

## La conoscenza di sé (Krishnamurti)

I problemi del mondo sono così colossali, così estremamente complessi, che per comprenderli e risolverli bisogna affrontarli in maniera molto semplice e diretta; ma, la semplicità, la risolutezza, non dipendono da circostanze esterne, né da particolari pregiudizi e umori. La soluzione non si può trovare attraverso conferenze e progetti, né può consistere nella sostituzione dei vecchi capi con nuovi capi, o altre misure simili. La soluzione è da cercare invece alla fonte del problema, ossia nel responsabile della malvagità, dell'odio e dell'enorme incomprendimento che esiste fra gli esseri umani. Il responsabile di tale malvagità, la fonte di tutti questi problemi, è l'individuo, siamo voi e io, non il mondo così come siamo abituati a raffigurarcelo. Il mondo è il nostro rapporto con gli altri, non qualcosa di separato da voi e me; il mondo, la società, è il rapporto che stabiliamo o cerchiamo di stabilire fra ciascuno di noi. Dunque, il problema siamo voi e io, e non il mondo, perché il mondo non è altro che la proiezione di noi stessi e comprendere il mondo vuol dire comprendere noi stessi. Il mondo non è separato da noi; noi siamo il mondo, e i nostri problemi sono i problemi del mondo. Non mi stancherò mai di ripeterlo, perché l'apatia è talmente radicata nella nostra mentalità che pensiamo che i problemi del mondo non ci riguardino, che a risolverli ci deve pensare l'ONU o che sia sufficiente sostituire i vecchi leader con nuovi dirigenti. E' una mentalità molto ottusa quella che ragiona così, perché siamo noi i responsabili della spaventosa infelicità e confusione del mondo, di questa minaccia costante di guerra.

Per cambiare il mondo dobbiamo partire da noi stessi; e quel che conta nel partire da noi stessi è l'intenzione. L'intenzione che deve guidarci è quella di comprendere noi stessi e di non lasciare soltanto ad altri il compito di trasformare se stessi, o di produrre un cambiamento limitato attraverso la rivoluzione, che sia di sinistra o di destra. E' importante capire che è questa la nostra responsabilità, vostra e mia; perché, per quanto piccolo possa essere il nostro mondo personale, se riusciamo a trasformare noi stessi, schiudendo un orizzonte completamente diverso nella nostra esistenza quotidiana, allora forse sapremo influire sul mondo in generale, sulla rete estesa di rapporti con gli altri.

Cercheremo allora di scoprire il processo che conduce alla comprensione di noi stessi e che non è un processo isolante. Non si tratta di ritirarsi dal mondo, perché non si può vivere in isolamento. Essere vuol dire essere in relazione, e il concetto stesso del vivere in isolamento è impensabile. E' la mancanza di rapporti giusti che produce conflitti, infelicità, ostilità; per quanto piccolo possa essere il nostro mondo, se riusciamo a trasformare i rapporti all'interno di quel mondo ristretto, il risultato sarà come un'onda che si ripercuote all'infinito verso l'esterno. Credo sia importante capire questo punto, ossia che il mondo è fatto dei nostri rapporti, per quanto limitati; e se riusciamo a produrre una trasformazione su quel piano, una trasformazione non superficiale, ma radicale, allora avremo dato avvio a una trasformazione attiva del mondo.

La vera rivoluzione non risponde a questo, o quel modello, di sinistra o di destra: è invece una rivoluzione di valori, una rivoluzione che dai valori di senso comune porta a valori che non sono di senso comune, né sono creati dalle influenze ambientali. Per trovare questi veri valori che produrranno una rivoluzione radicale, una trasformazione o rigenerazione, è essenziale comprendere se stessi.

La conoscenza di sé è l'inizio della saggezza e, dunque, l'inizio della trasformazione o rigenerazione.

Per comprendere se stessi ci deve essere l'intenzione di comprendere - ed è lì che insorgono le prime difficoltà.

Benché la maggior parte di noi sia scontenta, pur desiderando produrre un cambiamento improvviso, ci limitiamo a incanalare lo scontento per conseguire un certo risultato; spinti dall'insoddisfazione, ci cerchiamo un altro lavoro, o semplicemente ci pieghiamo alle pressioni dell'ambiente circostante. Invece di infiammare le nostre menti, spingendoci così a mettere in discussione la vita, l'intero processo dell'esistenza, lo scontento viene incanalato, e di conseguenza diventiamo mediocri, perdiamo quella intensità, quell'impulso a scoprire l'intero significato dell'esistenza.

