

Jiddu Krishnamurti

L'attenzione non ha centro

From the series:

OJAI 1980

Sabato 17 Maggio 1980

5° Discorso Pubblico a Ojai - 1980

Possiamo continuare con quello di cui stavamo parlando sabato e domenica scorsa? Se posso ricordarvelo, questo non è un intrattenimento, per divertirvi o per stimolarvi intellettualmente o emotivamente. Vi prego di non prendere appunti, perché non potete stare attenti. Spero non vi dispiaccia.

Gli esseri umani in tutto il mondo sono stati tiranneggiati dalle istituzioni, dalle organizzazioni, dai preti, dai guru, da ogni forma di imposizione autoritaria e aggressiva, dai filosofi o dai teologi o dalle proprie idiosincrasie, avidità e ansie. Durante questi discorsi abbiamo detto - domani ci sarà l'ultimo e poi le domande e risposte - che diventa sempre più imperativo che gli esseri umani, sia che vivano nella lontana Asia o nel mondo occidentale, o qui, realizzino in sé una radicale trasformazione, una mutazione. E' necessario perché la società, così com'è organizzata, è insostenibile, è diventata terribilmente complessa, corrotta, immorale, una società così è molto distruttiva e conduce alla guerra, all'oppressione, a ogni genere di azioni disoneste. Perché ci sia un cambiamento nella società è necessario che gli esseri umani cambino se stessi. Ma la maggior parte di noi non lo vuole fare. La maggior parte di noi dipende dalle istituzioni, dalle organizzazioni per cambiare la società, o da qualche leader e di solito questi leaders diventano dei tiranni. Ci affidiamo ad altri per portare il cambiamento nella società. E noi esseri umani, siamo responsabili di tutto questo. Lo abbiamo creato, lo abbiamo costruito. Noi, in America, in Europa, in India o dovunque viviamo, abbiamo fatto questa società.

Sembra che non ci rendiamo conto del fatto essenziale che noi, ciascuno di noi è responsabile di quello che avviene nel mondo. Il terrore, la violenza, le guerre, e tutto il resto. E per portare il cambiamento in noi dobbiamo guardare noi stessi. Dobbiamo vederci esattamente come siamo senza dipendere da nessuno, incluso chi vi parla. Siamo sempre stati guidati da altri e questo è uno dei più grandi disastri perché così diventiamo terribilmente irresponsabili: irresponsabili per le nostre azioni, per il nostro comportamento, per la nostra volgarità, ecc.

Molti di noi, la maggior parte - almeno, i più riflessivi - sono consapevoli di essere condizionati dalla società, dall'educazione dalle varie pressioni dagli avvenimenti, incidenti e idee; noi siamo condizionati dalle fedi religiose, dai filosofi con le loro teorie, che si tratti del comunismo o di altre idee sciorinate dai filosofi. La parola 'filosofia' in effetti significa amore per la vita, amore per la verità, non amore per le idee. Non amore per concetti teologici, ma la vera comprensione della vita e l'amore che nasce quando si comprende il profondo significato del vivere. Questo è il vero significato di un filosofo.

Ma noi siamo stati condizionati dai nostri credi e da quelli che ci hanno imposto e dal desiderio di essere sicuri, il desiderio di non avere paura, tutto questo ha comportato il nostro condizionamento, l'americano, il russo, l'indù, il musulmano, l'arabo, l'ebreo, ecc. Siamo condizionati. E dato che la maggior parte di noi sa che siamo condizionati diciamo che non è possibile cambiare, che è impossibile per la mente, per il cervello decondizionarsi, quindi sopportiamolo, modifichiamolo e tiriamo avanti. Se vi osservate vedete che facciamo così. Vi prego, vorrei ricordarvi che non stiamo facendo nessun tipo di propaganda. Non stiamo istituendo un credo contro un altro credo, una dipendenza contro un'altra. Non c'è nulla da dimostrare perché voi e io stiamo pensando insieme. Tutti quanti noi, se siamo seri, stiamo dando la nostra attenzione a questo fatto: che noi siamo condizionati e da questo condizionamento stiamo creando sempre più disordine nel mondo, sempre più disperazione, confusione. E ci stiamo chiedendo, parlandone e pensandoci insieme, se sia possibile che questo condizionamento possa essere completamente annullato, sradicato, frantumato, cambiato, mutato, ecc. Ci stiamo pensando insieme. Non è che voi - se posso farvelo notare - ascoltate chi vi parla per essere d'accordo o meno. Non c'è nulla su cui dissentire o concordare. Stiamo pensando insieme e vediamo la necessità di un radicale cambiamento nella società. e questo cambiamento può avvenire completamente, interamente, soltanto quando noi esseri umani trasformiamo noi stessi. Questo è un fatto, non un concetto.

