

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - I**

### **ludzkie poszukiwania - umysł udręczony - podejście tradycyjne - pułapka szacunku - istota ludzka a indywidualność - prawda - przemiana siebie - rozpraszanie energii - wolność od autorytetu**

W ciągu wieków człowiek szukał czegoś poza sobą, poza materialnym dobrobytem - czegoś, co nazywamy prawdą, Bogiem czy rzeczywistością w jej stanie pozaczasowym, czegoś, czego nie mogą zakłócić niesprzyjające okoliczności, myśli czy ludzkie zepsucie.

Człowiek zawsze zadawał sobie pytanie: czym jest wszystko wokół? Czy życie ma w ogóle jakiś sens? Widząc nieustanny chaos, brutalność, rewolucje i wojny, nie mające końca rozłamy na tle religijnym, ideologicznym i narodowym, człowiek pyta z poczuciem głębokiego niepokoju: co należy czynić? Czym jest to, co nazywamy życiem? Czy istnieje coś poza nim? I nie znajdując tej bezimiennej rzeczy, która ma tysiące imion i która od wieków stanowi przedmiot ludzkich poszukiwań, żywi wiarę - wiarę w zbawiciela lub jakiś ideał. Wiara zaś jest źródłem przemocy.

W tej ciągłej walce, zwanej przez nas życiem, staramy się ułożyć kodeks postępowania zgodny z obyczajami społeczeństwa, w którym się wychowaliśmy, komunistycznego czy innego. Jako hindusi, muzułmanie, chrześcijanie przyjmujemy wzory zachowania zgodne z naszą tradycją. Oglądamy się za kimś, kto by nam powiedział, co wypada, a czego nie wypada robić, która myśl jest słuszna, a która błędna. Skoro reagujemy automatycznie, kierując się takim wzorcem zachowania i myślenia, to stajemy się jakby mechanizmami społecznymi. Na sobie samych możemy to zresztą bardzo łatwo zaobserwować.

Od stuleci karmią nas gotową wiedzą nauczyciele, święci, autorytety i dzieła. Prosimy: "Powiedz nam wszystko o tym, co znajduje się za górami, co znajduje się poza ziemią?", a otrzymana odpowiedź i opisy zadowolają nas. Oznacza to, że żyjemy słowami, a życie nasze jest jałowe i puste. Żyjemy jakby "z drugiej ręki"; żyjemy tym, co nam ktoś powiedział; żyjemy, kierując się swymi przekonaniem lub będąc pod przymusem sytuacji, jaką tworzy nasze środowisko. Jesteśmy wynikiem wszelkiego rodzaju wpływów i nie ma w nas niczego nowego, niczego oryginalnego, pierwotnego i jasnego.

W ciągu całej historii religii jej przywódcy zapewniali nas, że jeżeli będziemy dopełniać pewnych obrzędów, powtarzać pewne modlitwy lub mantry, stosować pewne rytuały, tłumić pragnienia, kontrolować myśli, wyciszać namiętności, ograniczać swe apetyty i powstrzymywać się od zaspokajania seksualnych pragnień, to dzięki takiemu umartwieniu umysłu i ciała znajdziemy coś poza samym życiem. To właśnie czyniły w ciągu wieków miliony tak zwanych religijnych ludzi, już to żyjąc w odosobnieniu na pustyniach, w górach, w jaskiniach albo wędrując od wsi do wsi z żebraczymi miseczkami, już to grupowo skupiając się w klasztorach i zmuszając swoje umysły do uznania jakiegoś ustalonego wzorca myślenia. Ale umysł udręczony, umysł złamany, umysł, który pragnie uciec od wszelkiego zgiełku, który wyrzekł się zewnętrznego świata i z powodu dyscypliny i konformizmu stał się tępy - jeżeli taki umysł, choćby najdłużej szukał, cokolwiek znajdzie, to znajdzie to tylko na miarę własnego zniekształcenia.

Aby więc odkryć, czy poza tą niespokojną, występłą, opartą na współzawodnictwie egzystencją istnieje coś jeszcze - moim zdaniem - trzeba podejść do sprawy całkiem odmiennie. Tradycyjne podejście zwraca się od obwodu ku środkowi, by stopniowo, poprzez ćwiczenia i wyrzeczenia, w miarę upływu czasu człowiek mógł docierać do owego kwiatu wewnętrznego, owego wewnętrznego piękna i miłości. W rzeczywistości czyni on wszystko, aby stać się ciasnym, małym i tępym. Oczyszczając się po trosze, powoli korzysta z czasu, który będzie przecież jutro czy w następnym życiu, aż w końcu dochodzi do środka. Okazuje się, że nie ma tam nic, ponieważ jego umysł stał się niezdolny, tępy i niewrażliwy. Obserwując ten proces, zastanawiamy się, czy nie istnieje jakieś całkiem odmiennie podejście do zagadnienia: czy nie można zacząć od środka?

Świat przyjmuje i stosuje tradycyjne podejście. Pierwotną przyczyną bezładu w nas jest szukanie rzeczywistości przez kogoś nam obiecaną; idziemy mechanicznie za kimś, kto zapewnia nam wygodne życie duchowe. Jest to niezwykle dziwne, że choć większość z nas przeciwstawia się tyranii politycznej czy wszelkiej formie dyktatury, w tym wypadku przyjmujemy cudzy autorytet i poddajemy się tyranii, by zwichnąć swój umysł i wykrzywić swą drogę życia. Jeśli jednak całkowicie odrzucimy (i to aktywnie, a nie tylko rozumowo) wszelkie tak zwane autorytety duchowe, wszelkie obrzędy, rytuały i dogmaty, to stwierdzimy, że znajdujemy się w konflikcie ze społeczeństwem, tracimy szacunek społeczny. Ale zasługująca na szacunek istota ludzka nie może żadną miarą zbliżyć się do rzeczywistości, która jest nieskończona i niezmierna.

Zaczynacie więc od zaprzeczenia czegoś, co jest absolutnie fałszywe - od odrzucenia tradycyjnego podejścia. Jeśli jednak odrzucenie to jest tylko swego rodzaju reakcją, natychmiast stworzycie sobie nowy wzorzec, który znowu zamknie was w pułapce. Jeżeli powiecie sobie w głębi ducha, że odrzucenie tradycyjnego podejścia jest świetnym pomysłem, ale nic więcej w tej sprawie nie zrobicie, to nie będziecie mogli pójść naprzód. Jeśli natomiast odrzucicie tradycyjne podejście, ponieważ dotarło do was, że jest bezsensowne, jeżeli odrzucicie je z pełnym zrozumieniem, ponieważ jesteście wolni i nie boicie się tego zrobić, to tym samym stworzycie w sobie i dookoła was chaos, ale będziecie mogli wydostać się z pułapki, jaką stanowi ludzkie poważanie. Wtedy odkryjecie, że już dłużej nie trzeba szukać. A to jest pierwsza umiejętność, jaką trzeba zdobyć: nie szukać. Bowiem kiedy szukacie, tak naprawdę "oglądacie tylko wystawy sklepowe".

Na pytanie o to, czy istnieje Bóg, prawda, rzeczywistość - jakkolwiek zechcecie nazwać problem, który was dręczy - nie udzielą wam odpowiedzi ani księgi, ani kapłani, ani filozofowie czy zbawiciele. Oprócz was samych nikt i nic nie odpowie wam na to pytanie, dlatego też musicie poznać siebie. Niedojrzałość polega jedynie na zupełnej nieznajomości siebie. Zrozumienie samego siebie jest początkiem mądrości.

A czymże jest każdy z was, czym jest indywidualne ja? Sądzę, że istnieje zasadnicza różnica pomiędzy istotą ludzką a indywidualną jednostką. Indywidualna jednostka jest ściśle zlokalizowana, żyje w konkretnym kraju, przynależy do określonej kultury, określonego społeczeństwa i określonej religii. Istota ludzka jako taka nie jest umiejscowiona. Jest wszędzie. Jeżeli indywidualna jednostka działa tylko w ściśle określonym zakątku ogromnego pola życia, to tym samym jej działalność nie jest powiązana w pełni z całością. Toteż należy pamiętać, że mówimy tu o całości, a nie o części, gdyż w tym, co większe, mieści się to, co mniejsze, a nie odwrotnie. Indywidualna jednostka jest drobną, słabo wyposażoną i sfrustrowaną istotą, która zadowala się swymi małymi bogami i małymi tradycjami, natomiast istota ludzka interesuje się powszechnym dobrobytem, powszechną nędzą i powszechnym zamętem w świecie.

My, ludzkie istoty, jesteśmy tacy, jakimi byliśmy przez miliony lat: chciwi, zawistni, agresywni, zazdrośni, niespokojni i zropaczeni, czasami z przebłyskami radości czy miłości. Jesteśmy prawdziwą mieszaniną nienawiści, strachu i łagodności; jest w nas jednocześnie i przemoc, i pokój. Dokonano zewnętrznego postępu od wozu zaprzęzonego w woni do odrzutowca, ale pod względem psychologicznym człowiek nie zmienił się. Strukturę społeczeństwa na całym świecie tworzą ludzie, a zewnętrzna struktura społeczeństwa jest rezultatem wewnętrznej, psychologicznej struktury naszych ludzkich powiązań, gdyż poszczególna jednostka jest wynikiem całego doświadczenia, wiedzy i postępowania człowieka. Każdy z nas jest magazynem całej przeszłości. Jednostka jest człowiekiem, a ten całą ludzkością. Cała historia człowieka jest w nas zapisana.

Zaobserwujcie, co się obecnie dzieje w was i poza wami, w otaczającej was kulturze konkurencji - w kulturze, w której ludzie pragną władzy, stanowiska, prestiżu, nazwiska, sukcesu i wszystkiego, co się z tym łączy. Obserwujcie osiągnięcia, z których jesteście tak dumni - to całe pole zwane przez was życiem. Występuje w nim konflikt w każdej formie międzyludzkich stosunków, konflikt rodzący nienawiść, antagonizm, brutalność i nie kończące się wojny. To pole, owo życie, jest wszystkim, co znamy, a że nie jesteśmy w stanie zrozumieć wielkiej walki o byt, tym samym boimy się jej i uciekamy przed nią na wszelkie subtelne sposoby. Trwoży nas też nieznanne: boimy się śmierci, obawiamy się tego, co czeka nas po dniu jutrzejszym. Boimy się tego, co znamy, i zarazem tego, co nie jest nam znane. Takie jest nasze codzienne życie i nie ma w nim nadziei. Dlatego każda odmiana filozofii, każda koncepcja religijna jest tylko ucieczką od aktualnej rzeczywistości, od tego, co jest.