Perciò è importante scoprire queste cose autonomamente, perché l'autoconoscenza non può essere trasmessa da altri, non si trova in alcun libro. Dobbiamo scoprire, e perché ci sia scoperta, deve esserci l'intenzione, la ricerca, l'esplorazione. Fin quando quell'intenzione di scoprire, di investigare in profondità, è debole o inesistente, le dichiarazioni di principio o il desiderio casuale di conoscere se stessi non valgono un gran che.

Dunque, la trasformazione del mondo è prodotta dalla trasformazione di sé, perché il sé è, al tempo stesso, prodotto e parte del processo totale dell'esistenza umana. Per cambiare, è essenziale conoscere se stessi; senza la conoscenza di quel che si è, manca una base su cui possa fondarsi il retto pensiero, e senza l'autoconoscenza non può esserci trasformazione. Bisogna conoscersi per quel che si è, non per come si desidera essere: quest'ultima è un'immagine ideale, e dunque fittizia, irreali; solo ciò che è può essere trasformato, non ciò che si desidera essere. Conoscersi per quel che si è richiede una mente eccezionalmente vigile, perché ciò che è subisce continui mutamenti e per seguirli tempestivamente la mente deve essere svincolata da qualunque dogma o credenza o modello d'azione. Se si è pronti a seguire qualunque evoluzione, l'essere vincolati non può che costituire un impedimento.

Per conoscere se stessi, è necessaria la consapevolezza, la prontezza di una mente libera da ogni credenza, da ogni idealizzazione, perché credenze e ideali sono come un'ombra colorata che distorce la vera percezione. Se volete conoscere ciò che siete, non potete immaginare, o coltivare, l'illusione di qualcosa che non siete. Se sono avido, invidioso, violento, il semplice credere nella nonviolenza e nell'altruismo serve a ben poco. Ma sapere di essere avido o violento, saperlo e comprenderlo, richiede una percezione straordinaria, non è così? Richiede onestà e chiarezza di pensiero, mentre perseguire un ideale diverso da ciò che è costituisce una

fuga, che impedisce di scoprire e agire direttamente su ciò che si è. La comprensione di ciò che si è - brutti o belli, malvagi o disonesti, non importa - la comprensione di ciò che si è, senza infingimenti, è l'inizio della virtù. La virtù è essenziale, poiché dà la libertà. E' solo nella virtù che si può scoprire, che si può vivere - ma non coltivando la virtù, poiché questo non porta altro che rispettabilità. C'è differenza fra l'essere virtuoso e il diventare virtuoso. L'essere virtuoso ha origine dalla comprensione di ciò che è, mentre il diventare virtuoso è un modo di temporeggiare, di sovrapporre ciò che si vorrebbe essere a ciò che si è. Perciò, diventando virtuosi si evita di agire direttamente su ciò che è. Il processo dell'evitare ciò che è coltivando l'ideale è ritenuto virtuoso; ma se lo si considera attentamente e senza filtri, si vedrà che non è affatto così.

E' semplicemente un modo di rimandare il momento in cui ci si troverà faccia a faccia con ciò che è. La virtù non è il divenire di ciò che non è; la virtù è la comprensione di ciò che è e, dunque, la libertà da ciò che è. La virtù è essenziale in una società che si sta rapidamente disgregando. Per creare un mondo nuovo, una nuova struttura che si distacchi dalla vecchia, deve esserci libertà di scoperta; e per essere liberi, deve esserci virtù, perché senza virtù non può esserci libertà. Può l'uomo immorale che si sforza di diventare virtuoso arrivare mai a conoscere la virtù? L'uomo che non è morale non potrà mai essere libero e, di conseguenza, non potrà mai scoprire che cos'è la realtà.

La realtà può essere colta solo attraverso la comprensione di ciò che è; e per comprendere ciò che è, deve esserci libertà, libertà dalla paura di ciò che è.