Un concetto è soltanto una conclusione, un'opinione opposta ad un'altra, un credo contro un altro credo un mercanteggiare, un disputare su concetti, idee e ideali. Qui stiamo semplicemente indagando, guardando, osservando il nostro condizionamento.

La nostra coscienza è costituita dal suo contenuto. E questo è un fatto. Le nostre ansie, i nostri credi, gli ideali, le esperienze, il contenuto, la sofferenza, il dolore, i ricordi di cose passate, tutto questo, i dubbi, la fede, l'incertezza, la confusione, tutto questo costituisce la nostra coscienza. Per favore, mentre ne parliamo, guardate, osservate, la vostra coscienza: la bellezza dell'albero, le montagne, questo bel cielo - se non c'è smog - tutto questo fa parte della nostra coscienza. L'odio, le delusioni, i successi, i problemi che si incontrano nella vita, tutto questo costituisce la nostra coscienza. Il vostro credere o non credere in Dio, il vostro accettare un guru o non accettarlo, e così via, tutto questo è il contenuto che forma la nostra coscienza. Potete espanderla o limitarla, ma fa sempre parte della coscienza, il suo contenuto.

E noi ci domandiamo, come abbiamo detto nei discorsi precedenti, se sia possibile per un essere umano essere psicologicamente completamente libero dalla paura. Sabato scorso, o domenica, ne abbiamo parlato molto a fondo. E, se posso ripeterlo brevemente: la paura, che tutti conosciamo è la paura di 'qualcosa' in relazione a qualcosa o la paura è la struttura stessa della mente? O è il pensiero che crea la paura? Vi prego, non sto sostenendo nulla, ne stiamo parlando insieme. La mente, che è tutto il movimento del cervello, le reazioni, le risposte dei nostri nervi e così via, la mente in sé ha paura? O è il pensiero, che fa parte della mente, che ha creato la paura? Giusto? Ci poniamo questa domanda. E abbiamo detto che per scoprirlo dovete esaminare la natura del pensiero. L'intero processo del pensiero che è nato come reazione dalla conoscenza e dall'esperienza immagazzinate nel cervello. Dato che la conoscenza è sempre incompleta, che sia scientifica o acquisita dalla propria esperienza o dai libri, dagli studi, dalle ricerche, deve sempre essere incompleta, questo è un fatto. E quindi il pensiero è incompleto, frammentato, spezzato, divisivo. E noi ci chiediamo se il pensiero ha introdotto il fatto della paura.

Il pensiero è tempo perché il pensiero è movimento, e il tempo è movimento. Cioè, fisicamente spostarsi da

qui a là, coprire una distanza. E lo stesso movimento è stato introdotto nel mondo psicologico: 'Sono questo e sarò quello, voglio essere quello'. Così non c'è soltanto il tempo fisico, ma anche quello psicologico. Ed è questo lo schema in cui viviamo, che fa parte del nostro condizionamento. E noi ci chiediamo - parlandone e riflettendoci insieme - se il pensiero sia il fattore della paura. E se è così, può il pensiero osservarsi mentre crea la paura in modo che la mente scopra che la mente in sé non ha paura - cosa di cui abbiamo già parlato, ma possiamo riparlare se necessario.

Quindi abbiamo il tempo e le conquiste di milioni di anni e più in cui il nostro cervello si è condizionato ed evoluto. E questo cervello, questa mente che ne fa parte, è condizionata. E noi stiamo dicendo, domandandoci a vicenda, pensandoci insieme, se una tale mutazione possa avvenire. Una tale mutazione può avvenire psicologicamente soltanto quando si osserva se stessi molto attentamente senza alcuna distorsione, perché è questo il punto centrale. Senza nessuna distorsione - è possibile? E' possibile soltanto quando non c'è motivo: diventare qualcosa, cambiare qualcosa, e così via. Osservare senza distorsioni, veramente, ciò che siamo, non ciò che dovremmo essere, o ciò che siamo stati ma ciò che sta accadendo ora.