Wszystkie zewnętrzne formy zmian spowodowanych przez wojny, rewolucje, reformacje, prawa i ideologie zawiodły całkowicie, jeśli wziąć pod uwagę problem zmiany zasadniczej natury człowieka, a tym samym społeczeństwa. Jako istoty ludzkie żyjące w niewiarygodnie potwornym świecie, postawmy sobie pytanie: czy to społeczeństwo oparte na współzawodnictwie, brutalności i strachu może mieć kres? Mam na myśli nie intelektualną koncepcję, nie nadzieję, lecz bezwzględny stan: świeży, odnowiony i niewinny umysł tego społeczeństwa, dzięki któremu można by stworzyć całkiem odmienny świat. Sądzę, że może do tego dojść tylko wtedy, gdy każdy z nas przyjmie do wiadomości zasadniczy fakt: my, jako jednostki, jako ludzkie istoty, jesteśmy całkowicie odpowiedzialni za obecny stan świata, i to niezależnie od tego, w jakiej części świata żyć nam wypadło i do jakiej kultury przynależymy.

Każdy z nas ponosi odpowiedzialność za każdą wojnę, gdyż sami jesteśmy agresywni, egoistyczni, przepojeni szowinizmem, ideologiami i uprzedzeniami. To wszystko nas dzieli. Stanowimy część tego potwornego społeczeństwa wraz z jego wojnami, podziałami, szpetotą, brutalnością i zazdrością, ponieważ przyczyniamy się do tego wszystkiego naszym codziennym życiem. Dopiero wtedy zaczniemy działać, gdy zdamy sobie sprawę - i

to nie rozumowo, ale naprawdę, tak jak rozpoznajemy, że jesteśmy głodni lub że cierpimy z powodu bólu - iż jesteśmy odpowiedzialni za cały istniejący chaos, za wszelką nędzę całego świata.

Cóż jednak istota ludzka może uczynić, co możecie wy albo ja uczynić, by stworzyć całkiem odmienne społeczeństwo? Pytanie jest zasadnicze. Czy w ogóle można cokolwiek zrobić? Co my możemy zrobić? Czy ktoś nam to powie? Ludzie nam to mówili. Tak zwani przywódcy duchowi, którzy rzekomo rozumieją te sprawy lepiej od nas, mówią nam to, starając się wcisnąć nas w nowy schemat i podług niego ukształtować. Niedaleko nas to zaprowadziło. Przemądrzali i uczeni ludzie również mówili swoje, lecz to nie posunęło nas o wiele dalej. Mówi się nam, że wszelkie ścieżki prowadzą do prawdy - ścieżki, którymi dążą hindusi, chrześcijanie czy muzułmanie - że wszystkie one wiodą do tej samej bramy. Jeżeli spojrzeć na to trzeźwo, jest to oczywistą niedorzecznością. Do prawdy nie wiodą żadne ścieżki, bo to jest piękem prawdy, że jest ona żywa. Ścieżka może prowadzić do rzeczy martwej, gdyż rzecz martwa tkwi w jednym miejscu, jest statyczna. Gdy ujrzycie, że prawda jest czymś żywym, poruszającym się, nie znajdującym spoczynku, że nie ma ona świątyni, meczetu czy kościoła, że nie może was do niej zaprowadzić żadna religia, żaden nauczyciel, żaden filozof, nikt w ogóle, wtedy też zrozumiecie, że żywym elementem prawdy jest to, czym obecnie jesteście - wasz gniew, wasza brutalność, wasza przemoc, rozpacz, cierpienie i smutek. Zrozumienie tego wszystkiego jest prawdą i możecie ją pojąć tylko wtedy, gdy dowiecie się, jak należy na te problemy w waszym życiu patrzeć. Nie można tego ujrzyć przez pryzmat ideologii, słów, uczucia nadziei czy strachu.

Widzicie więc, że nie możecie się na nikim oprzeć. Nie ma przewodnika, nie ma nauczyciela, nie ma autorytetu. Jesteście tylko wy - wasz stosunek do innych ludzi i do świata - poza tym nie ma nic. Zrozumienie tego albo wywoła w was wielką rozpacz, z której zrodzi się cynizm i rozgoryczenie, albo też spoglądając prosto w twarz rzeczywistości, ujrzycie, że nikt inny, tylko wy jesteście odpowiedzialni za świat, za siebie samych, za to, co myślicie, co czujecie i co robicie. Zniknie wtedy wszelkie litowanie się nad sobą. Zazwyczaj bowiem dobrze się czujemy, mogąc zrzucić winę na innych ludzi, a jest to tylko forma litowania się nad sobą samym.

Czy potrafimy więc, wy i ja, dokonać w sobie - bez jakiegokolwiek zewnętrznego wpływu, bez przekonywania, bez strachu przed karą - dokonać w samej treści naszej istoty całkowitej rewolucji, przeobrażenia, tak abyśmy już nie byli brutalni, gwałtowni, współzawodniczący, niespokojni, lękliwi, zazdrośni, zawistni, ale byśmy byli wolni od przejawów swej natury zbudowanej przez zepsute społeczeństwo, w którym toczy się nasze codzienne życie?

Trzeba przyjąć na samym początku, że nie próbuję tu sformułować żadnej filozofii ani teologicznej konstrukcji pojęć czy religijnych koncepcji. Wszelkie ideologie wydają mi się idiotyczne. Ważną jest nie filozofia życia, ale obserwacja tego, co się obecnie w naszym codziennym życiu dzieje. Jeżeli będziecie bardzo dokładnie obserwować i badać to, co się dzieje, przekonacie się, że życie opiera się na intelektualnej koncepcji i że intelekt nie stanowi całego pola istnienia; jest tylko jego fragmentem. Fragment zaś, choćby jak najprzemysłniej układany obok innych, choćby obciążony najbardziej starożytną tradycją, pozostaje nadal tylko drobną częścią bytu, a my mamy do czynienia z całością życia. Widząc, co dzieje się na świecie, zaczynamy pojmować, że nie ma granicy pomiędzy zewnętrznym a wewnętrznym procesem - jest tylko jeden jednolity proces. Jest on całkowitym, pełnym ruchem: ruchem wewnętrznym, który wyraża się na zewnątrz, i zewnętrznym, który oddziałuje z kolei na wewnętrzny. Wydaje się, że trzeba tylko umieć na to spojrzeć, jeśli bowiem umiemy patrzeć, to cała sprawa staje się bardzo jasna. Patrzeć zaś nie wymaga ani filozofii, ani nauki ciętą. Nie potrzeba wam nikogo, kto by mówił, jak należy patrzeć. Po prostu patrzycie.

Czy potraficie - widząc ten wizerunek, widząc go nie jako słowa opisu, ale w rzeczywistości - przeobrazić siebie łatwo i spontanicznie? To jest moment decydujący. Czy można przeprowadzić pełną rewolucję w psychice człowieka?

Zastanawiam się, jaka jest wasza reakcja na to pytanie. Możecie powiedzieć: "Nie pragnę zmiany", i większość ludzi jej nie chce, zwłaszcza ci, którzy czują, że są należycie zabezpieczeni pod względem społecznym i ekonomicznym lub trzymają się dogmatów wiary i wystarcza im akceptacja siebie oraz taki stan rzeczy, jaki jest, co najwyżej nieco ulepszone. Ta grupa ludzi nas nie interesuje.

Możecie też odpowiedzieć subtelniej: "To jest zbyt trudne, to nie dla mnie". W takim wypadku już zablokowaliście siebie, przestaliście dociekać i nie ma sensu iść dalej.

Możecie jeszcze rzec: "Widzę konieczność zasadniczej zmiany wewnętrznej w sobie, lecz jak mam to zrobić? Proszę, wskaż mi drogę, pomóż mi w tym". Jeżeli tak mówicie, nie jesteście zainteresowani samą zmianą, nie obchodzi was naprawdę zasadnicza rewolucja - szukacie tylko metody, systemu dokonywania zmiany.

Jeżeli byłbym tak ograniczony, że podałbym wam jakiś system, zaś wy bylibyście tak ograniczeni, że zaczęlibyście się nim kierować, to kopiowalibyście tylko, naśladowalibyście, przystosowywalibyście się i akceptowalibyście. Kiedy już dokonalibyście tego, natychmiast powstałby konflikt między wami a ustanowionym w was cudzym autorytetem. Czuliście, że musicie zrobić to lub tamto, ponieważ wam tak ktoś zalecił, a jednak nie potrafilibyście tego zrobić. Macie bowiem swe osobiste skłonności i możliwości, ulegacie naciskom, które kłócą się z systemem, do którego - waszym zdaniem - powinniście się stosować. Stąd biorą się sprzeczności. Oto prowadzicie więc podwójne życie, tkwiąc pomiędzy ideologią systemu a codziennością waszego życia. Starając się dostosować do ideologii, tłumicie siebie, a prawdą nie jest ideologia, lecz to, czym jesteście. Jeśli staracie się badać siebie według kogoś innego, to na zawsze pozostaniecie ludźmi "z drugiej ręki".

Człowiek, który mówi: "Chcę się zmienić, powiedz mi, jak to zrobić?", pozornie mówi bardzo poważnie, bardzo serio, ale w rzeczywistości tak nie jest. Pragnie on autorytetu, po którym spodziewa się, że ów zrobi w nim porządek. Wymuszony z zewnątrz porządek musi zawsze zrodzić zamęt. Potraficie tę prawdę dostrzec rozumem, ale czy potraficie obecnie zastosować ją tak, aby wasz umysł nie wyobrażał już sobie żadnego autorytetu - książki, nauczyciela, żony czy męża, rodziców, przyjaciela czy społeczeństwa? Ponieważ zawsze dotąd działaliśmy w obrębie jakiegoś wzorca czy jakiejś formuły, formuła stała się ideologią i autorytetem. Z chwilą jednak, gdy naprawdę zrozumiecie, że pytanie "W jaki sposób mogę się zmienić?" ustanawia tylko nowy autorytet w miejsce starego, wówczas skończycie z autorytetem na zawsze.

Ustalmy to jeszcze raz jasno. Każdy z nas widzi już, że musi się zmienić zupełnie, aż do sedna swojej istoty. Nie może dłużej zależeć od tradycji, bo ona właśnie doprowadziła do tego kolosalnego rozleniwienia, akceptacji i posłuszeństwa. Żadną miarą nie może oczekiwać od kogokolwiek pomocy w zmienianiu siebie - ani od nauczyciela, ani od Boga, ani od religii, ani od żadnego systemu, ani od żadnego zewnętrznego nacisku czy wpływu. Cóż zatem począć?