Per comprendere tale processo, è necessario che ci sia l'intenzione di conoscere ciò che è, seguire ogni pensiero, sentimento e azione; è estremamente difficile comprendere ciò che è, poiché non è mai immobile, mai statico, ma sempre in movimento. Ciò che è, è ciò che voi siete, non ciò che vi piacerebbe essere; non è l'ideale, perché l'ideale è fittizio, ma è invece quel che fate, pensate e sentite attimo per attimo. Ciò che è, è il reale, e comprendere il reale richiede consapevolezza, una mente molto vigile, molto pronta. Ma, se cominciamo a condannare ciò che è, se cominciamo a criticarlo, o a opporci ad esso, allora non ne comprenderemo il movimento. Se voglio capire qualcuno, non posso assumere un atteggiamento di

condanna nei suoi confronti:

devo osservarlo, studiarlo, devo amare l'oggetto della mia indagine. Se volete capire un bambino, dovete amarlo e non biasimarlo. Dovete giocare con lui, osservare i suoi movimenti, le sue idiosincrasie, le sue modalità di comportamento; ma se vi limitate a biasimarlo, se vi opponete a lui e lo rimproverate, allora non sarete in grado di comprenderlo. Allo stesso modo, per comprendere ciò che è, bisogna osservare i propri pensieri, sentimenti e azioni attimo per attimo. Questo è il reale. Qualunque altra azione, qualunque azione ideale o ideologica, non è il reale; è semplicemente un desiderio, un'aspirazione illusoria a essere qualcosa di diverso da ciò che

è.

Comprendere ciò che è richiede uno stato mentale in cui non siano presenti, né identificazione, né condanna, il che implica che la mente sia vigile e tuttavia passiva. Siamo in quello stato quando realmente desideriamo, o capiamo qualcosa; quando è presente l'intensità dell'interesse, si realizza allora quello stato mentale. Quando si è interessati a comprendere ciò che è, ossia l'effettivo stato della mente, non si ha necessità di forzarlo, disciplinarlo, o controllarlo; al contrario, c'è un'attenzione vigile, ma passiva. Questo stato di consapevolezza si realizza quando c'è l'interesse, l'intenzione di comprendere.

La fondamentale comprensione di sé non si ottiene attraverso la conoscenza o attraverso l'accumulazione di esperienze, che è semplicemente l'esercizio della memoria. La comprensione di sé si realizza attimo per attimo; se ci limitiamo ad accumulare la conoscenza di noi stessi, quella stessa conoscenza impedisce ogni ulteriore comprensione, perché la conoscenza e l'esperienza accumulate divengono il centro nel quale il pensiero converge e trova esistenza. Il mondo non è diverso da noi e dalle nostre attività: è in ciò che siamo, infatti, che hanno origine i problemi del mondo; per la maggior parte di noi la difficoltà consiste nel fatto che non abbiamo una conoscenza diretta di noi stessi, ma cerchiamo un sistema, un metodo, una modalità d'azione attraverso cui risolvere i numerosi problemi umani.

Ma esiste un mezzo, un sistema per conoscere se stessi? Qualunque persona intelligente, qualunque filosofo, può inventare un sistema, un metodo; ma è evidente che l'adesione a un sistema potrà esclusivamente produrre un risultato che è frutto di quel sistema. Se seguo un particolare metodo per conoscere me stesso, avrò il risultato che quel sistema rende inevitabile; ma è chiaro che tale risultato non sarà la comprensione di me stesso. In altri termini, seguendo un metodo, un sistema, una teoria per conoscere me stesso, plasmo il mio pensiero, le mie attività secondo un modello; ma seguire un modello non vuol dire comprendere se stessi.

Dunque non esiste alcun metodo che conduca all'autoconoscenza. Cercare un metodo implica invariabilmente il desiderio di conseguire un risultato - ed è proprio questo che tutti noi vogliamo. Seguiamo l'autorità - se non quella di una persona, quella di un sistema, di un'ideologia - perché desideriamo un risultato che sia soddisfacente, che ci dia sicurezza. In realtà non vogliamo conoscere noi stessi, i nostri impulsi e reazioni, l'intero processo del nostro pensiero, il conscio e l'inconscio; siamo invece piuttosto propensi ad abbracciare un sistema che ci assicuri un risultato.

