

# J. Krishnamurti: l'autoconoscenza

GAETANO MOLLO

*“La vera ignoranza consiste nel non rendersi conto di come avvenga il nostro processo mentale”.*

L'attualità della visione di Krishnamurti è oggi duplice: sia sul versante della percezione del rapporto con la realtà sia su quello del rapporto col sapere. Le due cose vanno assieme, come per i nostri due occhi, attraverso i quali poter vedere ogni cosa nella sua giusta luce.

Si deve considerare, innanzitutto, come il rapporto con la realtà non sia come quello che si può avere con un qualsiasi oggetto che stia di fronte a noi. La realtà non è un dato di fatto o il semplice contesto in cui viviamo. La realtà non può essere ridotta a ciò che percepiamo e cogliamo con i sensi. Ciò che normalmente s'intende per realismo è illusione, trattandosi – in vero – della manifestazione dell'essere nella materia; così pure ciò che s'intende per idealismo è astrazione, quando si reputa erroneamente che solo ciò che appartiene al mondo delle idee sia la vera realtà.

## **Liberarsi dal conosciuto**

Ciò che riduce il senso della realtà, anzi lo impedisce, è il reputarlo come l'insieme delle conoscenze acquisite, considerato come oggetto del nostro pensiero. In tale prospettiva, il “conosciuto” – per Krishnamurti – costituisce un sapere codificato, apparentemente rassicurante, presuntuosamente oggettivabile e riduttivamente osservabile. Si tratta di un insieme di preconcetti, tutti creati nel passato, presenti

nella memoria come conoscenze accumulate. Il conosciuto, in quanto tale, ci sta di fronte senza senso, scontato e assodato, come lo sono i fatti storici, se reputiamo che lo siano diventati per necessità o per destino.

La violenza, per Krishnamurti, deriva da tale logica separativa fra il me e il non-me, dove c'è chi conosce e ciò che viene conosciuto, tale che l'io si strutturi in base alla presunzione delle conoscenze<sup>1</sup>. Krishnamurti c'invita al trascendimento fra osservatore e osservato. Si tratta di andare oltre il nostro presuntuoso “ego”, che ragiona in termini di valutazioni dualistiche, oppostive. La mente libera, invece, sa cogliere l'unicità e diversità di ciò con cui entriamo in rapporto e sa sintonizzarsi su ciò che accomuna.

Nei suoi discorsi e nelle sue conversazioni maieutiche Krishnamurti fa tanti esempi, ci riporta in tante situazioni, come quelle di fronte a ciò che vediamo e sentiamo, immersi nella natura, magari davanti a un albero. Si tratta di porsi di fronte a ciò che ci si pone davanti come di fronte ad un essere unico, con le sue forme che ci parlano, mettendo fra parentesi la conoscenza botanica. Ci si deve abbandonare alla sua visione, non catalogandolo e classificandolo in una categoria conosciuta.

Si tratta di porsi di fronte alla vita nel suo presentarsi ed essere: “*il dualismo nasce quando vi è una fuga da ciò che è, che crea l'opposto e quindi il conflitto*”. La separazione inizia quando ci s'identifica con un gruppo, un'istituzione, un'idea dominante o c'è un'esaltazione narcisistica del proprio io. È questo l'inizio dell'alienazione. Da

qui la distinzione che fa tra l'entusiasmo – pericoloso, perché è spesso una proiezione della volontà di potenza del nostro io e non è costante nel tempo – e la passione – che ci porta sulle lunghezze d'onda della dimensione degli ideali e ci accomuna a dimensioni di valore universale. Per questo col buon senso si dice che bisogna star lontani dai facili entusiasmi, mentre si deve seguire ciò che ci appassiona.

Krishnamurti ci sollecita a liberarci dal “conosciuto”, dall'assodato, ossia da tutto ciò che può diventare scontato. C'invita a vivere la vita senza un sentiero predeterminato, andando incontro a ciò che ascoltiamo, vediamo, percepiamo, senza preconcetti e senza pretese. Questo modo di relazionarci può aprire la strada della compassione e della comprensione. Con la compassione si può uscire da se stessi, per aprirsi empaticamente all'altro. Con la comprensione – che non è un fatto intellettuale – ci si libera “nell'esperire lo stato emotivo o mentale e, nello stesso tempo, nell'esercitare la viva attenzione interiore”<sup>2</sup>.

Si tratta di riuscire a osservare veramente, senza identificarci o fare proiezioni personali, liberandoci dagli schemi precostituiti e dai ricordi predefiniti. Si tratta di cercare di vedere ogni cosa come se fosse nuova, osservata per la prima volta. La coscienza dell'essere al mondo deve ricostituirsi ogni volta. Per questo, nel “Discorso del '29” ci ricorda che “la verità è una terra senza sentieri”.