Przede wszystkim: czy potraficie odrzucić wszelki autorytet? Jeżeli to potraficie, oznacza to, że już pozbyliście się obawy. Cóż się wtedy dzieje? Gdy odrzucacie coś fałszywego, co nosiliście w sobie od pokoleń, gdy odrzucacie jakiś ciężar, co się wówczas dzieje? Macie wtedy więcej energii, nieprawdaz? Macie większe możliwości, macie więcej siły i energii życiowej, jesteście bardziej przedsiębiorczy. Jeżeli tego nie czujecie, oznacza to, że nie odrzuciliście jeszcze brzemienia, nie pozbyliście się balastu autorytetu.

Gdy go jednak zrzucicie i będziecie mieć w sobie energię, która w ogóle nie zna strachu - strachu przed pomyłką, strachu przed zrobieniem czegoś dobrego lub złego - to czy sama ta energia nie będzie przeobrażeniem? Potrzeba nam ogromnej ilości energii, a my ją rozpraszamy przez strach. Jednak w chwili gdy jest ona w nas - a rodzi się ona z odrzucenia wszelkiej formy strachu - sama ta energia powoduje radykalną przemianę wewnętrzną. I nie musicie już nic czynić w związku z tym.

Tak więc pozostawieni jesteście samym sobie - i taka jest sytuacja człowieka, który traktuje ten problem poważnie. Gdy już nie oglądacie się na nikogo i od nikogo nie oczekujecie pomocy, wtedy jesteście na tyle wolni, by dokonywać odkryć. Wolność wyzwala też energię; a wolność nie może zrobić nic złego. Wolność jest zupełnie różna od buntu. Gdy w kimś jest wolność, nie ma mowy o czynieniu dobra i zła. Jesteście wolni i z tego centralnego punktu działacie. Od tej chwili nie ma strachu, a umysł, który się nie boi, jest zdolny do wielkiej miłości. A miłość może czynić, co zechce.

Toteż wypada nam teraz uczyć się siebie samych - nie opinii mojej czy jakiegoś psychoanalityka lub filozofa, bowiem gdy uczymy się siebie według kogoś innego, uczymy się tylko jego, a nie siebie. Przystępujemy zatem do uczenia się tego, czym aktualnie jesteście.

Zrozumiałwszy, że chcąc dokonać całkowitej przemiany w strukturze swej psychiki, nie możemy opierać się na żadnym zewnętrznym autorytecie, spotykamy się z nieskończenie większą trudnością odrzucenia swego własnego wewnętrznego autorytetu, autorytetu swych odrębnych, drobnych doświadczeń i nagromadzonych opinii, wiedzy, pojęć i ideałów. Jeśli wczorajsze doświadczenie czegoś was nauczyło, to staje się ono nowym autorytetem - ten autorytet dnia wczorajszego jest równie szkodliwy jak autorytet sprzed tysięcy lat. Aby zrozumieć siebie, nie potrzeba wcale ani autorytetu dnia wczorajszego ani autorytetu sprzed tysięcy lat, ponieważ jesteśmy żywymi istotami zawsze w ruchu, nigdy w spoczynku. Gdy patrzymy na siebie podług

martwego autorytetu z dnia wczorajszego, nie udaje nam się zrozumieć żywego ruchu ani piękna i wartości tego ruchu.

Aby być wolnym od wszelkiego autorytetu, własnego i cudzego, trzeba umrzeć dla wszystkiego co wczorajsze tak, aby wasz umysł był zawsze świeży, zawsze młody, nieskalany - pełen energii i pasji. Tylko w tym stanie człowiek się uczy i obserwuje. Do tego potrzeba wielkiego stopnia czujnej świadomości, świadomości tego, co się w was dzieje, bez poprawiania czegokolwiek i bez osądzania, co być powinno, albowiem w chwili, gdy cokolwiek poprawiacie, ustanawiacie zarazem nowy autorytet, nową cenzurę.

Tak więc przystępujemy razem do badania siebie samych, ale nie w ten sposób, że jedna osoba wyjaśnia, a wy w miarę czytania zgadzacie się lub nie zgadzacie z nią; chodzi o to, by podjąć wspólnie podróż, odkrywczą podróż do najtajniejszych zakątków swego umysłu. By podjąć taką podróż, musimy czuć się lekko; nie możemy dźwigać brzemienia opinii, przesądów i wniosków - całego starego wyposażenia, zgromadzonego w ciągu ostatnich dwóch lub wielu tysięcy lat. Zapomnijcie o wszystkim, co wiecie o sobie; zapomnijcie o wszystkim, co kiedykolwiek myśleliście o sobie; startujemy z miejsca, w którym nic o sobie nie wiemy.

W nocy padał silny deszcz, a teraz niebo zaczyna się przejaśniać; mamy nowy, świeży dzień. Przeżyjmy ten świeży dzień tak, jakby to był jedyny dzień. Zacznijmy razem swą podróż, pozostawiając poza sobą wszelkie wspomnienie dnia wczorajszego - zacznijmy rozumieć siebie po raz pierwszy.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - II**

### **uczenie się siebie - prostota i pokora uwarunkowanie**

Jeśli sądzicie, że poznawanie samego siebie jest ważne tylko dlatego, że ja lub ktokolwiek inny powiedział wam, że jest to ważne, to obawiam się, iż kończy się całe nasze wzajemne rozumienie. Jeśli jednak zgadzamy się, że pełne zrozumienie siebie jest sprawą życiowo doniosłą, to możemy podjąć szczęśliwie staranne i inteligentne dociekania, bowiem nasz wzajemny kontakt ma zupełnie inny charakter.

Nie wymagam od was wiary; nie występuję jako autorytet. Nie mam niczego do nauczenia: żadnej nowej filozofii, żadnego nowego systemu, żadnej nowej "ścieżki" do rzeczywistości - ścieżki, której nie ma, tak samo jak nie ma ścieżki do prawdy. Wszelki autorytet, jakiegokolwiek byłby rodzaju, szczególnie zaś autorytet w dziedzinie myśli i pojmowania, jest szkodliwy i zły. Nauczyciele niszczą swych uczniów i, odwrotnie, uczniowie swych nauczycieli. Musicie być sami sobie nauczycielami i swymi własnymi uczniami. Musicie stawiać pod znakiem zapytania wszystko, co ludzie przyjmują za wartościowe i niezbędne.

Jeśli nie idziecie za nikim, czujecie się tym samym bardzo samotni. Bądźcie więc samotni. Dlaczego boicie się samotności? Ponieważ zobaczyliście siebie takimi, jakimi jesteście, i stwierdziliście, że jesteście puści, tępi, głupi, źli, winni i niespokojni, że stanowicie małe, tandetne, wybrakowane istoty.

Stawcie czoło temu faktowi; przyjrzyjcie się mu i nie uciekajcie przed nim. Z chwilą gdy zaczynacie uciekać, rodzi się w was strach.

Wnikając badawczo w głąb siebie, nie izolujemy się od reszty świata. I nie jest to wcale niezdrowy proces. Na całym świecie ludzie są zaplątani w te same codzienne problemy, toteż badając samych siebie, nie popadamy wcale w nerwicę, ponieważ nie ma różnicy pomiędzy jednostką a zbiorowością. To jest faktem. Stworzyłem świat taki, jakim ja jestem. Nie dajmy się więc zagubić w tej walce pomiędzy częścią a całością.

Muszę stać się świadomy całego pola swego "ja", będącego świadomością jednostki i społeczeństwa. Tylko wtedy, gdy umysł wykracza poza indywidualną i społeczną świadomość, mogę być dla siebie światłem, które nigdy nie gaśnie.

W którym więc momencie zaczniemy rozumieć samych siebie? Skoro jestem tutaj, jak mam studiować siebie, obserwować siebie i dostrzegać, co teraz dzieje się wewnątrz mnie? Obserwować siebie mogę tylko w powiązaniu ze światem, gdyż życie jest powiązaniem. Na nic się nie zda siedzenie w kąci i medytowanie nad sobą. I nie ma sensu. Nie mogę istnieć sam przez się. Istnieję tylko w związkach z ludźmi, rzeczami i pojęciami; studiując swój stosunek zewnętrzny tak do rzeczy i ludzi, jak i do siebie samego, zaczynam rozumieć siebie.

Wszelka inna forma rozumienia jest tylko abstrakcją, a nie mogę studiować siebie jako abstrakcji; nie jestem abstrakcją. Dlatego muszę studiować siebie takiego, jakim teraz jestem - jakim jestem, a nie jakim pragnę być.

Rozumienie nie jest intelektualnym procesem. Zdobywanie wiedzy o sobie i uczenie się siebie samego to dwie różne sprawy, gdyż wiedza, którą gromadzicie o sobie, stanowi zawsze przeszłość, a umysł obciążony przeszłością jest smutnym umysłem. Uczenie się samego siebie nie jest podobne do uczenia się języka obcego, technologii czy jakiegś dyscypliny naukowej. Musielibyśmy gromadzić i zapamiętywać informacje, bo niedorzecznością byłoby ciągle zaczynać wszystko od nowa. Psychologicznie rzecz biorąc, uczenie się samego siebie odbywa się zawsze w teraźniejszości, natomiast wiedza dotyczy zawsze przeszłości. Ponieważ większość z nas żyje w przeszłości i zadowala się przeszłością, wiedza nabiera dla nas szczególnej wartości. Dlatego też wielkim szacunkiem obdarzamy erudytów, ludzi bystrych i sprytnych. Jednak gdy będziecie stale się uczyć, jeśli będziecie się uczyć w każdej minucie, jeśli będziecie się uczyć, patrząc i słuchając, patrząc i działając, to stwierdzicie wtedy, że uczenie się jest nieustannym ruchem poza przeszłością.

Jeśli mówicie, że uczycie się siebie samych stopniowo, krok za krokiem, po trochu, to nie badacie wówczas siebie takich, jakimi jesteście, ale za pośrednictwem nagromadzonej wiedzy. Uczenie się implikuje wielką wrażliwość. Nie ma wrażliwości tam, gdzie istnieje jakieś pojęcie dotyczące przeszłości i dominujące nad teraźniejszością. Wówczas umysł nie jest już ani szybki, ani giętki, ani czujny. Większość z nas nie jest wrażliwa nawet fizycznie. Przejadamy się, nie dbamy o racjonalną dietę, nadmiernie palimy i pijemy, tak iż ciała nasze stają się ociężałe i niewrażliwe, a jakość uwagi tępieje w samych organizmach. Jakże bowiem umysł może być rzeźki, wrażliwy i jasny, jeśli sam organizm jest ociężały i tępy? Możemy być wrażliwi na sprawy, które nas osobiście dotyczą. Jednak aby istniała pełna wrażliwość na wszystko, co wiąże się z życiem, nie może być najmniejszego rozdziału między organizmem a psyche. Zarówno organizm, jak i psyche, muszą być w ciągłym ruchu.