Ma l'adesione a un sistema è invariabilmente il risultato del nostro desiderio di sicurezza, di certezze, e ovviamente il risultato non è certo la comprensione di sé. Quando seguiamo un metodo, dobbiamo avere delle autorità - l'insegnante, il guru, il salvatore, il Maestro - che ci garantiscano il conseguimento di ciò che desideriamo; e certamente non è questa la strada che conduce all'autoconoscenza.

L'autorità impedisce la comprensione di sé, non è così? Trovare rifugio presso un'autorità, una guida, può dare un senso temporaneo di sicurezza, di benessere, ma questa non è certo la comprensione del processo globale del sé.

Per sua stessa natura l'autorità impedisce la piena consapevolezza di sé e perciò, in definitiva, distrugge la libertà, che è condizione essenziale perché possa esserci creatività. E solo attraverso l'autoconoscenza può svilupparsi la creatività.

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

Certo, la nostra difficoltà sta nel fatto che la maggior parte di noi ha perso questo senso di creatività. Essere creativi non significa dipingere quadri o scrivere poesie e diventare famosi. Quella non è creatività, è semplicemente la capacità di esprimere un'idea, che il pubblico apprezza o non apprezza. Non bisognerebbe confondere il talento con la creatività. Quest'ultima è uno stato dell'essere alquanto differente dal talento, uno stato in cui il sé è assente, in cui la mente non funge più da centro delle nostre esperienze e ambizioni, dei nostri sforzi e desideri.

La creatività non è uno stato continuo, ma si rinnova attimo per attimo, è un movimento in cui non c'è né l'"io", né il "mio", in cui il pensiero non è concentrato su alcuna particolare esperienza, ambizione, risultato, fine o motivazione. Soltanto quando il sé si annulla, si realizza la creatività - quello stato dell'essere che solo rende possibile la realtà, quello stato che è creatore di tutte le cose. Ma tale stato non può essere concepito o immaginato, non può essere formulato o copiato, non può essere conseguito attraverso alcun sistema, alcuna filosofia, alcuna disciplina; al contrario, si realizza soltanto attraverso la comprensione del processo totale del sé. La comprensione di sé non è un risultato, un punto di arrivo; è il vedersi attimo per attimo nello specchio dei rapporti - i propri rapporti con la proprietà, le cose, le persone, le idee. Ma troviamo difficile essere vigili, essere consapevoli, e preferiamo ottundere le nostre menti abbracciando un metodo, accettando l'autorità, accogliendo superstizioni e teorie gratificanti; in tal modo le nostre menti si logorano, si esauriscono, diventano insensibili. Una mente in queste condizioni non può essere in uno stato di creatività, che si produce solo quando il sé, ossia il processo di riconoscimento e accumulazione, si arresta; la coscienza, infatti, in quanto "io", è il centro del riconoscimento, e il riconoscimento non è altro che il processo di accumulazione dell'esperienza. Ma abbiamo tutti paura di non essere nulla, perché desideriamo tutti essere qualcosa. Il piccolo uomo vuole essere un grand'uomo, il peccatore vuol essere virtuoso, l'individuo debole e anonimo sogna il potere, il prestigio e l'autorità. E' questo che tiene la mente incessantemente in attività. Ma una mente in queste condizioni non può essere tranquilla e, di conseguenza, non potrà mai comprendere lo stato di creatività.

Per cambiare il mondo che ci circonda, con la sua infelicità, le guerre, la

disoccupazione, la fame, le divisioni di classe e la confusione estrema, dobbiamo realizzare un cambiamento in noi stessi. La rivoluzione deve avere inizio dentro di noi - ma non seguendo una fede o un'ideologia, perché è evidente che una rivoluzione la quale si fondi su un'idea o si conformi a un particolare modello non è affatto una rivoluzione. Per produrre una rivoluzione fondamentale dentro di sé, bisogna comprendere il processo complessivo dei propri pensieri e sentimenti all'interno dei rapporti. E' questa l'unica soluzione a tutti i nostri problemi - non quella di avere ancora altre discipline, altre credenze, altre ideologie, altri maestri. Se riusciamo a comprendere noi stessi Così come siamo attimo per attimo, al di là del processo di accumulazione, allora vedremo sopraggiungere una tranquillità che non è un prodotto della mente, una tranquillità che non è né immaginata, né coltivata; e solo in tale stato di tranquillità può esserci creatività.