindi, che accade? Uno è stupido, l'altro è intelligente.

S: Ma il conflitto...

K: C'è sempre una lotta fra lo stupido e l'ignorante. Cioè, fra l'ignorante, lo stupido, e l'intelligente.

H: Quello che sembra accadere in questa situazione è che l'intelligenza dell'uno fa spazio, nel quale l'altra persona, presa da qualche attaccamento, può avere la libertà di vedere.

K: Ma se l'altro rifiuta di guardare, allora qual è la relazione fra i due?

H: Non c'è.

K: Esattamente. Voi vedete che il tribalismo è mortale, distruttivo. Lo vedete in maniera fondamentale, e io no. Voi magari lo avete visto immediatamente, e io ci metto molti anni per arrivarci. Riuscirete ad avere... - non voglio usare la parola pazienza - riuscirete ad avere la cura, l'affetto, l'amore, per poter comprendere la mia stupidità? Potrei ribellarmi contro di voi. Potrei divorziare. Potrei andarmene via. Ma voi avete piantato un seme dentro di me. Succede davvero nella vita, no?

S: Sì.

H: Lei ha detto qualcosa che mi interessa, ha detto che si può vedere immediatamente mentre l'altro ci impiega molto tempo per vederlo. Sembra che in questa attenzione di cui parla la percezione sia immediata.

K: Certamente.

H: Non deriva forse da...

K: Oh, no, allora non è percezione.

H: Potrebbe essere un motivo per cui l'altra persona ha difficoltà a vedere, perché ne vuole una prova.

K: Lei vede che il condizionamento è distruttivo, e io no.

H: Sì.

K: Che relazione c'è fra noi due? E' molto difficile comunicare fra di noi...

H: Sì.

K: ...verbalmente, con cura, è molto difficile, perché...

H: Lei non capirà di cosa parlo.

K: No, e inoltre io faccio resistenza continuamente, mi difendo.

H: Difende quello che pensa di vedere.

K: Ciò che penso sia giusto. Mi hanno cresciuto come un indù, o inglese, tedesco o russo, o quel che sia, e vedo il pericolo di lasciar andare. Potrei perdere il mio lavoro. La gente potrebbe dire che sono strano. Potrebbe dire che dipendo dall'opinione altrui, e ho paura di lasciar andare. Così vi rimango legato. E allora, qual è la sua relazione con me? C'è una relazione?

H: No.

K: No, io dubito che lei non sia in relazione.

H: Posso dirle che cosa vedo io.

K: Sì. Ma se lei sente amore per me, veramente, non solo attaccamento, sesso e tutte quelle faccende, se veramente mi vuole bene, lei non può perdere quella relazione. Io potrei andarmene, ma lei ha il senso della relazione. Non so se riesco a comunicare cosa intendo.

H: In altre parole, non è solo che io vedo e lei no, e se lei non ascolta, peggio per lei.

K: No, ma, signore, lei ha instaurato un tipo di relazione, magari molto profonda, e c'è amore. Io posso respingerla, ma lei ha la responsabilità dell'amore. Non soltanto per quella persona particolare ma per l'intera umanità. Che cosa ne dice, signore?

B: Non potrei dire molto di più. Penso che la cura e l'attenzione siano il punto essenziale. E, per esempio, riguardo l'osservatore e l'osservato, l'analizzatore e l'analizzato, il motivo per cui avviene la separazione è perché non c'è stata sufficiente attenzione.

K: Attenzione, esattamente.

B: Bisogna avere lo stesso atteggiamento anche guardando i propri problemi psicologici.

H: Un atteggiamento di cura?

B: Cura e attenzione verso ciò che accade. Si comincia ad analizzare per abitudine, arrivando a condannare, per esempio, e questo non è il giusto atteggiamento. Ci vuole cura e attenzione esattamente a ciò che avviene, proprio come nei rapporti con le persone. E' perché non c'era attenzione o il giusto tipo di attenzione, che è nata quella divisione e si è mantenuta, giusto?

S: Forse è possibile avere questo tipo di attenzione verso le persone che conosciamo: mogli, figli, amici, ecc. ma con le persone che non conosciamo? Molti di noi non hanno mai incontrato un russo, per esempio, ma hanno molta paura della Russia e delle sue armi nucleari, della minaccia russa, e tutto il resto. E' molto facile pensare che dobbiamo avere anche noi le bombe, perché i russi sono terribili. Pensiamo tutto questo dei russi senza averli mai incontrati. Come possiamo avere attenzione per i nemici, o immaginarli, se non li conosciamo?