### L'osservazione totale

Conseguentemente a questa presunzione rassicurante deriva – sempre per Krishnamurti – l'errore dell'istruzione del suo tempo, considerata e vissuta come un'accumulazione del conosciuto. Da qui il pericolo di reputare la conoscenza come oggetto del pensiero, senza misconoscere il fatto che l'insieme delle conoscenze ha apportato molti progressi in campo tecnologico e che in tale ambito va apprezzata e rispettata.

L'affidamento a ciò che s'intende per “pen-



*Krishnamurti sulla spiaggia di Adyar, dove fu “scoperto” nel 1909. Foto tratta dal volume “One Thousand Moons – Krishnamurti at Eighty-five” di Asit Chandmal, Harry N. Abrams, Inc., Publishers, New York, 1985.*

siero” – ossia per l'insieme delle conoscenze oggettive – è ciò che è limitato e limitante, perché è il risultato della memoria e della conoscenza accumulate con l'esperienza. Di fatto, “la natura del pensiero crea divisioni e distrugge. Quando il pensiero domina ogni nostra attività e rapporto produce un mondo di violenza, terrore, conflitto, sofferenza”<sup>3</sup>.

Il pensiero, in tale logica, costituisce il fattore principale della degenerazione della mente: la riduzione al “conosciuto” ossia al passato e al misurabile. Dove c'è “misura” c'è confronto e quindi paragone. Dal paragone e dalla sua abitudine discende l'ego che confronta, invidia, domina e separa. Per questo, ogni separazione costituisce un possibile male, nel suo poter portare a contrapposizioni e rivalse. Da ogni paragone può derivare una violenza. Questo perché il pensiero che misura e paragona non può creare l'amore, sostiene Krishnamurti.

Diversamente, si deve ricorrere a ciò che permette di andare oltre al conosciuto: l'intuizione, che schiude la porta della “totalità dell'azione”. L'intuizione richiede attenzione: si tratta di porsi di fronte al mondo col candore dell'innocenza, senza preconcetti e abitudini. Le abitudini, d'altronde, si formano solo quando non si fa attenzione a ciò che direttamente e intimamente viviamo, vediamo e percepiamo. Per questo Krishnamurti ci ricorda e avvisa che la “mente diligente” non deve avere alcuna abitudine.

In tale prospettiva ci si deve servire di una “osservazione totale”: “l'osservazione non è un'abitu-

dine: non è una cosa che vi addestrate a fare meccanicamente. È lo sguardo fresco dell'interesse, della cura, della sensibilità". Tutto ciò rappresenta la "non-azione": abbandonare ogni presunta certezza e ogni precostituito preconcepto, senza sprecare energie mentali nel ricordare o accumulare; così l'energia diventa infinita. Soltanto la mente non occupata è in grado di osservare veramente.

C'è quindi una coscienza illusoria, basata sulla conoscenza, sul pensiero e sul dominio, e una coscienza vitale, che va oltre la distinzione fra io e non-io, che tende a unirsi al Tutto di cui fa parte, che va oltre la contingenza e momentaneità del tempo. Tale coscienza è quella del "vero sentire", percepibile in forza dell'estasi: vero sentire come un uscire da se stessi, dal limite dell'egoità, per tendere a essere un tutt'uno con ciò che apparentemente ci si presenta come altro da noi, oltrepassando il senso di separazione dei contrari.

Nel suo ultimo discorso, qualche mese prima della sua scomparsa fisica, Krishnamurti disse: "Per trovare questo grande senso della meditazione vi deve essere l'assenza del "me", dell'io, dell'attività egocentrica. Ci deve essere un grande silenzio. Silenzio vuol dire svuotarsi del tutto. In esso c'è un ampio spazio, c'è un'immensa energia, un'energia che non è egoismo, un'energia illimitata".

Diventa importante, per tutto ciò, la nostra "osservazione meditativa" nel determinare ciò che costituisce lo stesso senso della realtà: il nostro livello evolutivo e la nostra energia mentale derivano dalla capacità di sintonizzarci sulle lunghezze d'onda delle vibrazioni che ci vengono dal meditare. La meditazione è per questo "la liberazione della mente da ogni simbolo, immagine e ricordo", è "la percezione totale di ciò che è", è "il movimento dell'onestà nel silenzio"<sup>4</sup>.

La meditazione, tuttavia, come la realizzazione di se stessi, per Krishnamurti si realizza attraverso diversi gradi. Il primo grado è intuire che c'è qualcosa che va oltre quello che siamo in grado di vedere e sentire; il secondo momento è

quello di prendere atto di se stessi, attraverso il mettersi in ascolto; il terzo è quello di percepire la propria esistenza come base della relazione col mondo e con gli altri<sup>5</sup>.