Aby cokolwiek zrozumieć, trzeba tym żyć, trzeba to obserwować, poznać całą treść tego, naturę, strukturę, ruch. Czy próbowaliście kiedykolwiek żyć z sobą? Jeśli tak, to dostrzeżliście, że nie jesteście stanem statycznym, lecz rażną, żywą istotą. Aby jednak żyć z żywą istotą, umysł wasz musi być również żywy. A nie dojdzie do tego, póki jest uwięziony w sieci opinii, osądów i wartości. By obserwować ruch własnego umysłu, serca i całej swej istoty, musicie mieć wolny umysł. Nie taki umysł, który się zgadza lub nie zgadza, stając po którejś stronie w sporze czy dyskutując nad nieważnymi słowami, lecz raczej umysł, który kieruje się intencją zrozumienia. Osiągnięcie tego stanu jest bardzo trudne, gdyż większość z nas nie wie, jak patrzeć na własną istotę lub słuchać jej, tak samo jak nie umiemy patrzeć na piękno rzeki lub słuchać podmuchu wiatru wśród drzew.

Gdy coś potępiamy lub usprawiedliwiamy, wówczas nie możemy tego widzieć jasno; nie możemy także, gdy umysł nasz nieustannie mówi. Nie obserwujemy wtedy tego, co jest, lecz oglądamy tylko wyobrażenia, które sami stworzyliśmy. Każdy z nas ma wyobrażenie tego, co myśli lub czym powinien być, i to wyobrażenie, ten obraz, kompletnie uniemożliwia zobaczenie siebie takiego, jakim się jest.

Patrzeć na coś prosto to jedna z najtrudniejszych umiejętności. Ponieważ umysł nasz jest bardzo złożony, przeto utraciliśmy cechę prostoty. Nie mam tu na myśli prostoty ubioru lub pożywienia, noszenia opaski na biodrach, bicia rekordu postu czy jakiegś niedojrzałej niedorzeczności, której oddają się święci asceci. Mam na myśli prostotę, która potrafi patrzeć na rzeczy bezpośrednio, bez lęku, która pozwala nam widzieć siebie samych bez jakichkolwiek zniekształceń, widzieć samych siebie takimi, jakimi teraz właśnie jesteśmy. Oznacza to, że jeżeli właśnie kłamamy, zarazem widzimy, iż kłamamy - nie skrywamy tego przed sobą, ani nie uciekamy przed tym faktem.

Aby zrozumieć siebie, potrzeba nam również wiele pokory. Jeśli ktoś powiada "znam siebie", to już przestał uczyć się samego siebie. Gdy ktoś mówi "nie mam czego uczyć się o sobie, bo jestem tylko kłębkim wspomnień, pojęć, doświadczeń i tradycji", również przestał uczyć się samego siebie.

Z chwilą gdy coś osiągnęliście, koniec z niewinnością i pokorą; z chwilą gdy doszliście do jakiegoś wniosku lub też gdy zaczynacie badania, opierając się na wiedzy, koniec z prawdą, bo każde żywe pojęcie przekładacie natychmiast na terminy wzięte z przeszłości. Kiedy natomiast nie macie w niczym oparcia, gdyż nie macie pewności i nic nie osiągacie, wtedy właśnie osiągacie wolność patrzenia. Gdy patrzycie na coś wolni, to jest to zawsze nowe. Człowiek pewny siebie jest martwą istotą.

Jakże jednak możemy być wolni, by patrzeć i uczyć się, jeśli umysł nasz od chwili urodzenia aż do śmierci jest urabiany przez określoną kulturę zgodnie z jej ciasnym wzorcem? W ciągu wielu stuleci zostaliśmy

uwarunkowani narodowością, kastą, klasą społeczną, tradycją, religią, językiem, wychowaniem, literaturą, sztuką, obyczajem, konwenansem, propagandą wszelkiego rodzaju, ekonomicznym naciskiem, spożywanym pokarmem, klimatem, w jakim żyjemy, naszą rodziną, naszymi przyjaciółmi, naszymi doświadczeniami - jednym słowem wszelkim wpływem, jaki potrafimy wymyślić. Dlatego właśnie nasza odpowiedź na każdy problem jest uwarunkowana.

Czy jesteś świadomy tego, że jesteś uwarunkowany? To jest pierwsze pytanie, jakie powinieneś sobie postawić, zanim spytasz siebie o to, jak uwolnić się od swego uwarunkowania. Może nigdy nie będziesz od tego wolny. Jeżeli ktoś mówi "muszę się od tego uwolnić", to może wpaść w inną pułapkę, którą będzie stanowić inna forma uwarunkowania. Czy jesteś więc świadom swego uwarunkowania? Czy wiesz, że nawet gdy, patrząc na drzewo, mówisz "to jest dąb" lub "to jest drzewo banianu", użycie nazwy drzewa należącej do wiedzy botanicznej tak warunkuje twój umysł, że słowo wchodzi pomiędzy ciebie a właśnie widziane drzewo. By wejść w kontakt z drzewem, musisz położyć na nim dłoń, a słowo w tym dotknięciu nic ci nie pomoże.

Skąd wiecie, że jesteście uwarunkowani? Co wam o tym mówi? Skąd wiecie, że jesteście głodni? Nie z teorii, lecz dzięki aktualnemu stanowi głodu. Analogicznie: jak odkrywacie fakt uwarunkowania? Czy nie przez reakcję na jakiś problem, wyzwanie? Na każde wyzwanie odpowiadacie zgodnie ze swym uwarunkowaniem, a ponieważ to uwarunkowanie nie jest wystarczające, reakcja będzie zawsze niewłaściwa.

Czy z chwilą, gdy staniecie się go świadomi, owo uwarunkowanie rasą, religią i kulturą da wam poczucie uwięzienia?

Weźcie pod uwagę jedną tylko formę uwarunkowania - narodowość. Stańcie się go w pełni świadomi. Stwierdźcie, czy lubicie je, czy też buntujecie się przeciw niemu. Jeśli czujecie się zbuntowani, to czy chcecie przedrzeć się przez nie na wolność? Jeśli zaś buntujecie się przeciw temu uwarunkowaniu, to czy chcecie również przebić się przez wszelkie inne uwarunkowania? Jeśli wasze uwarunkowanie sprawia wam zadowolenie, to nie zrobicie nic. Jeśli jednak nie jesteście zeń zadowoleni, to z chwilą, gdy je sobie uświadomicie, przyjdzie zrozumienie, że nigdy nic poza nim nie czynicie. Nigdy! I dlatego zawsze żyjecie w martwej przeszłości.

Do jakiego stopnia jesteście uwarunkowani, będziecie w stanie stwierdzić dopiero wtedy, gdy pojawi się konflikt w trakcie ciągłego doznawania przyjemności lub unikania bólu. Gdy wszystko wokół ciebie układa się szczęśliwie, gdy żona cię kocha, a ty kochasz ją, gdy macie ładny dom, dzieci, dużo pieniędzy - wówczas nie jesteście wcale świadomi swego uwarunkowania. Gdy jednak pojawia się zakłócenie - żona zaczyna oglądać się za kimś innym, tracicie pieniądze, pojawia się zagrożenie wojną, dotyka was ból czy niepokój - wtedy zauważacie, że jesteście uwarunkowani. Gdy zwalczacie jakieś zakłócenie lub bronicie się przeciw jakiemuś zewnętrznemu lub wewnętrznemu zagrożeniu, wtedy widzicie, że jesteście uwarunkowani. A że większość z nas często przeżywa kłopoty, powierzchownie czy głęboko, już one same świadczą, że jesteśmy uwarunkowani. Dopóki rozpieszczamy zwierzę, jego reakcje są łagodne, z chwilą jednak gdy je uderzymy, ujawnia całą gwałtowność swej natury.

Życie, polityka, sytuacja ekonomiczna, strach, brutalność, smutek zarówno świata, jak i własny - wszystko to sprawia nam kłopot, a wskutek tego uświadamiamy sobie, jak bardzo jesteśmy uwarunkowani. I cóż mamy począć? Pogodzić się z kłopotami i niepokojem i żyć z nimi, jak czyni to większość z nas? Przyzwyczaić się do nich tak, jak człowiek przyzwyczaja się do bólu w krzyżu? Znosić je cierpliwie?

W każdym z nas istnieje skłonność do znoszenia cierpliwie trudności, przyzwyczajania się do nich i potępiania za nie okoliczności. "Ach, gdyby sytuacja była normalna, byłbym inny", powiadamy. Albo mówimy: "Dajcie mi szansę, a pokażę wam, na co mnie stać". Mówimy także: "Jestem przygnieciony niesprawiedliwością tego wszystkiego", bowiem zawsze zrzucamy winę za swoje niepowodzenia na innych, na środowisko lub sytuację ekonomiczną.

Jeśli człowiek przyzwyczaja się do kłopotów, znaczy to, że jego umysł stał się przytępiony. Podobnie można przyzwyczaić się do otaczającego piękna w takim stopniu, że się go już nie zauważa. Człowiek staje się obojętny, twardy i gruboskórny, a umysł jego tępieje coraz bardziej. Jeśli przyzwyczailiśmy się do kłopotów, to staramy się chociaż od nich uciec, już to zażywając leki lub narkotyki, już to przystępując do jakiejś grupy politycznej, już to krzycząc, pisząc, udając się na mecz piłki nożnej, do świątyni, już to znajdując sobie jeszcze inną formę spędzenia czasu.

Dlaczego uciekamy przed faktami? Boimy się śmierci - na przykład - i wynajdujemy sobie wszelkiego rodzaju teorie, wierzenia i nadzieje, aby ukryć fakt śmierci, lecz fakt ten nadal istnieje. Aby zrozumieć fakt, musimy mu się przyjrzeć, a nie uciekać od niego. Większość z nas boi się zarówno żyć, jak i umrzeć. Boimy się o swoją rodzinę, obawiamy się opinii publicznej, utraty pracy, lękamy się o swoje bezpieczeństwo. Boimy się jeszcze stu innych rzeczy. Po prostu: boimy się - a nie: boimy się tego czy tamtego. Dlaczego jednak nie możemy stawić czoła temu faktowi? Stawić czoła faktowi można tylko w teraźniejszości. Jeśli nigdy nie pozwalamy mu być obecnym, bo zawsze przed nim uciekamy, tym samym nie możemy stawić mu czoła. Ponieważ zaś wytworzyliśmy całą sieć sposobów uciekania, przeto jesteśmy w niej uwięzieni.