K: Che cos'è un nemico? Esiste questa cosa chiamata nemico?

S: Esistono nemici nel senso che ci sono persone che...

K: ...che non sono d'accordo con lei.

S: Non solo questo...

K: Che hanno ideali precisi, differenze ideologiche.

S: In genere sono persone che hanno paura di noi, i russi hanno paura di noi e noi di loro, e siccome hanno paura di noi, sono nella condizione di essere nostri nemici.

K: Perché pensiamo ancora in termini di tribalismo.

S: Sì, certo.

K: Supponiamo che lei e io ne siamo fuori. Io sono russo, lei è inglese o tedesco o francese. Io disdegno ogni senso di tribalismo. Qual è quindi la mia relazione con lei?

H: Ma, noi...

K: Non sono russo.

S: No.

K: Sono un essere umano con tutti i miei problemi psicologici, e lei è un altro essere umano con tutti i suoi problemi psicologici. Siamo esseri umani, non etichette.

B: Naturalmente, ma i russi potrebbero rifiutarlo. Supponiamo che questa sia la situazione.

K: Noi siamo così.

B: ...e che i russi la rifiutino. Allora ... qual è il passo da fare, giusto?

K: E allora che cosa faremo? Vede, io rappresento tutta l'umanità. Io sono l'umanità. Io sento così. Per me è un fatto reale, non solo un'esplosione emotiva, un'idea romantica. Io sento di essere l'umanità, io sono umanità. Perché io soffro, gioisco, vivo ogni sorta di torture, e lo stesso fa lei, e lei. Quindi, voi siete il resto dell'umanità. E quindi avete una terribile responsabilità in questo. Così, quando incontrate un russo, un tedesco, un inglese o un argentino, lo trattate da essere umano, non come un'etichetta.

S: Questo significa che in questa società tribale, con i governi, le bombe, le armi da guerra, ci saranno solo pochi individui sparpagliati qui e là, che hanno dissolto il tribalismo in se stessi?

K: Sì. Se cento di noi nel mondo avessero davvero un atteggiamento non tribale verso la vita, agiremmo come un ... non so - come una luce in mezzo al buio. Ma non lo facciamo. Diventa soltanto un'idea romantica, idealistica, e la si abbandona, perché ciascuno va per conto suo.

S: Sì.

K: Signore, penso che dovremmo distinguere fra attenzione e concentrazione. Concentrazione è focalizzare l'energia su un certo punto. E l'attenzione non si focalizza su un dato punto. E' attenzione.

H: La concentrazione sembra avere uno scopo.

K: Uno scopo, un motivo. E' un processo restrittivo. Mi concentro su una pagina, ma penso ... Guardo fuori dalla finestra, e poi ritorno, a occuparmi della pagina. Mentre, se do completa attenzione a quello che vedo fuori dalla finestra - alla lucertola che corre sul muro - con la stessa attenzione guardo il libro, guardo quello che sto facendo.

H: La concentrazione presuppone un controllore che mi riporta indietro.

K: Proprio così.

S: Ma allora, se non c'è controllore nell'attenzione, è semplicemente una risposta alle attuali circostanze.

K: Lei mi insulta - io sono attento. Non c'è nessuna registrazione dell'insulto.

B: Sì.

K: Lei mi lusinga - che bel discorso ha fatto l'altro giorno. L'ho sentito ripetere spesso. Sono stufo ... - non solo stufo - lo vedo, cos'è? Mi segue? E' possibile - veramente questa è una faccenda molto difficile - è possibile non registrare se non quando è necessario? E' necessario quando si guida. Devo imparare come si guida. Registro quando svolgo i miei affari, e così via. Ma, psicologicamente, che bisogno c'è di registrare?

S: Ma non è inevitabile? La memoria non funziona automaticamente?

K: La memoria è piuttosto selettiva.

H: Sembra che ricordiamo ciò che è importante per noi...

S: Sì.

H: ...cose connesse con ciò che pensiamo di essere e con i nostri scopi.

B: Ma mi sembra che quando c'è attenzione questa determini che cosa registrare e che cosa no, quindi non è più automatica.

K: Non è più automatica.