### L'istruzione fondamentale

Per comprendere se stessi e il mondo sono necessari osservazione totale e attenzione. Su questo Krishnamurti basa l'arte dell'apprendere, che è quando si riesce a dare il posto giusto alle informazioni reperite, potendo in tal modo agire abilmente e saggiamente, secondo ciò che è necessario e giusto; questo senza fermarsi alle conoscenze acquisite e legarsi alle immagini create dal pensiero. L'invito è quello a mettere al centro dell'apprendimento l'autoconoscenza: "apprendere non solo dai libri e dai maestri ma studiare e apprendere su voi stessi, questa è l'istruzione fondamentale"<sup>6</sup>.

Da qui il senso che per Krishnamurti deve avere la scuola: la scuola deve essere, paradossalmente, un "luogo di riposo". Solo quando si riposa s'impara. Solo quando si riposa vengono le intuizioni e si entra in contatto con esse. Solo quando si riposa si è felici e, se lo studente non è felice, è incapace d'imparare l'arte di imparare. D'altronde per i Romani era dall'*otium* che potevano derivare la contemplazione, l'immaginazione letteraria, la fantasia poetica e l'inventività creativa. Stessa cosa per l'*opus* benedettino, ambito privilegiato dello studiare.

L'obiettivo delle scuole – per Krishnamurti – deve essere quello di dare origine a una nuova generazione di persone, che siano libere dall'azione egocentrica. La meta è l'uomo integrale, presente a se stesso, che ricerca la Verità con la forza del proprio spirito. Fondamentale, per perseguire questo fine, è che il Maestro sappia prendersi cura adeguatamente dei propri allievi: "la speciale lezione che egli deve imparare nel praticare la padronanza di sé consiste nel cercare di adattare i propri metodi al grado di sviluppo raggiunto dai suoi allievi"<sup>7</sup>.



*Krishnamurti e Indira Gandhi camminano nella proprietà di Rishi Valley. Sullo sfondo l'immenso albero di Banyan che gli diede ispirazione sulla scelta del luogo nel quale fondare la Scuola. Foto tratta dal volume "One Thousand Moons – Krishnamurti at Eighty-five" di Asit Chandmal, Harry N. Abrams, Inc., Publishers, New York, 1985.*

Constatata la mancanza di felicità in tanti uomini che la ricercavano in *"eccitamenti superficiali"*, egli intuì che la bellezza del mondo e della vita si schiudono solo quando l'*ego* – con i suoi infiniti desideri e le sue insicurezze – non domina la nostra esistenza. Per Krishnamurti, infatti, vi è la bellezza solo quando la corrente dell'*io* si è prosciugata completamente, quando l'*io* non si sovrappone con le sue deformazioni all'apparire del mondo, delle sue creature e delle sue visioni.

Per Krishnamurti l'istruzione, quando si basa esclusivamente sulla coltivazione dell'intelletto, del pensiero e della conoscenza, riduce e blocca il rapportarsi genuinamente al mondo e agli altri. Questi processi mentali sono necessari nell'ambito della nostra vita quotidiana ma sono fuori posto e controproducenti nei nostri rapporti psicologici fra esseri umani. Non ci fanno incontrare veramente, perché erigono barriere comunicative, causano incomprensioni e fraintendimenti, precludono spontanee collaborazioni.

Per questo *"l'insegnante deve sempre stare all'erta per vigilare le proprie parole e, per quanto affaccendato possa essere, non lasciar trapelare, dai suoi discorsi e dalle sue azioni, null'altro che amorevolezza"*<sup>8</sup>.

### La cooperazione

L'autoconoscenza non si può raggiungere iso-

latamente, nel chiuso del proprio mondo. È superando la concentrazione egocentrica sul proprio *"io"* misurante, paragonante e dominante che ci si può aprire al rapporto con gli altri e alla collaborazione. Infatti, per Krishnamurti *"la parola cooperazione significa lavorare assieme; ma noi non possiamo lavorare assieme se non guardiamo nella stessa direzione, con gli stessi occhi e la stessa mente"*<sup>9</sup>.

Maestro e allievo devono poter cooperare, soprattutto per lo studio del sé, in cui risiedono il vero apprendimento e la fonte dell'azione: *"nell'azione reciproca e nelle sue reazioni iniziamo a comprendere la natura di noi stessi"*<sup>10</sup>. Si tratta non tanto di spirito di squadra o di identificazione con un gruppo. È la forza dell'affetto e dell'intelligenza, in un reciproco rapporto di apprendimento, dove l'autoritarismo e l'indottrinamento scompaiono. Da qui la grande importanza della comunicazione e la funzione fondamentale della cooperazione. Infatti, per Krishnamurti, *"la cooperazione è diventata impossibile, perché abbiamo attribuito così tanto valore al talento, alla specializzazione e al successo, che sottolineano tutti la separazione"*<sup>11</sup>.