Jeżeli jednak jesteśmy choć trochę wrażliwi i poważni, musimy sobie uświadomić nie tylko swoje uwarunkowania, ale także niebezpieczeństwa, jakie z tego wynikają. Skutkiem tych uwarunkowań jest brutalność i nienawiść. Dlaczego zatem nie działamy, skoro dostrzegamy niebezpieczeństwo swego uwarunkowania? Czy dlatego, że jesteśmy leniwi, a lenistwo jest brakiem energii? A przecież nie zabrakłoby nam energii, gdybyśmy zobaczyli bezpośrednie zagrożenie fizyczne, na przykład węża na ścieżce przed sobą, przepaść lub pożar. Dlaczego więc nie działamy, gdy widzimy niebezpieczeństwo wynikające z uwarunkowania? Czy nie działalibyśmy, gdybyśmy dostrzegli, że zagraża nam nacjonalizm?

Odpowiedzcie, że nie dostrzegacie niebezpieczeństwa. W rozumowym procesie analizy potraficie dostrzec, że nacjonalizm prowadzi do samozagłady, ale brak w tym spostrzeżeniu ładunku emocjonalnego. Ożywiacie się dopiero wtedy, gdy ten składnik emocjonalny jest obecny.

Skoro dostrzegacie niebezpieczeństwo swego uwarunkowania tylko jako pojęcie intelektualne, nigdy nie przeciw niemu nie zrobicie. Gdy widzi się zagrożenie tylko jako pojęcie, powstaje konflikt między pojęciem a działaniem. Ten konflikt pochłania waszą energię. Będziecie działać tylko wtedy, gdy uwarunkowanie i wynikające z niego zagrożenie będziecie widzieć bezpośrednio, tak jakbyście widzieli przepaść. Bowiemy widzieć w ten sposób, to zarazem działać.

Większość z nas idzie przez życie nieuważnie, reagując bezmyślnie, podobnie jak środowisko, w którym się wychowaliśmy. Takie reakcje stwarzają tylko nowe więzy, nowe uwarunkowania. Z chwilą jednak, gdy zwrócimy całą uwagę na swoje uwarunkowania, nagle zobaczymy, że jesteśmy wolni od przeszłości, że odpada ona od nas zupełnie naturalnie.

### **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - III**

#### **świadomość - suma życia - świadomość siebie**

Pojąwszy swe uwarunkowania, zrozumiemy również całokształt swej świadomości. Świadomość jest obszarem, na którym działa myśl, a także wszelkie wzajemne stosunki. Na tym obszarze odnajdujemy wszystkie motywy, intencje, pragnienia, przyjemności, lęki i strachy, natchnienia, tęsknoty, nadzieje, smutki i radości. Doszliśmy już do tego, że podzieliliśmy świadomość na aktywną i uśpioną, na wyższy i niższy jej poziom, to znaczy na codzienne myśli, uczucia i czynności znajdujące się na powierzchni świadomości oraz na będącą pod nią podświadomość, której nie znamy, ale która czasami daje znać o sobie poprzez pewne znaki, intuicję i sny.

Zajmujemy się małym zakątkiem świadomości, który dla większości z nas stanowi całe nasze życie. Co do reszty, którą nazywamy podświadomością, ze wszystkimi jej motywami, lękami, cechami dziedzicznymi i rasowymi, nawet nie wiemy, jak się do niej dostać. Ale - zapytam was - czy w ogóle istnieje coś takiego jak podświadomość? Posługujemy się tym słowem bardzo swobodnie. Przyjęliśmy, że istnieje coś takiego, i wchłonęliśmy do swego języka wszystkie powiedzenia i cały żargon psychoanalityków i psychologów. Czy jednak istnieje podświadomość? I dlaczego nadajemy jej aż takie znaczenie? (Wydaje mi się, że podświadomość jest równie banalna i ograniczona jak umysł świadomy - równie ciasna, fanatyczna, uwarunkowana, pełna trwogi i tandetna).

Czy możliwe jest pełne widzenie całego pola świadomości, a nie tylko jego części, fragmentu? Jeżeli potrafimy być świadomi całego pola, to działamy wówczas z pełną uwagą, a nie tylko z częściową uwagą. Jest to o tyle istotne, że nie ma wówczas tarcia - widzicie całe pole świadomości. Tarcie powstaje tylko wtedy, gdy świadomość, która jest całością myśli, uczuć i działań, dzielona jest na poziomy.



Żyjemy fragmentami. Jesteś kim innym w biurze, kim innym w domu. Mówisz o demokracji, a w głębi serca jesteś autokratą. Mówisz o miłości bliźniego, a zabijasz go konkurencją. Każda nasza część działa i spostrzega niezależnie od drugiej. Czy jesteśmy świadomi tej fragmentaryczności w swym życiu? Czy jest możliwe, aby umysł, który w działaniu swym, w myśleniu, rozpadł się na części, był w stanie dostrzec całe pole świadomości? Czy jest możliwe, by spojrzeć na całość świadomości w sposób zupełny, całkowity? Dopiero osiągnięcie tego stanu oznaczałoby, że jest się w pełni istotą ludzką.

Próbując zrozumieć całą strukturę swego "ja", swej jaźni, całą jej niezwykłą złożoność, postępować będziemy krok za krokiem, odkrywając warstwę za warstwą, badając każdą myśl, każde uczucie i każdy motyw. Uwikłamy się wtedy w analityczny proces, który może nam zająć tygodnie, miesiące i lata. Zaś gdy w procesie zrozumienia siebie wprowadzimy element czasu, będziemy musieli rozpatrzyć każdą formę zniekształcenia, gdyż jaźń jest złożoną istotą, poruszającą się, żyjącą, walczącą, pragnącą, odrzucającą i pozostającą bezustannie pod ciśnieniem i wszelkiego rodzaju wpływami. Odkryjemy wtedy sami dla siebie, że nie tędy droga; zrozumiemy, że jedyny sposób patrzenia na siebie to spojrzenie zupełne, bezpośrednie, bez uwzględniania czynnika czasu. Możemy siebie widzieć całkowicie tylko wtedy, gdy umysł nie jest podzielony na części. To, co ujrzymy wtedy, jest prawdą.

Czy potrafimy to zrobić? Większość z nas tego nie potrafi, ponieważ większość z nas nigdy nie podeszła do problemu tak poważnie. Nigdy nie przyglądamy się sobie naprawdę. Nigdy. Spychamy winę na innych, usprawiedliwiamy siebie lub boimy się spojrzeć na siebie. Kiedy jednak popatrzymy na siebie w sposób pełny, wtedy skupimy całą swą uwagę, całą swą istotę - oczy, uszy, nerwy; będziemy obserwować w pełnym zapomnieniu o sobie. Nie będzie wówczas miejsca na strach ani na sprzeczności. Dlatego też nie będzie i miejsca na konflikt.

Uwaga nie jest tym samym, co koncentracja. Koncentracja polega na wyłączeniu; uwaga, która jest pełną świadomością, nie wyklucza niczego. Wydaje mi się, że większość z nas nie jest w pełni świadoma nie tylko tego, o czym mówimy, ale nawet swego otoczenia, barw, ludzi, kształtu drzew, chmur, ruchu, wody. Nie jesteśmy obiektywnie świadomi może dlatego, że tak bardzo zajmujemy się sobą, swymi drobnymi, błahymi problemami, swymi pojęciami, przyjemnościami, pragnieniami i ambicjami. Niemniej jednak dużo mówimy o pełni świadomości.

Pewnego razu podróżowałem po Indiach samochodem. Kierowca prowadził wóz, a ja siedziałem obok niego. Za mną siedziało trzech panów dyskutujących z przejęciem o pełnej świadomości. Zadawali mi mnóstwo pytań na ten temat. W pewnej chwili kierowca zagapił się i, niestety, przejechał kozę. Trzej panowie nadal dyskutowali o pełni świadomości, zupełnie nieświadomi tego, co się stało. Gdy tym trzem panom, zastanawiającym się nad pełnią świadomości, wskazałem ten brak uwagi, byli bardzo zaskoczeni.

Tak jest też z większością z nas. Nie zauważamy faktów zewnętrznych ani wewnętrznych. Jeżeli chcemy zrozumieć piękno ptaka, muchy, liścia lub człowieka w całej ich złożoności, to musimy zwrócić na nie całą uwagę, bowiem jest ona pełnią świadomości. Zwrócić całą uwagę możemy dopiero wtedy, gdy nas to obchodzi, to znaczy wtedy, gdy naprawdę pragniemy zrozumieć; wówczas, aby osiągnąć to zrozumienie, oddajemy temu całe serce i umysł.

Taka przytomność umysłu podobna jest do wspólnego zamieszkiwania w jednym pokoju z wężem; obserwujemy wtedy każdy jego ruch, jesteśmy bardzo wrażliwi i czujni na najlżejszy wydany przez niego dźwięk. Taki stan uwagi skupia całą naszą energię - w tak czujnej świadomości objawia się w jednej chwili pełnia naszej istoty.

Skoro już spojrzeliśmy w siebie tak głęboko, możemy pójść o wiele głębiej. Gdy mówimy "głębiej", nie chodzi nam o porównywanie. Myślimy z zasady za pomocą porównań: głęboki i płytki, szczęśliwy i nieszczęśliwy. Zawsze mierzymy, porównujemy. Czy jednak umysł nasz jest głęboki czy płytki? Kiedy mówię "mój umysł jest płytki, ciasny, ograniczony", to skąd ja to wiem? Stąd, że porównałem swój umysł z innym, który jest bardziej bystry, zdolniejszy, bardziej inteligentny i wrażliwy. Czy mogę coś wiedzieć o swej znikomości bez porównywania? Gdy jednak jestem głodny, nie porównuję tego głodu z wczorajszym swym głodem. Wczorajszy głód jest tylko wyobrażeniem, wspomnieniem.

Jeżeli stale mierzę siebie, porównując się z kimś innym, walcząc o to, by być do kogoś podobnym, wtedy zaprzeczam temu, co jest mną. Zatem stwarzam iluzję. Jeśli jednak zrozumiałem, że wszelkie porównywanie prowadzi tylko do coraz większego złudzenia i coraz większej niedoli (podobnie jak wtedy, gdy analizując siebie, powiększam swą wiedzę, cząstka za cząstką, lub utożsamiam się z czymś poza sobą, czy to z państwem,

czy to ze zbawicielem, czy też z jakąś ideologią), jeśli zatem zrozumiałem, że wszystkie takie procesy wiodą tylko do coraz większego konformizmu, a zatem i do coraz większego konfliktu - gdy wszystko to dostrzegam, odrzucam porównywanie całkowicie. Wtedy mój umysł przestaje poszukiwać. Zrozumienie tego punktu jest niezmiernie istotne. Umysł mój już dłużej nie porusza się po omacku, nie szuka, nie wątpi. Nie znaczy to wcale, że umysł mój jest zadowolony z tego, co jest, ale wolny jest przynajmniej od złudzeń. Umysł taki może się poruszać w całkiem innym wymiarze. Wymiar, w którym zwykle żyjemy, czyli nasze życie będące cierpieniem, przyjemnością i strachem, uwarunkowało nasz umysł, ograniczyło jego naturę. Wraz ze zniknięciem cierpienia, przyjemności i strachu (co nie znaczy, że już nie doznajecie radości; radość jest uczuciem całkiem innym od przyjemności) umysł zaczyna działać w innym wymiarze, w którym nie ma konfliktu ani poczucia "inności".