B: Se viene dal passato, dalla concentrazione o dall'analisi, allora è automatica.

K: Un altro problema di cui dovremmo parlare - come dicevamo ieri - è la religione, la meditazione, e se vi sia qualcosa di sacro. Abbiamo detto che ne avremmo parlato. C'è qualcosa di sacro nella vita? Non che il pensiero crea qualcosa di sacro e poi lo venera, il che è assurdo. Tutti quei simboli nei templi indiani, sono immagini, come quelle nelle chiese cristiane, o quelle nelle moschee musulmane, tutte quelle bellissime scritte, è lo stesso. E poi si venerano.

H: E' idolatria.

K: No. Il pensiero le ha create. Il pensiero ha creato l'immagine e poi la venera. Non so se riuscite a vederne l'assurdità.

H: Sì.

S: E' evidentemente assurdo, ma i membri più raffinati di diverse religioni direbbero che non è l'immagine creata dal pensiero che viene venerata, l'immagine rappresenta qualcosa oltre il pensiero, ed è quello che si venera.

K: Aspetti, vediamo. Cioè, il simbolo, sappiamo che il simbolo non è il reale, ma perché creiamo il simbolo? Mi dica. Se c'è qualcosa al di là, perché creiamo un intermediario?

S: Penso che sia una questione centrale in certe religioni. Gli ebrei erano contrari all'idolatria per questa ragione, e i musulmani, che non hanno immagini nelle moschee.

K: Ma hanno le scritture.

S: Sì, hanno le scritture.

K: Naturalmente.

S: Pensano che le scritture dicano loro quello che sta oltre tutti i simboli.

K: Sì.

S: Potremmo dire che le scritture diventano un simbolo, ma si tratta di parole, che ci possono aiutare. Noi stiamo dialogando, e le nostre parole, le sue parole potrebbero aiutarmi, per esempio, se fossero scritte diventerebbero delle parole scritte, come quelle musulmane.

K: Quindi, perché mai dovrei avere un intermediario?

H: Perché io sono qui, lui è là, io non ce l'ho. Ho bisogno di un modo per arrivarci.

K: No, non sta rispondendo alla mia domanda. E' forse che lei, l'intermediario, ha capito o realizzato o seguito la verità, o quello che sia, e quindi me ne parla?

H: Potrei aver visto qualcosa e voglio parlargliene.

K: Sì, me ne parli, ma perché si pone come interprete? Perché diventa l'intermediario fra ciò - non so che cosa sia - e me, che sono ignorante, che soffro? Perché non affronta la mia sofferenza invece di quello?

H: Io penso che quello affronterà la sua sofferenza. Se io la portassi ...

K: Questo è il vecchio trucco di tutti i preti del mondo. Abbiamo avuto preti da tempi immemorabili, giusto?

H: Sì.

K: Ma non hanno risolto il mio dolore. Dopo milioni di anni io soffro ancora. Per che cosa? Mi aiuti ad uscirne. Mi aiuti ad essere libero, senza paura, allora potrò scoprire. E' forse che voi volete una posizione di potere, uno status, come il resto del mondo. Questa è una cosa molto seria.

B: Se proviamo a concedere ai preti un'interpretazione più favorevole, potrebbero aver pensato, almeno i migliori fra loro, a una specie di linguaggio poetico che la gente può usare per indicare qualcosa al di là - giusto? - in una comunicazione, cercano di indicare quel sacro di cui stiamo parlando. Forse loro la vedrebbero così. Lei direbbe che non ha senso ricorrere a queste immagini poetiche per indicare il sacro?

K: Ma, scusi, perché non mi aiuta a vedere quello che mi succede?

B: Sì, questo è il punto, non indicarmi subito il sacro, guarda prima questo.

K: Mi aiuti ad essere libero, poi potrò camminare.

B: Sì, lo capisco.

K: Non se ne parla mai - nessuno ne ha mai parlato così. Si parla sempre di dio, di un salvatore, di Brahma, e così via. Ed è questo che chiamiamo religione. Tutti i rituali sono inventati dal pensiero, e le meravigliose architetture - dal pensiero, e tutto quello che sta nelle chiese, nei templi e nelle moschee, è creato dal pensiero. Il pensiero le ha create e poi le venera. Ma il pensiero non è sacro.

H: Sì, capisco. Lei sta chiedendo se sia possibile mettere fine al pensiero?