Nelle scuole di vita devono essere riscoperte la virtù della compassione e l'energia dell'intelligenza, che devono procedere assieme. Non si può mai agire soltanto in base all'intelletto, che analizza e separa. Solo con la compassione – *"la santità di tutte le cose viventi"* – si possono cogliere

il senso delle cose che ci circondano e la realtà delle persone con cui ci veniamo a trovare, perché è con la compassione che si può intuire la “totalità della vita”.

La forza della compassione è quella nuova energia che viene a costituirsi quando non si fugge da se stessi, non c'è resistenza, non c'è sforzo di volontà, né divisione fra ciò che siamo e i sentimenti che proviamo. Dobbiamo per questo essere consapevoli che troppo spesso viviamo nell'illusione dell'essere tutti separati, come tante monadi. Oggi invece, grazie anche alla globalizzazione, ci stiamo rendendo conto che in questo mondo siamo tutti interconnessi.

Da tutto ciò la considerazione di come debba porsi un insegnante e a maggior ragione un maestro. Un insegnante, per Krishnamurti, deve provare una “responsabilità totale, non solo nel suo rapporto personale con lo studente ma anche nel rapporto con tutta l'umanità. Egli è l'umanità”<sup>12</sup>.

Da tale consapevolezza deriva la necessità di coltivare tutte le dimensioni dell'umanità, con in testa la passione e la compassione. Da qui, la necessità di “parlare dal cuore” e di far “fiorire i rapporti”. Parlando col cuore si apre la propria interiorità; facendo fiorire i rapporti ci si arricchisce nelle relazioni e si riesce a cooperare non solo fra maestro e allievo ma anche con tutta l'umanità.

In un mondo che si è fatto piccolo, dove il destino dell'umanità è divenuto comune, siamo tutti invitati a prenderci cura di noi stessi, degli altri e del pianeta di cui facciamo parte. Questo per Krishnamurti è possibile se si diventa consapevoli di se stessi, che è il “fuoco che deve essere acceso”, riuscendo contemporaneamente a stare in contatto con gli altri e da soli.

Quella che Krishnamurti prospetta è una vera e propria nuova civiltà della cooperazione, dove alla paura dell'altro venga sostituita la collaborazione, alla trasmissione di conoscenze la condivisione di comuni percorsi d'apprendimento, all'egocentrismo la reciprocità, alla separazione il senso dell'unità.

A chi si è reso conto della necessità di una nuova leadership etica, capace di creare cooperazione a tutti i livelli, in forza dell'istituzione di una rete collaborativa e corresponsabile, il compito di generare unificazioni sempre più vaste, atte a produrre comprensione e compartecipazione sempre più ampie<sup>13</sup>.

#### Note:

1. Cfr. J. Krishnamurti, *Verità e realtà*, tr. it., Astrolabio-Ubaldini, Roma 1978, p. 94.
2. E. Bratina, *J. Krishnamurti a confronto con la psicoanalisi*, Ed. Teosofiche Italiane, Vicenza 2016, p. 84
3. J. Krishnamurti, *Lettere alle scuole*, tr. it., Ubaldini, Roma 1983, p. 101.
4. J. Krishnamurti, *Verità e realtà*, ed. cit., pp. 115-117.
5. J. Krishnamurti, *Il silenzio della mente*, tr. it., Mondadori, Milano 2015, p. 39.
6. J. Krishnamurti, *Lettere alle scuole*, ed. cit., p. 103.
7. J. Krishnamurti, *Ai piedi del maestro*, Blu International Studio Editore, Torino 1991, p. 83.
8. Ibidem p. 38.
9. J. Krishnamurti, *Lettere alle scuole*, ed. cit., p. 111.
10. Ibidem.
11. Ibidem, p. 96.
12. Ibidem, p. 59.
13. Cfr. G. Mollo, *La civiltà della cooperazione*, Morlacchi, Perugia 2012.

*Gaetano Mollo (1947) è ordinario di Pedagogia generale e sociale presso la Facoltà di Lettere e Filosofia dell'Università di Perugia. È presidente dal 2003 del Comitato del Comune di Foligno per la divulgazione del pensiero di Pietro Ubaldi. In tale veste ha pubblicato il libro “Pietro Ubaldi biofilosofo dell'evoluzione umana” e scritto la riduzione teatrale “L'onda dell'anima”. È autore di numerose pubblicazioni, fra cui: “Educare alla soggettività”, “A scuola di valori”, “La via del senso”, “La conquista della coscienza”, “Al di là dell'angoscia”, “L'arte dell'insegnamento”, “Linee di pedagogia generale”, “Il senso della formazione”.*

Estratto della relazione tenuta a Perugia il 5 giugno 2016, in occasione del 102° Congresso Nazionale della S.T.I. sul tema “Krishnamurti e la Teosofia”.