Werbalnie nie możemy się już dalej posunąć. Tego, co leży poza tą granicą, nie da się wyrazić słowami, ponieważ słowo \ nie jest tą rzeczą. Do tego punktu możemy opisywać i wyjaśniać, ale żadne słowa czy wyjaśnienia nie są w stanie otworzyć ! tych drzwi. Otworzy je codzienna świadomość siebie i uwaga, czyli świadomość tego, jak i co mówimy, jak chodzimy, jak myślimy. Przypomina to porządkowanie pokoju i stałe utrzymywanie go w ładzie. Utrzymywanie ładu w pokoju jest ważne z pewnego punktu widzenia, ale całkiem nieważne z innego. Porządek w pokoju jest niezbędny, ale porządek nie otworzy drzwi ani okien. Tym, co otworzy drzwi, nie jest nasza wola ani pragnienie. Nie można zaprosić tego, co nieznanne. Możemy jedynie utrzymywać pokój w porządku, co samo przez się jest cnotą, ale nie ze względu na to, co może sprawić, by być zdrowym, rozumnym, uporządkowanym. Może wtedy, jeżeli mamy dużo szczęścia, okno się otworzy i wleci powiew wiatru. Ale może się to nie stanie. Zależy to od stanu naszego umysłu. A stan ten możemy tylko sami zrozumieć, obserwując go i nie starając się nigdy go formować, nigdy nie stając po czyjejś stronie, nigdy nie oponując, nigdy nie wyrażając zgody, nigdy nie usprawiedliwiając, ani nie potępiając, nigdy nie osądzając, chodzi tu bowiem o obserwację bez osądu. I może dzięki tej czystej świadomości siebie otworzą się wreszcie drzwi i poznać wymiar, w którym nie ma konfliktu ani czasu.

#### **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - IV**

##### **pogoń za przyjemnością - pragnienia - przewrotność myśli - pamięć - radość**

Powiedzieliśmy w poprzednim rozdziale, że radość jest czymś całkiem różnym od przyjemności. Spróbujmy teraz zastanowić się, na czym polega przyjemność i czy można w ogóle żyć w świecie, w którym nie byłoby przyjemności, lecz tylko poczucie ogromnej radości i szczęścia.

Wszyscy uczestniczymy w pogoni za przyjemnościami w tej czy innej postaci - w pogoni za przyjemnością intelektualną, zmysłową, kulturalną, przyjemnością poprawiania, mówienia innym, co mają robić, naprawiania zła społecznego, czynienia dobra, przyjemnością większej władzy, większej fizycznej satysfakcji, większego doświadczenia, większego zrozumienia życia i posiadania wszelkich umiejętności umysłu; największą zaś przyjemnością jest oczywiście posiadanie Boga.

Przyjemność stanowi o strukturze społeczeństwa. Od dzieciństwa aż do śmierci, skrycie, chytrze albo jawnie uganiamy się za przyjemnością. Toteż jakakolwiek jest forma naszej przyjemności, powinniśmy - moim zdaniem - widzieć ją jasno, gdyż ona kieruje naszym życiem i nadaje mu kształt. Dlatego też ważne jest dla każdego z nas odkryć, co stanowi tę przyjemność i zbadać to dokładnie, ostrożnie i delikatnie. Znalezienie przyjemności i podtrzymywanie jej stanowi podstawową potrzebę życia; bez niej egzystencja staje się nudna, głupia, pusta i bezsensowna.

Można więc zapytać, dlaczego życiem nie może kierować i przyjemność? Powód jest bardzo prosty. Przyjemność musi o przynieść ból, frustrację, smutek i strach, a wskutek strachu - przemoc i gwałt. Jeśli chcemy żyć w ten sposób, żyjmy tak. Większość ludzi czyni to przecież. Ale jeśli chcecie być wolni od smutku, musicie zrozumieć strukturę przyjemności.

Zrozumieć przyjemność, to nie znaczy ją negocować. Nie potępiamy jej, ani nie mówimy, że jest dobra lub zła. Ale skoro już jej szukamy, róbmy to z otwartymi oczami, wiedząc, że umysł, który stale szuka przyjemności, musi koniecznie znaleźć jej cień, ból. Nie można ich oddzielić, chociaż szukamy przyjemności i staramy się uniknąć bólu.

Dlaczego właściwie umysł tak domaga się przyjemności? Dlaczego popełniamy czyny szlachetne i nieszlachetne ze względu na przyjemność? Dlaczego ponosimy ofiary i znosimy cierpienia nanizane na cienką nitkę

przyjemności? Czym jest przyjemność i jak ona powstaje? Zastanawiam się, czy ktokolwiek z was zadał sobie to pytanie i szukał odpowiedzi aż do końca?

Przyjemność powstaje w czterech fazach. Są nimi: postrzeżenie, wrażenie, dotknięcie i pożądanie. Powiedzmy, że widzę piękny samochód. Reakcją na oglądanie go jest wywierane na o mnie wrażenie; dotykam go albo też sobie wyobrażam, jak o dobrze bym się w nim czuł, a wtedy zjawia się pragnienie posiadania go i zaimponowania innym. Albo widzę obłok czy górę wyraziście rysującą się na tle nieba, lub też liść, który właśnie rozwinął się na wiosnę, czy też głęboką dolinę pełną piękna i uroku, wspaniałą zachód słońca lub piękną twarz, żywą i inteligentną, a nieświadomą swej piękności (w odwrotnym przypadku nie byłaby już piękna). Patrząc na to wszystko z głęboką przyjemnością i gdy to obserwuję, wówczas nie istnieję jako obserwator, jednak jest samo to czyste piękno, jak miłość. Przez chwilę ja, ze wszystkimi swoimi problemami, niepokojami i niedolą, jestem nieobecny, a istnieje tylko ta cudowna rzecz. Mogę na nią patrzeć z radością i za chwilę o niej zapomnieć, albo też włączy się umysł. Wtedy zaczyna się problem. Umysł zaczyna rozmyślać nad tym, co widział, i jakie to było piękne. Mówię sobie, że rad bym to zobaczyć jeszcze wiele razy. Myśl zaczyna porównywać, oceniać i powiada: "Jutro muszę to znów mieć". Ciągłość doświadczenia, które dało radość przez chwilę, zostaje podtrzymana przez myśl.

To samo dzieje się z pragnieniem seksualnym i każdą inną postacią pożądania. W pragnieniu nie ma nic złego. Reakcja jest jak najbardziej normalną rzeczą. Jeśli ktoś wbija mi szpilkę, zareaguję na to, chyba że jestem sparaliżowany. Ale wtedy włącza się myśl i doznana rozkosz przemienia we wspomnienie. Myśl chce powtórzyć doznanie, a im częściej je powtarza, tym bardziej mechaniczne ono się staje. Im więcej o nim myślisz, tym większą siłę nadaje myśl przyjemności. W ten sposób myśl, za pomocą pragnienia, stwarza i podtrzymuje przyjemność, daje jej ciągłość. Dlatego naturalna reakcja pragnienia tego, co piękne, zostaje wypaczona przez myśl. Myśl przekształca ją we wspomnienie, a wspomnienie żywi się powtarzającym się raz za razem rozmyślaniami o niej.

Oczywiście, pamięć ma swe zastosowanie na pewnym poziomie. W codziennym życiu nie moglibyśmy bez niej w ogóle działać. Na tym polu musi być sprawna. Jednak istnieje stan umysłu, w którym bardzo mało jest dla niej miejsca. Umysł, który nie jest okaleczony przez pamięć, jest naprawdę wolny.

Czy zauważyliście kiedykolwiek, że reagując na coś w pełni, całym sercem, prawie nie używamy pamięci? Jedynie gdy na wyzwanie życia nie odpowiadamy całą swą istotą, pojawia się konflikt i walka, które niosą ze sobą zamieszanie, przyjemność lub ból. Walka rodzi wspomnienia. Te dołączają się do innych wspomnień i wywołują wspólnie reakcję. Wszystko, co jest skutkiem pamięci, jest stare i dlatego nigdy nie jest wolne. Nie ma takiej rzeczy jak wolność myśli. To czysty nonsens.

Myśl nigdy nie jest nowa, gdyż myśl jest odpowiedzią pamięci, doświadczenia, wiedzy. Ponieważ myśl jest stara, przeto sprawia, że rzecz, na którą spoglądaliśmy z rozkoszą i na którą przez chwilę reagowaliśmy w pełni, staje się stara. Czerpiemy przyjemność z tego, co stare, nigdy z tego, co nowe. Bowiemy w tym, co nowe, nie ma czynnika czasu.

Jeśli potrafimy patrzeć na każdą rzecz, nie dopuszczając, by wtargnęła w nią przyjemność - na ptaka, barwę sań, piękno mieniającej się w słońcu wody, czy też na cokolwiek, co sprawia rozkosz - jeśli potrafimy patrzeć nie pragnąc, by doświadczenie się powtórzyło, to wówczas nie będzie bólu ani strachu, ale wielka radość.

To właśnie walka o powtórzenie i przedłużenie przyjemności przeobraża ją w ból. Zaobserwujmy to w sobie. Już samo pragnienie powtórzenia przyjemności rodzi ból, gdyż nie jest ona taka sama jak wczoraj. Walczymy o uzyskanie tej samej rozkoszy nie tylko ze względu na poczucie estetyczne, ale i dla osiągnięcia tej samej wewnętrznej jakości umysłu. Czujemy się więc dotknięci i zawiedzeni, gdy nie jest to nam dane.