K: E' possibile?

H: E' il pensiero che interviene creando le immagini...

K: Naturalmente.

H: ...e le consideriamo di grande valore.

K: Si comincia col cercare qualcosa di sacro. E poi arriva lei e dice: 'Ti dirò tutto io.' E comincia ad organizzare la cosa. A quel punto è tutto finito.

H: Rimango nel pensiero, è tutto quello che ho.

K: Se lo rifiutiamo, o comprendiamo che il pensiero non è sacro, che non c'è nulla di santo nel pensiero, ma il pensiero pensa che ciò che ha creato lo sia. Giusto?

B: Giusto. Potremmo anche aggiungere ... che il tempo non è sacro?

K: Il tempo, no.

B: Nemmeno il tempo, la gente direbbe così.

K: Domani non è sacro!

B: Si dice sempre che solo l'eterno è sacro.

K: Ma per scoprire che cos'è l'eternità, il tempo deve finire.

H: Ma qui entriamo in un terreno molto sottile, perché lei diceva che l'assoluta attenzione dissolve il sé.

L'attenzione assoluta può diventare un pensiero.

K: Un'idea, sì.

H: Sì, un'idea. Quindi possiamo finire col creare l'idea. C'è sempre questo pericolo.

K: Signore, lei afferma qualcosa...

H: Sì.

K: ... 'Attenzione assoluta' Io non afferro la profondità del suo significato, quello che implica. Lei l'ha approfondito e può parlare di assoluta attenzione. Io la ascolto e me ne faccio un'idea. E poi seguo quell'idea.

H: Sembra questo il processo.

K: E' quello che facciamo sempre.

S: Sì.

K: Quindi, è finito. L'idea non è quello che lei ha detto. Quello che ha detto ha una profondità ...

H: Ma noi non sappiamo di seguire un'idea. Non ci accorgiamo che stiamo seguendo un'idea.

K: Ovviamente no, perché sono abituato a ridurre tutto a un'idea astratta. Quindi, possiamo cercare di capire renderci conto che, qualsiasi cosa il pensiero faccia, non è sacra?

S: A me sembra evidente.

K: Va bene. E' evidente. In tutte le religioni come sono ora non c'è nulla di sacro. Giusto?

S: No, non c'è nulla di sacro nelle parole, o negli edifici, ecc. Ma in un certo senso tutte queste religioni indicano qualcosa al di là di se stesse.

K: Sì. E per aiutarmi ad andare oltre tutto questo devo partire essendo libero dalla mia angoscia, comprendendo la mia relazione con gli altri. Se c'è confusione qui, nel mio cuore e nella mia mente, che cosa può esserci di buono nell'altro? Non sono materialista. Non sono contro ... l'altro. Ma dico che bisogna partire da dove sono. Per andare molto lontano, devo partire da molto vicino. Io sono molto vicino. Quindi devo comprendere me stesso. Io sono il resto dell'umanità. Non sono un individuo. Quindi dentro di me c'è il libro dell'umanità. Io sono quel libro. Se so come leggerlo, dall'inizio alla fine, allora posso andare... scoprirò se vi sia una possibilità... se ci sia davvero qualcosa di immenso, di sacro. Ma se lei continua a dirmi che lassù c'è qualcosa che mi aiuterà io dico che non è servito. Abbiamo avuto queste religioni per milioni di anni. E non l'hanno fatto, anzi, ci hanno distratto da 'ciò che è'. Quindi, se voglio scoprire se c'è qualcosa di sacro, devo partire da molto vicino. Cioè da me. E vedere se posso liberarmi dalla paura, dall'angoscia, dal dolore, dalla disperazione. Quando c'è libertà posso muovermi, posso scalare le montagne.

S: Sta dicendo che il sacro diventerebbe evidente se dissolvessimo la paura e tutto il resto?

K: E' ovvio. Questa è vera meditazione.

S: Attraverso l'attenzione a ciò che avviene in noi.

K: A quello che accade, esatto.

S: E a quello che accade fra noi e gli altri, e tutto il resto.

K: Nelle nostre relazioni.

S: Sì. Con l'attenzione a questo, l'azione...

K: L'attenzione - ne parlavamo con il Dr. Bohm tempo fa, avendo un insight nell'intero movimento del sè, che non è un ricordo. L'insight è una totale percezione di quello che siamo, senza analisi, senza indagine, e così via. Una percezione totale e immediata di tutto il contenuto della nostra coscienza. non un pezzetto alla volta - non si finirebbe mai.