E la distorsione avviene quando c'è paura nella nostra osservazione - ne abbiamo parlato l'altro giorno - e se c'è una qualsiasi forma di piacere. Questo è uno dei fattori centrali da comprendere, da osservare. Il piacere è una delle nostre forze trainanti: il piacere del possesso, il piacere della conoscenza, il piacere della conquista, del potere, dello status il piacere sessuale, il piacere di seguire qualcuno e il piacere di raggiungere l'illuminazione - qualsiasi cosa significhi. E' una delle nostre principali attività, come la paura. Stanno insieme, purtroppo! Spero che stiamo osservando noi stessi come siamo, osservando questi due fattori della vita. Non ve lo dice chi vi parla, voi sapete tutto di queste cose. E noi diciamo che finché c'è paura con tutte le sue ansie, l'odio, l'antagonismo, ecc. ecc., il confronto, il conformismo, l'imitazione e il tremendo impulso di avere sempre maggior piacere ricercandolo continuamente, sono fattori che distorcono l'osservazione di ciò che effettivamente accade.

Se osserviamo seguendo alcuni psicologi, o filosofi, alcuni guru o preti, secondo qualche autorità, allora non stiamo osservando. Stiamo osservando secondo la loro conoscenza, secondo la loro indagine. Le nostre menti si sono abituate ad accettare la ricerca, l'indagine e le conclusioni di altri e con quella conoscenza nella mente cerchiamo di osservare noi stessi. Quindi non stiamo osservando noi stessi. Stiamo guardando attraverso gli occhi di qualcun altro. Ed è questa la tirannia alla quale gli esseri umani si sono arresi per milioni di anni.

Non stiamo dicendo che dovete sopprimere il piacere o trasformarlo o evitare il piacere. E' quello che hanno fatto i preti. E' lo schema, l'idea di repressione, di fuggire identificandosi con qualche idolo, persona o concetto. Ma questo non ha risolto il problema. Quindi dobbiamo procedere insieme, indagare, pensare a qual è la natura del piacere.

Come abbiamo detto, questo non è un intrattenimento, è una cosa molto seria. Se non siete seri, se volete prendere il sole o starvene seduti sotto un bell'albero, fatelo, ma non state prestando attenzione a ciò che viene detto e questa è una questione seria che riguarda la nostra vita.

Così, come abbiamo detto l'altro giorno, la natura e la struttura della paura, di nuovo, insieme, osserviamo la natura del piacere. Perché gli esseri umani di tutto il mondo sono condannati a questo? Perché gli esseri umani continuano a fare così, in modi diversi? Giusto? Allora, che cos'è il piacere? Perché il sesso è diventato importante? In questo paese ne sono stati scritti volumi sopra volumi. E' una reazione all'era vittoriana? E' come se fosse stato scoperto per la prima volta. Qui, senza nessun ritegno, nessun pudore, - non stiamo condannando, stiamo osservando - il sesso si manifesta in ogni forma. Fa parte del piacere. Il ricordo, l'immagine, il desiderio, ecc. abbiamo parlato l'altro giorno, della natura del desiderio. Non ne parlerò adesso, perché abbiamo poco tempo.

E' sempre un ricordo: ricordare il piacere, un avvenimento passato, un avvenimento che ha lasciato un segno

nel cervello e quel segno, cioè il ricordo dell'avvenimento passato, quell'avvenimento ha dato in quel momento, in quel secondo, un grande piacere. Poi c'è il suo ricordo e il suo perseguimento. Così il nostro cervello, la nostra mente, è un fascio di ricordi passati. E tutti questi ricordi di vario genere hanno creato il desiderio e la sua ricerca. Quindi, se volete andare a fondo nella questione - come faremo ora - la mente, incluso il cervello - stiamo usando la parola 'mente', vi prego di ricordare se posso spiegare - che la mente è il cervello con le sue tortuosità e tutta l'esperienza conservata come conoscenza, la mente è la reazione, le sensazioni fisiche, la totalità di tutto questo è la mente. La mente è parte di questa coscienza con tutto il suo contenuto.

Può il pensiero, che è il fatto della memoria, - il ricordo è la registrazione di un avvenimento che per un secondo, per un minuto vi ha dato una sensazione che è stata trasformata in piacere - può la mente non registrare? Capite quello che stiamo dicendo? Probabilmente non ci avete mai riflettuto, lo facciamo adesso. Il nostro cervello è un registratore. Registra tutte le esperienze passate, i piaceri, i dolori, le ansie, le ferite, le ferite psicologiche che ha ricevuto, tutto questo è costruito dal pensiero. Cioè, il ricordo e l'agire perseguendo quel ricordo. Stiamo dicendo, può il cervello, può la mente nella sua totalità non continuare a registrare? Se avete un incidente, è passato, finito, non registratelo. Lo spiego meglio.