Czy zaobserwowaliście, co się w was dzieje, gdy odmówi się wam drobnej przyjemności? Jeżeli nie uzyskacie tego, co chcecie, stajecie się niespokojni, pełni zazdrości i nienawiści. Czy zauważyliście, jaka toczy się w was walka, gdy odmawiana wam jest przyjemność picia, palenia czy seksu? Wszystko to jest formą strachu. Boicie się, że nie dostaniecie tego, czego pragniecie, lub że stracie to, co macie. Gdy wasza wiara lub ideologia jest naruszana lub rozbijana przez logikę lub życie, to czyż nie boicie się cierpieć samotnie? Wiara ta w ciągłą dawała wam zadowolenie i satysfakcję. Kiedy jest wam zabierana, czujecie się opuszczeni, opustoszała, a strach pozostanie w was dopóty, dopóki nie znajdziecie sobie innej formy przyjemności, innej wiary.

Wydaje mi się to tak proste, a ponieważ jest to tak proste, wzbraniamy się dostrzec tę prostotę. Lubimy wszystko komplikować. Jeżeli żona odchodzi od ciebie, to czyż nie jesteś zazdrosny? Czyż nie jesteś zły? Czy nie nienawidzisz mężczyzny, który ją pociągnął ku sobie? A czymże to wszystko jest, jak nie strachem przed tym, że stracisz coś, co ci dawało dużo przyjemności, towarzystwo, poczucie bezpieczeństwa i satysfakcję posiadania?

Tak więc gdy zrozumiemy, że gdziekolwiek szukamy przyjemności, tam musi pojawić się i ból, zgodnie z tym żyjemy jeśli tego chcemy - ale bądźmy w pełni tego świadomi. Jeżeli chcemy skończyć z przyjemnością, co równa się położeniu kresu cierpieniu, to musimy zwrócić uwagę na strukturę przyjemności. Nie można się od niej odciąć - jak czynią to mnisi i sannyasi, którzy nawet nie spoglądają na kobiety, uważając to za grzech, i wskutek takiego postępowania tracą vitalność swego umysłu - lecz trzeba dojrzeć całe znaczenie i rolę przyjemności. Będziemy wtedy przeżywać wielką radość. Nie możemy jednak o niej myśleć. Radość jest natychmiastowa, nagle, a gdy myślimy o niej, zamieniamy ją w przyjemność. Życie w terażniejszości jest nieustannym postrzeganiem piękna i wielkim rozkoszowaniem się nim bez szukania w tym przyjemności.

### **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - V**

#### **zajmowanie się sobą - pragnienie pozycji społecznej - obawy a strach całkowity - podział myśli - kres strachu**

Zanim posuniemy się dalej w naszych rozważaniach, chciałbym was zapytać, co jest waszym zasadniczym i trwałym, życiowym zainteresowaniem? Odrzucając na bok wszelkie uniki i traktując pytanie bezpośrednio i rzetelnie, cóż odpowiedzielibyście? Czy wiecie to sami?

Czy to nie samym sobą najbardziej się interesujesz? Większość z nas odpowiedziałaby tu twierdząco, gdyby odpowiedziała zgodnie z prawdą. Interesujemy się swym rozwojem, swą pracą zarobkową, swą rodziną, tym małym zakątkiem ziemi, w którym żyjemy, lepszą pozycją zawodową, uzyskaniem większej władzy itd. Sądzę, że byłoby logiczne, gdybyśmy przyjęli, że większość z nas interesuje się głównie sobą.

Niektórzy jednak powiedzą, że źle jest zajmować się przede wszystkim sobą. Cóż w tym złego, poza tym, że rzadko przyznajemy się do tego uczciwie i rzetelnie? Jeśli już to czynimy, to raczej ze wstydem. Tak jest, interesujemy się głównie sobą, lecz z rozmaitych ideologicznych lub tradycyjnych względów uważamy, że to niewłaściwe. Lecz to, co się o tym myśli, jest nieważne. Po co wprowadzać dodatkowo czynnik oceny? To jest pewne pojęcie, wyobrażenie. Faktem natomiast jest, że zasadniczo i trwale człowiek interesuje się samym sobą.

Powie ktoś może, że większą satysfakcję przynosi pomaganie bliźnim niż myślenie o sobie. Jakaż to różnica? Nadal interesujemy się sobą. Jeśli większą satysfakcję daje nam pomaganie innym, interesujemy się tym, co nam daje większe zadowolenie. Po co wprowadzać wymaginowane pojęcie? Po co to podwójne myślenie? Dlaczego nie przyznać: "Tym, czego naprawdę pragnę, jest satysfakcja bądź seksualna, bądź będąca efektem pomocy udzielonej bliźniemu, bądź satysfakcja bycia wielkim świętym, uczonym czy politykiem"? Przecież to ten sam proces. Satysfakcja, jakkolwiek ją uzyskamy - oto czego pragniemy. Mówimy, że chcemy wolności, ale chcemy jej dlatego, że da nam ona, jak sądzimy, satysfakcję. Ostateczną satysfakcję stanowi dla nas urzeczywistnienie siebie. To, czego naprawdę szukamy, to satysfakcja wolna od rozczarowania.

Większość z nas gorąco pragnie satysfakcji, jaką daje pozycja społeczna. Boimy się być nikim. Społeczeństwo jest tak zbudowane, że obywatela zajmującego szanowane stanowisko traktuje się z wielką grzecznością, natomiast pomiata się człowiekiem bez stanowiska. Każdy pragnie pozycji, czy to w społeczeństwie, czy w rodzinie, czy po prawej ręce Boga. Ta pozycja musi być respektowana przez innych, gdyż inaczej nie jest nią w ogóle.

Musimy zawsze znajdować się na scenie. Wewnątrz jesteśmy kłębkami nędzy i nieszczęścia. Dlatego zewnętrzne uznanie daje nam wielkie zadowolenie. To pragnienie pozycji, prestiżu, władzy, uznania społecznego, bycia "kimś", jest pragnieniem dominacji. Chęć panowania jest formą agresji. Święty, który z pozycji świętości dąży do dominacji, jest równie agresywny jak kurczak dziobiący na wiejskim podwórku. A powodem tej agresywności jest strach.

Strach to jeden z największych problemów w życiu. Umysł ogarnięty strachem żyje w zamęcie i w konflikcie. Dlatego jest skory do gwałtu, dlatego jest zniekształcony i agresywny. Nie śmie odejść od swych schematów

myślenia. Rodzi się w nim obłuda. Dopóki nie wyzwolimy się od strachu, choćbyśmy wspięli się na najwyższą górę i odkryli wszystkich bogów, dopóty będziemy wciąż pozostawać w ciemności.

Żyjąc w takim zepsutym, ciemnym społeczeństwie, otrzymawszy wychowanie oparte na współzawodnictwie, z którego strach się rodzi, wszyscy jesteśmy strachem obciążeni. Jest to okropne uczucie, które paczy, wikła i stępieja nasze życie.

Istnieje strach fizyczny, jest to jednak reakcja odziedziczona po zwierzętach. Nas zajmują lęki psychiczne, jeśli bowiem zrozumiemy głęboko zakorzenione w nas lęki psychiczne, to potrafimy stawić czoło i lękom fizycznym. Natomiast zajmowanie się jedynie lękami zwierzęcymi nie pozwoliłoby nam nigdy zrozumieć lęków psychicznych.

Wszyscy boimy się czegoś - nie ma strachu abstrakcyjnego. Zawsze strach odnosi się do czegoś określonego. Czy znacie swe lęki? Lęk przed utratą pracy, brakiem pożywienia, brakiem pieniędzy, lęk przed opinią sąsiadów czy brakiem powodzenia, obawa utraty pozycji społecznej, strach przed ośmieszeniem, pogardą, bólem, chorobą, niewolą, niezaznaniem miłości, utratą żony lub dzieci, przed śmiercią, życiem w świecie gorszym niż śmierć, strach przed nieskończoną nudą, przed życiem niezgodnym z cudzymi o nas wyobrażeniami, przed utratą wiary - te i inne, niezliczone obawy i lęki. Czy znacie swe własne obawy? I co w związku z tym czynicie? Czy uciekacie przed nimi, czy wynajdujecie może jakieś pojęcia i wyobrażenia, którymi się przed strachem osłaniacie? Ale ucieczka przed strachem powoduje tylko jego nasilenie.

Jedną z większych przyczyn strachu jest to, że nie chcemy zobaczyć siebie takimi, jakimi jesteśmy. Toteż, tak samo jak swe lęki i strachy, powinniśmy zbadać wszystkie drogi ucieczki od nich, jakie w miarę czasu stworzyliśmy. Jeśli umysł i intelekt starają się strach przezwyciężyć, stłumić go, zapanować nad nim, wytłumaczyć go, to powstaje tarcie i konflikt, którego skutkiem jest zmarnowanie energii.

Po pierwsze, zapytać trzeba siebie, czym jest strach i jak powstaje? Co rozumiemy przez samo słowo "strach"? Pytam o to, czym jest strach, a nie o to, czego się boję.

Prowadzę pewien tryb życia, myślę w pewien sposób, mam pewne poglądy, hołduję wierzeniom czy dogmatom, i nie chcę, aby cokolwiek zakłócało te formy życia, gdyż tkwię w nich z korzeniami. Nie chcę, aby je zakłócano, gdyż zakłócenie wytwarza stan niewiedzy, którego nie lubię. Skoro odrywa mnie to od wszystkiego, co znam i w co wierzę, chcę być rozumowo pewny sytuacji, ku której zmierzam. Tak to komórki mózgu wytworzyły pewien schemat i rozum wzbrania się stworzyć nowy schemat, bo nie jest pewny. Ruch od pewności do niepewności nazywamy strachem.

W tej chwili, gdy siedzę tutaj, nie boję się. W chwili obecnej nie boję się, nic się nie dzieje, nikt mi nie grozi ani niczego mi nie odbiera. Ale poza chwilą obecną istnieje głębsza warstwa umysłu, która świadomie lub nieświadomie myśli o tym, co może zdarzyć się w przyszłości, lub martwi się, że może się coś z przeszłości wyłonić i porazić mnie. Dlatego boję się przeszłości i przyszłości. Myśl włącza się i powiada: "Strzeż się, aby się to powtórnie nie zdarzyło" albo: "Przygotuj się na przyszłość. Przyszłość może być dla ciebie niebezpieczna. Dorobiłeś się czegoś, lecz możesz to stracić. Jutro możesz umrzeć, żona może od ciebie uciec, możesz stracić pracę. Możesz nie osiągnąć sławy. Możesz stać się samotny. Powinieneś zabezpieczyć swe jutro tak, aby być go pewnym".