H: Noi siamo a pezzi, così guardiamo ogni piccolo pezzo.

K: Sì, e dato che siamo a pezzi, non possiamo mai vedere l'intero. E' ovvio - sembra talmente logico!

H: Ok.

K: Quindi, è possibile non essere in pezzi? Che cosa significa essere a pezzi? Questa confusione, questa coscienza caotica, di cui abbiamo parlato ieri. Nessuno vuole andare a fondo in queste cose, vero? Prima di tutto non si ha tempo, si è impegnati nel lavoro, nella professione, nella scienza, o in qualsiasi cosa si faccia. E diciamo che è troppo difficile, troppo astratto, non pratico - sono queste le cose che si dicono. Come se tutto quello che si fa fosse terribilmente pratico. Gli armamenti sono pratici? Il tribalismo ... oh, conoscete tutte queste cose. Quindi, partiamo da lì. Il silenzio della mente è uno stato di attenzione? O è oltre l'attenzione? Non so se ... Che cosa intende per 'oltre l'attenzione'? Proviamo a parlarne.

K: Nell'attenzione c'è ... L'attenzione è un atto di volontà? Starò attento.

H: No, abbiamo detto che quella è concentrazione.

K: Sto chiedendo: dove c'è attenzione c'è qualche tipo di sforzo? Una fatica? 'Devo essere attento.' Che cos'è l'attenzione? Vediamo un po'. Che cos'è l'attenzione? Nell'attenzione è coinvolta la parola 'diligente'. Essere diligente. Non negligente.

S: Che cosa significa diligente? Accurato?

K: Sì, cura. Essere molto precisi, diligenti.

B: Il senso letterale è 'prendersi la pena.'

K: Prendersi la pena, esatto, cioè avere cura, avere affetto, fare tutto correttamente, con ordine. Non in modo ripetitivo. L'attenzione richiede l'azione del pensiero?

S: Non richiede l'azione dell'analisi, nel senso che ha spiegato lei.

K: No.

S: E il pensiero analitico non serve. E non richiede l'azione della volontà, in quanto la volontà implica separazione, un tentativo di una parte della mente di forzarne un'altra a fare qualcosa. E non implica nessun senso di andare da qualche parte o di divenire qualcosa, perché il divenire allontana dal presente.

K: Esattamente. Non si può diventare attenti.

S: Ma nell'atto dell'attenzione...

K: Guardi che cosa implica. Non si può diventare attenti. Questo significa che nell'attenzione non c'è il tempo. Diventare implica tempo.

S: Sì.

K: Nell'attenzione non c'è il tempo. Quindi non è il prodotto del pensiero.

S: Sì.



K: Ora, quell'attenzione è il silenzio della mente? Cioè una mente sana, equilibrata, sgombra, distaccata, non ancorata, libera, cioè la mente più sana. Quindi mi chiedo... in quell'attenzione la mente è silenziosa? Non c'è movimento di pensiero.

S: Sembrerebbe così, sì. Sembra come uno stato di essere piuttosto che uno stato di divenire, perché non va e non viene da nessuna parte.

K: Quando lei dice 'essere' che cosa significa? Essere che cosa?

S: Essere quello che è. Non essere qualcosa d'altro.

K: No, che cosa significa 'essere'? Sta usando la parola essere opposta a divenire?

S: Sì.

K: Ah, allora ... l'opposto ha il proprio opposto.

S: Per 'essere' intendo semplicemente uno stato che non è un processo di andare da qualche altra parte nel tempo.

K: Il che significa non movimento.

S: Penso di sì.

B: Si potrebbe dire così, sì.

K: Non-movimento.

B: Che cosa intende per movimento. Non-movimento non significa statico.

K: No, è dinamico, naturalmente.

B: Dinamico, ma è un po' difficile.

K: Non c'è un movimento da qui a là.

B: Ma c'è un altro tipo di movimento, forse.

K: E' di questo che voglio parlare. Se usiamo la parola 'essere' senza movimento, è senza pensiero, senza tempo, che è il movimento che conosciamo. Ma l'altro ha il suo proprio dinamismo, un suo movimento, ma non questo movimento, il movimento del tempo e del pensiero. E' questo che chiama 'essere'?