Noi registriamo fin dall'infanzia le ferite psicologiche che abbiamo ricevuto. Il dolore che ci è stato inflitto dai genitori, dall'educazione attraverso il confronto, cioè: devi essere come tuo fratello oppure devi raggiungere una certa posizione, ecc. E così, noi esseri umani, siamo psicologicamente feriti. E se venite criticati ora per il vostro modo di vivere, le vostre credenze, le vostre confusioni e il desiderio di potere, se vi criticano voi vi sentirete feriti - se seguite qualcuno, venite feriti. Bisogna ascoltare quello che viene detto e chiesto, senza registrare. Mi domando se riuscite a seguire. No, no, signora, è molto difficile. No, no, non dica che è così facile.

Non registrare un complimento che ricevete oppure una ferita, un insulto. La registrazione è pressoché istantanea. Se qualcuno vi dice che siete una persona meravigliosa, c'è una registrazione immediata. 'Oh, che meraviglioso discorso ha fatto l'altro giorno!' Viene registrato e se ne ricava piacere o: 'E' stato un discorso stupido', immediatamente viene registrato, si crea una ferita che vi portate appresso per tutta la vita, psicologicamente. Stiamo dicendo, chiedendo, guardando lo specchio che ci viene messo di fronte, vediamo noi stessi senza nessuna distorsione. Cioè, essere così attenti nel momento dell'adulazione, nel momento dell'insulto, nell'attimo in cui qualcuno dice una parola crudele o ci mostra un nostro comportamento nevrotico, vederlo come un fatto e non registrarlo. Questo richiede attenzione in quel momento. Attenzione implica ... che in quell'attenzione non c'è un centro da cui si è attenti. Non ne parlerò ora, perché lo abbiamo detto l'altro giorno.

Così vediamo la natura del piacere. Non lo posso approfondire ora, perché abbiamo molte cose di cui parlare insieme.

Quindi, paura e piacere, e poi ci chiediamo: l'amore è piacere? Pensateci, signori e signore. L'amore è desiderio? L'amore è qualcosa che potete ricordare? Un'immagine che avete creato di un'altra persona e voi amate quell'immagine? E' amore quello? Può esserci amore quando c'è conflitto, ambizione, brama di successo? Vi prego, indagate, ossevatelo nelle vostre vite. Conosciamo l'amore per la natura, l'amore per i libri, l'amore per la poesia, per questo o quello, ma noi intendiamo psicologicamente il che è molto più importante perché distorce le nostre vite, il nostro comportamento e le nostre azioni. E senza amore non c'è nulla.

Quindi, se siamo seri, preoccupati del fatto che gli esseri umani hanno creato questa società e, a meno che essi stessi non producano una radicale trasformazione psicologica in se stessi, continueranno a soffrire per secoli e secoli, causando infelicità agli altri, inseguendo l'eterna illusione chiamata Dio e tutto il resto.

Quindi, bisogna scoprire o trovare quello strano fiore chiamato amore che non può nascere attraverso le

istituzioni, attraverso le organizzazioni o i credi. E l'amore è forse piacere, desiderio, gelosia? Se non lo è, allora è possibile spazzare via tutto questo senza sforzo, in modo naturale, semplice? Possono avere fine l'odio e la violenza, che non sono certamente amore? Ma non nel futuro, non domani. Finire. Mentre state ascoltando, mettervi fine. Abbiamo detto che l'attaccamento non è amore. Perché l'attaccamento produce ogni forma di antagonismo, dipendenza, paura, ecc. Lo potete vedere tutti, lo sapete tutti, ne siete tutti ben consapevoli. Il vederlo gli mette fine! Non si tratta di vederlo con la logica o l'analisi, ma di vedere il fatto, le conseguenze dell'attaccamento. E' molto chiaro. Ma, per molti, vedere significa analizzare intellettualmente spiegare verbalmente, ed essere soddisfatti delle spiegazioni filosofiche o psicologiche, e così via. Bisogna vedere che cosa effettivamente comporta l'attaccamento! Il dolore, la gelosia, l'antagonismo, sapete, tutte le conseguenze di quel movimento. Ma vederlo davvero, non solo nel senso della vista - dell'osservazione visiva - ma anche con l'arte di ascoltare questo movimento. Quando lo ascoltate completamente, questo ha fine.

E c'è la fine del contenuto della nostra coscienza che è la vera essenza del 'me', del sè, dell'io. Perché questo è l'io. Gli antichi indù in India dicevano che l'io, il centro, la sorgente, l'essenza stessa esiste, la realtà, Dio, la verità, esiste, e attorno a questo ci sono molti strati di ignoranza e per liberare la mente dai vari strati bisogna vivere molte vite. La reincarnazione, sapete, e tutta quella roba. Noi non stiamo parlando di quello. Stiamo dicendo che quando vedete il pericolo, sentite il pericolo, lo osservate, c'è una risposta immediata. Quando vedete il pericolo di un autobus che si avvicina vi spostate immediatamente, a meno che non siate nevrotici. E forse molti di noi lo sono! Ma noi non vediamo il tremendo pericolo dell'attaccamento, del nazionalismo, dei nostri credi separati, delle nostre idee separate, degli ideali, ecc. Noi non ne vediamo il grande pericolo, perché divide l'uomo dall'uomo, un guru contro un altro, una certa organizzazione religiosa contro un'altra. E' quello che accade in questo paese e dappertutto nel mondo. Quando vedete il pericolo voi agite. Ma purtroppo non vediamo i pericoli psicologici: il pericolo del paragone, il pericolo dell'attaccamento, il pericolo delle esigenze individuali isolate. Perché noi non siamo individui se osservate, non lo siamo: la parola 'individuo' significa indivisibile, non a pezzi, non frammentato. Perché le nostre menti, i nostri cervelli - se osservate bene - che si sono evoluti nei millenni, che sono vecchi di milioni di anni, il nostro cervello non è nostro è il cervello del genere umano, dell'umanità. Psicologicamente soffrite, siete ansiosi, incerti, confusi, cercate la sicurezza. Ed è esattamente quello che fanno in India, in Asia, dovunque. Quindi, psicologicamente siamo tutt'uno, un movimento unitario. E attraverso la nostra educazione, tutti i nostri personali desideri, ecc., abbiamo ristretto questa mente vasta e immensa nelle nostre piccole liti meschine nelle nostre gelosie e ansie.

Se abbiamo tempo, dobbiamo anche parlare della questione della morte, della sofferenza, del dolore. Non so se volete parlare di tutto questo perché fa parte della vita. Non potete dire che non vi interessa la morte, o la sofferenza. Questo sarebbe un po' strano, non realistico una mente che rifiuta queste cose è una mente infantile. Dobbiamo indagare l'intero complesso problema della vita. O lo comprendete immediatamente, in tutta la sua struttura, o lo prendete un pezzo per volta sperando di comprendere il tutto. Signore, la prego, questo non è un incontro di domande e risposte.

Perciò dobbiamo anche considerare, parlare insieme, della sofferenza, e del perché gli esseri umani nel mondo vivono questa tortura. Se siete sensibili, se siete vigili, attenti, sentite una grande sofferenza. Non soltanto per il vostro piccolo cortile ma soffrite per quelli che non hanno opportunità, che non hanno cibo, non hanno istruzione che non potranno mai guidare una macchina, che possiedono soltanto qualche povero indumento. E poi c'è tutta la sofferenza che l'uomo infligge agli animali. Tutta questa immensa sofferenza globale, per le guerre, le tirannie imposte dai dittatori, i soprusi, il dolore imposto dalle varie dottrine e così via. Che cos'è tutto questo, perché l'umanità, voi e tutti quanti, perché non siamo completamente liberi da questo?

Dove c'è sofferenza non c'è amore. Come potrebbe? Dove c'è desiderio, piacere, paura, conflitto, sofferenza, non può esserci amore. Quindi diventa molto importante comprendere perché gli esseri umani vivono tutto

questo, anno dopo anno, secolo dopo secolo. Non riduciamo tutto a qualche romantica assurdità. E' un fatto reale, Quando perdetevi qualcuno che pensate di amare provate un dolore immenso. O quando fallite in qualcosa. Tutto questo è un peso tremendo che grava sull'umanità, che non lo ha risolto.