S: Suppongo di sì.

K: E quell' 'essere' è silenzioso? Mi segue? Abbiamo varie forme di silenzio. Giusto?

S: Sì. Potrebbe non essere silenzioso nel senso di senza suono.

K: Sto usando la parola 'silenzio' nel senso di privo di qualsiasi movimento del pensiero.

S: In quel senso deve essere silenzioso, quasi per definizione.

K: Sì. Quindi, la mia mente, la mente, ha smesso di pensare? No - non 'ha smesso di pensare' - il pensiero ha trovato il suo posto e perciò non si sta più muovendo, chiacchierando, insistendo? Perché non c'è nessun controllore, capisce? Perché quando c'è un grande silenzio allora ciò che è eterno è lì. Non c'è bisogno di indagare. Non è un processo. Non è qualcosa che si ottiene, mio dio! Con il digiuno, i riti, e tutte quelle assurdità. Signore, lei ha ascoltato.

H: Sì.

K: Lei ha sentito X dire queste cose. Che valore ha? Valore nel senso - che cosa ne fa? Ha qualche importanza o nessuna? Perché lei procede a modo suo. Lei è uno psicologo, e andrà per la sua strada, e io per la mia, perché io ho detto quello che avevo da dire, e finisce lì. E poi? Arriva qualcuno e dice: 'Ti spiego io che cosa significa.' Lei non ha tempo, lui invece ne ha e dice: 'Te lo spiego io.' E lei è in trappola. E' così che succede. Fin dai tempi antichi, dai Sumeri, dagli Egizi e dai Babilonesi - hanno sempre fatto così. E noi facciamo ancora le stesse assurdità. E mi chiedo che cosa abbia fatto la religione per l'uomo. Non lo ha aiutato. Gli ha dato delle consolazioni illusorie e romantiche. Ma guardiamolo - ci uccidiamo a vicenda - non voglio parlarne. Signori, cominciamo. Che cos'è una mente sana?

H: E' una mente che non è presa in questo...

K: Una mente integra, sana, sensata, santa, s a n t a. Questo vuol dire una mente sana. Abbiamo cominciato da questo. Che cos'è una mente sana? Il mondo è talmente nevrotico. Come farà lei a dire, come analista, come psicologo, come farà a dire alla gente che cos'è una mente sana, nessuno ci farà attenzione. Ascoltano dei nastri, o la televisione, e sono d'accordo, ma andranno per la loro strada. E allora, che cosa facciamo? Come ... Prima di tutto, io ho una mente sana? O sono soltanto parole e immagini? Una mente completamente distaccata dal mio paese, dalle mie idee, completamente, passionatamente distaccata.

H: Sta dicendo che solo così sono nella condizione di parlare a qualcuno?

K: Ovviamente. E' ovvio. Potrei essere sposato, ma perché dovrei essere attaccato a mia moglie?

H: E' un'idea di matrimonio, non è un matrimonio.

K: Ma l'amore non è attaccamento. Quindi, mi rendo conto che questa è la mia vita? Una mente sana che dice: 'Io amo e perciò non c'è attaccamento.' E' possibile?

S: Sembra così facile e così difficile allo stesso tempo, perché ...

K: Non capisco perché sia difficile.

S: Perché io ascolto quello che lei dice, e penso che sia assolutamente meraviglioso. Voglio avere una mente sana, voglio essere in uno stato di esistenza, e mi accorgo che ci ricasco, che non posso entrare in uno stato di una mente sana, che non posso entrarci per un atto di volontà o desiderio. Deve accadere. Non può accadere per un atto della mia volontà.

K: No, perciò ...

S: Quindi devo lasciare che accada, in un certo senso.

K: E allora cominciamo a indagare. Cominciamo a chiederci, perché? Perché non sono sano? Perché sono attaccato alla mia casa? Ho bisogno di una casa, ma perché dovrei esservi attaccato? Una moglie, una relazione, non posso esistere senza relazioni, la vita è relazione. Ma perché dovrei essere attaccato a una persona? O a un'idea, a una fede, a un simbolo - mi segue? - a tutto quel ciclo: alla nazione, al mio guru, al mio dio. Capisce? Attaccata significa completamente attaccata. Una mente può essere libera da tutto questo. Certamente.

S: Ma non solo volendo essere libera.