La sofferenza potrà finire con un atto di volontà? Capite? Non potete dire che non soffrirete. Lo stesso atto di volontà fa parte della sofferenza. Non potete sfuggire - voi lo fate, correndo in chiesa. Ci sono molte forme di fuga da questo peso tremendo. Nel mondo cristiano fuggite attraverso le vostre immagini. Gli indù, che sono un po' più abili in questo gioco, dicono che il dolore è causato dalle vite precedenti, per le varie malefatte, ecc. ecc. Prima di tutto, perché non lo abbiamo risolto? Perché gli esseri umani, così abili nel campo tecnologico, nell'ammazzarsi a vicenda, perché non hanno risolto questa questione? La prima cosa è non fuggire mai. Capite? Non fuggire dalla sofferenza, psicologicamente. Se abbiamo un dolore fisico, facciamo qualcosa, prendiamo una pillola, andiamo dal medico, ecc.

Ma psicologicamente, quando perdetevi qualcuno, quando c'è un grande attaccamento a qualcosa o a una persona, quando questo attaccamento si infrange ci sono lacrime, ansie, paura, dolore. E quando c'è dolore, la risposta naturale o innaturale è la ricerca di conforto. Conforto nel bere, nelle droghe, in qualche rituale religioso. Il senso di grande dolore, le lacrime, lo shock, in quel momento non è possibile, siete in uno stato di shock. Non lo avete notato? Ma, appena ne siete fuori - potrebbe durare un giorno o poche ore, e spero che non duri più di un paio di giorni - quando ne uscite la risposta immediata è di trovare la causa del dolore e di analizzarla che è un'altra forma di fuga. Perché state fuggendo dal fatto centrale di osservare, di rimanere con quello. E quando uscite da quello shock il pensiero comincia: c'è il ricordo di quello che abbiamo fatto insieme, o che non abbiamo fatto, il rimorso, il dolore del passato, la solitudine che ora si fa sentire, viene fuori - tutto questo. Guardare tutto questo senza alcun movimento del pensiero. Perché il pensiero è il fattore centrale della paura. Il pensiero è anche il fattore del piacere e di questo dolore che l'umanità si porta dietro da milioni di anni. Fa parte dell'intera struttura del 'me', dell' 'io',

E noi stiamo dicendo, con attenzione, con cognizione di causa, che c'è una fine del dolore, completamente. E solo allora c'è la passione della compassione, l'amore.

Abbiamo tempo oggi di parlare della questione della morte? Che ora è, signore?

Q: Venticinque all'una.

K: Venticinque all'una. Domani ci sarà l'ultimo discorso. Dobbiamo parlare della morte, che è una faccenda molto complessa e della natura della meditazione, che fa parte della vita. Non la meditazione di cinque minuti al mattino, al pomeriggio e alla sera, ma la meditazione come completo movimento della vita, non separata dall'azione, dal nostro agire quotidiano. Dobbiamo indagare la natura della morte, l'azione e la meditazione.

Vedete, signori e signore, voi potete ascoltare tutto questo, essere stimolati da chi vi parla o sentirlo come antagonista perché vi disturba, infrange le vostre vanità, vi mostra i vostri piccoli insulsi piaceri, vi fa vedere voi stessi nello specchio che chi vi parla mette di fronte a voi: ma tutto questo ha ben poco significato se non agite. Ma l'azione è molto complessa. Non si tratta di fare quello che più vi aggrada. E' quello che fate ora: rispondere istantaneamente ai vostri desideri, meditazione immediata e illuminazione immediata. Quante assurdità! E' quello che dicono alcuni psicologi e altri dicono: "fai quello che vuoi". E quello che volete, quello che avete fatto, ha creato questa terribile società in cui viviamo. Questo è il principio della degenerazione. Con questo bel clima in questo bel paese, c'è una rapida degenerazione che avanza di cui pochi di noi sono consapevoli. Non siamo nemmeno maturati prima di degenerare. Non ci siamo nemmeno arrivati.

Quindi, tutti questi discorsi, e domande e risposte hanno ben poco significato se non si impara l'arte di ascoltare, ascoltare se stessi senza un fremito, senza nessuna distorsione, senza false risposte, semplicemente

ascoltare se stessi. E anche l'arte di vedere, di osservare se stessi. Non potete osservarvi con la vostra esperienza passata. Dovete osservarvi così come siete, in movimento. E allora c'è un'arte di apprendere che non è accumulare conoscenza e informazioni. L'intera faccenda del vivere è così complessa, bisogna osservare l'intero movimento della vita. Magari parleremo della morte, dell'azione e della meditazione domani.