K: No. Ma vedendone le conseguenze, vedendo che cosa coinvolge, il dolore, il piacere, l'angoscia, la paura - mi segue? - vi è coinvolto tutto questo. Una mente così è una mente non sana.

S: Sì, si può anche essere d'accordo, e lo si può perfino vedere, si possono vedere i movimenti dei propri attaccamenti, se ne possono vedere le conseguenze distruttive. Ma non sembra che questo automaticamente li dissolva.

K: Naturalmente no. Questo introduce una questione molto diversa. Cioè, ascoltiamo soltanto con il senso dell'udito, o ascoltiamo veramente? Capisce la mia domanda?

S: Sì.

K: Si tratta di una ascolto casuale, verbale, sensoriale, o profondo? Se ascolta qualcosa in profondità, fa parte di lei. Non so se...

B: Penso che di solito non si ascolti in profondità, c'è qualcosa che blocca. Tutto il condizionamento.

K: E forse non vogliamo ascoltare.

B: Ma è il condizionamento che non ci fa ascoltare.

K: Certo, certo.

B: Non siamo disposti a farlo.

K: Come posso dire a mia moglie, 'Io ti amo, ma non sono attaccato a te'? Mi dirà, 'Ma che diavolo stai dicendo?' Ma se vediamo l'assoluta necessità di avere una mente sana, se ne sentiamo l'urgenza, non solo per me, ma per i miei figli, la mia società.

H: Ma non significa chiedere a noi stessi o ad altri di diventare sani.

K: No, no. Lo chiedo dentro di me. Mi chiedo perché la mia mente non è sana. Perché è nevrotica? E comincio a indagare. Osservo, sono attento, faccio tutto diligentemente.

B: Mi sembra che lei abbia detto che dobbiamo vedere l'assoluta necessità di una mente sana, ma penso che siamo stati condizionati all'assoluta necessità di mantenere l'attaccamento. Ed è quello che sentiamo, giusto?

S: Non necessariamente, ci sono molti che hanno visto tutti questi problemi, che qualcosa non va nella mente, sentono che bisogna fare qualcosa e si impegnano in qualche pratica spirituale, meditazione, e cose simili. Lei dice che tutti questi tipi di meditazione, concentrazione sui chakra, e simili, sono tutte uguali.

K: Ci ho giocato molto tempo fa.

S: Sì.

K: E vedo l'assurdità di tutto questo. Niente farà smettere il pensiero.

S: Alcuni di questi metodi si suppone lo facciano. Non so se sia vero o no. A me non è mai successo, ma forse perché non li ho seguiti a sufficienza.

K: Invece di passare attraverso tutta questa roba perché non cerchiamo di capire che cos'è il pensiero, se possa cessare, e che cosa implica. Mi segue? Scaviamo! Signori, alla fine di questi quattro dialoghi avete una mente sana? Una mente non confusa, che non brancoli, non agitata, che non esiga e non elemosini? Mi segue? Che lavoro! E' come vedere un serpente e dire: 'Sì, è un serpente, non gli vado vicino.' Fine!

H: Dall'interno sembra un problema tremendamente profondo, molto difficile da risolvere, e dall'esterno lei sta dicendo, che è come vedere un serpente e non avvicinarsi, come se niente fosse.

K: Per me è così.

H: Sì.

K: Perché io non voglio raggiungere il nirvana o il paradiso, nulla. Dico solo 'Guarda' - capisce?

H: E' interessante, perché sembra così profondo quando di fatto non lo è.

K: No, signore, siamo tutti molto superficiali. Giusto? E questo sembra soddisfarci. ... una bella casa, una buona moglie, un buon lavoro, una buona relazione - non disturbatemi. Io vado in chiesa, lei va alla moschea, io vado al tempio - lasciamo le cose come stanno.

H: Sta dicendo che noi non vogliamo neppure guardare.

K: Certo che no.

H: Ma se abbiamo un problema...

K: Se la Thatcher e quel signore in Argentina vedessero quanto sono tribali - la smetterebbero. Ma non lo fanno, perché la gente non vuole. I britannici - seguite? Siamo educati ad essere crudeli gli uni con gli altri. Non voglio parlarne ora. Una mente sana è questo, signori. Una mente sana è senza conflitti. E quindi è una mente olistica. E allora c'è la possibilità che ci sia il sacro. Altrimenti è tutto così infantile.