A teraz zwróćcie uwagę na własną, szczególną formę strachu. Przyjrzyjcie się jej. Obserwujcie swą reakcję na nią. Czy potraficie patrzeć na nią bez odruchu ucieczki, usprawiedliwiania, potępiania czy tłumienia? Czy potraficie patrzeć na strach bez słowa, które wywołuje strach? Czy potraficie, na przykład, patrzeć na śmierć bez słowa, które wzbudza strach przed śmiercią? Czyż samo słowo nie wywołuje tu drżenia, podobnie jak słowo "miłość" wzbudza sobie tylko właściwy dreszcz i wyobrażenia? Czy ten obraz śmierci, który masz w umyśle, pamięć tyłu śmierci, które widziałeś, oraz skojarzenie tych zdarzeń z tobą samym - czy to wyobrażenie nie powoduje strachu? A może właśnie teraz boisz się zbliżającego się końca, a nie wyobrażenia tego końca? Czy to słowo "śmierć" powoduje strach, czy też sam fakt kresu życia? Jeśli to słowo lub wspomnienie wzbudza strach, to nie jest to w ogóle strach.

Przypuśćmy, że przed dwoma laty chorowaliście i pamięć cierpienia spowodowanego przez chorobę mówi wam: "Uważaj, abyś znów nie zachorował". W ten sposób pamięć i związane z nią skojarzenie powoduje strach. Ale przecież to nie jest j strach, bo w danym momencie jesteś zdrow. To myśl, która zawsze jest stara, bowiem myśl

jest reakcją pamięci, a wspomnienia zawsze są stare - to ona wywołuje uczucie strachu, choć w rzeczywistości nie ma go. W danej chwili jesteś przecież zdrow. Ale doświadczenie, którego pamięć pozostała w umyśle, wywołuje myśl: "Uważaj, abyś znów nie zachorował".

Widzimy więc, że myśl wywołuje pewien rodzaj strachu. Ale czy w ogóle istnieje strach poza myślą? Czy strach jest zawsze skutkiem myśli, a skoro tak, to czy istnieje inny rodzaj strachu? Boimy się śmierci, to znaczy czegoś, co może zdarzyć się jutro, pojutrze, po jakimś czasie. Pomiędzy chwilą obecną a tym, co się może stać, istnieje odległość w czasie. Myśl doświadczyła tego stanu. Na podstawie obserwacji śmierci mówi: "Umrę". Myśl powoduje strach przed śmiercią. Gdy tego nie czyni, czy strach w ogóle istnieje?

Czy strach jest rezultatem myśli? Jeśli nim jest, to dlatego, że myśl jest zawsze stara, a strach też jest zawsze stary. Jak powiedzieliśmy, nie ma nowej myśli. Gdy ją rozpoznajemy, jest już stara. Toteż to, czego się boimy, jest powtórzeniem czegoś starego - myślą o tym, co było i rzutowane jest w przyszłość. Dlatego myśl ponosi odpowiedzialność za strach. Że tak jest, możemy się sami przekonać. Gdy bezpośrednio stajemy w obliczu czegoś, nie doznajemy strachu. Tylko gdy włącza się myśl, pojawia się strach.

Nasuwa się więc nam pytanie, czy umysł mógłby całkowicie, w pełni żyć w teraźniejszości? Tylko taki umysł nie znalazłby strachu. Aby to zrozumieć, trzeba zrozumieć strukturę myśli, pamięci i czasu. Dzięki temu zrozumieniu - zrozumieniu nierozumowemu, niewerbalnemu, ale zrozumieniu całym sercem, umysłem i swą istotą - uwolnimy się od strachu. Wtedy umysł będzie mógł posługiwać się myślą, nie tworząc strachu.

Myśl, podobnie jak pamięć, jest oczywiście niezbędna w codziennym życiu. Jest ona tylko narzędziem, które służy nam do porozumiewania się, wykonywania pracy zawodowej itd. Myśl jest reakcją na pamięć nagromadzoną dzięki doświadczeniu, wiedzy, tradycji, czasowi. Na podłożu pamięci reagujemy, a reakcją tą jest myślenie. Myśl jest więc w pewnych dziedzinach ważna. Jednak gdy myśl jako wyobrażenie przyszłości i przeszłości rzutuje na psychikę, stwarzając zarazem strach i przyjemność, wtedy umysł tępieje, a bierność umysłu staje się czymś nieuniknionym.

Dlatego zadaję wciąż pytania: "Dlaczego myślę o przyszłości i przeszłości w kategoriach przyjemności i bólu, skoro wiem, że myśl ta powoduje strach? Czy nie można powstrzymać oddziaływania myśli na psychikę (w innym wypadku strach nie będzie miał nigdy końca)?"

Jedną z funkcji myśli jest ciągle zajmowanie się czymś. Większość z nas pragnie, aby nasz umysł był stale zajęty, dzięki czemu chronieni jesteśmy przed własnymi wizerunkami. Boimy się pustki w sobie. Boimy się spojrzeć na swe lęki.

Możemy wiedzieć o swych lękach, czy jednak jesteśmy ich świadomi w głębszych warstwach swego umysłu? Jak zamierzamy odkryć swe lęki, skoro są ukryte, nieznanne? Czy możemy podzielić strach na świadomy i podświadomy? To bardzo ważne pytanie. Specjaliści, psychologowie, psychoanalitycy podzieliли strach na głębokie i powierzchowne warstwy. Jeżeli jednak będziesz brał pod uwagę to, co mówię na ten temat ja albo psychologowie, to zrozumiesz nasze poglądy, nasze teorie, dogmaty i wiedzę, ale nie uda ci się pojąć samego siebie. Nie możesz siebie zrozumieć na podstawie teorii głoszonych przez Freuda, Junga czy przeze mnie. Teorie innych nie mają dla ciebie żadnego znaczenia. To siebie samego musisz zapytać, czy strach należy dzielić na świadomy i podświadomy? A może jest to tylko strach wyrażany przez ciebie w różnych formach? Istnieje tylko pragnienie. To ty pragniesz. Zmieniają się przedmioty pragnienia, ale pragnienie pozostaje to samo. Może więc istnieje tylko jeden strach. Boisz się wszystkiego, ale strach jest tylko jeden.

Pojmując, że strachu nie można dzielić na rodzaje, dostrzegamy, że znika dla nas w ogóle problem podświadomości.

A więc psychologowie i psychoanalitycy wprowadzili nas w błąd. Widząc, że strach jest prostym ruchem, wyrażającym się w rozmaity sposób, i dostrzegając ten ruch, a nie przedmiot, ku któremu on się kieruje, stajemy wobec wielkiego pytania: Jak można go dostrzec, bez podziałów stosowanych przez umysł?

Istnieje tylko strach niepodzielny. W jaki sposób umysł, który myśli fragmentami, może obserwować go w całości? Czy w ogóle może? Prowadzimy życie podzielone i potrafimy dojrzeć strach niepodzielny przez pryzmat podzielonego procesu myślenia. Cały mechanizm procesu myślenia polega na rozbijaniu wszystkiego na fragmenty. Kocham, nienawidzę, jesteś moim wrogiem, a ty przyjaciele. Moje szczególne idiosynkrazje i

skłonności, moja praca zawodowa, moje stanowisko, mój prestiż, moja żona, moje dziecko, mój kraj, twój kraj, mój Bóg, twój Bóg. Wszystko to opiera się na podzielności myśli. A myśl ta spogląda na niepodzielny stan strachu i usiłuje, patrząc nań, zredukować go do fragmentów. Dlatego przekonujemy się, że umysł może oglądać strach w całości tylko wtedy, gdy nie ma ruchu myśli.

Czy potrafimy obserwować strach bez wysnuwania wniosków, bez włączania nagromadzonej o nim wiedzy? Jeżeli nie, to obserwujemy przeszłość, a nie strach. Jeżeli potrafimy, to po raz pierwszy obserwujemy strach bez zakłóceń wywoływanych przez przeszłość.

Możemy tak obserwować tylko wtedy, gdy umysł jest bardzo spokojny, podobnie jak możemy usłyszeć, co ktoś mówi, gdy nasz umysł nie rozmawia akurat sam z sobą, prowadząc nie kończący się dialog o swych problemach i niepokojach. Czy potrafimy w ten sam sposób spojrzeć na swój strach, nie próbując go usunąć ani zastąpić jego przeciwieństwem - odwagą, ale po prostu patrząc na niego i nie próbując uciec przed nim? Gdy mówimy "muszę nad nim panować, muszę się go pozbyć, muszę go zrozumieć" - staramy się umknąć przed nim.

Potrafimy obserwować chmury, drzewo czy bieg wody w rzece z dość spokojnym umysłem. Nie są one dla nas tak ważne. Jednak oglądać siebie samego jest o wiele trudniej, bowiem wtedy występują praktyczne potrzeby, a reakcje są szybkie. Toteż, gdy bezpośrednio mamy do czynienia ze strachem, rozpaczą, osamotnieniem, zazdrością czy jakimkolwiek innym ponurym stanem umysłu, czy potrafimy wówczas patrzeć nań tylko tak, by umysł był spokojny i mógł go widzieć?

Czy umysł potrafi widzieć strach, a nie różne jego formy - oglądać sam niepodzielny strach, a nie to, czego się boimy? Jeśli patrzymy tylko na szczegóły strachu lub próbujemy po kolei dawać sobie radę ze wszystkimi obawami, to nigdy nie dojdziemy do problemu centralnego, jakim jest nauczenie się koegzystencji ze strachem.

Aby móc żyć z czymś tak żywym jak strach, umysł i serce muszą stać się niezwykle subtelne i zdolne do niewysnuwania wniosków. Dzięki temu będą mogły śledzić każde drgnienie strachu. Jeżeli tedy będziemy go obserwować i współżyć z nim - a nie trzeba nam na to całego dnia, bo wystarczy minuta lub sekunda, by poznać całą naturę strachu - jeśli będziemy współżyć z nim całkowicie, to w sposób nieunikniony zadamy sobie pytanie: Kim jest istota żyjąca ze strachem? Kto obserwuje strach, dostrzega wszystkie drgania różnych form strachu, jak również ma świadomość podstawowego faktu, jakim jest strach? Czyż obserwator nie jest martwą istotą, istotą statyczną, która nagromadziła dużo wiedzy i informacji o sobie? Czy ta martwa istota obserwuje napięcie strachu i z nim żyje? Czy obserwator jest przeszłością, czy też żywą istotą?

Jaka jest twoja odpowiedź? Nie odpowiadaj mnie, odpowiedz sobie. Czy ty, obserwator, jesteś martwą istotą obserwującą żywą istotę, czy też jesteś żywą istotą obserwującą żywą istotę? W obserwatorze bowiem istnieją dwa stany.

Obserwator jest cenzorem, który nie chce strachu. Obserwator stanowi ogół wszystkich swych doświadczeń związanych ze strachem. Toteż obserwator jest oddzielony od tego, co nazywa strachem. Istnieje przedział pomiędzy nim a strachem.

On zawsze usiłuje go przezwyciężyć lub uciec od niego i wobec tego toczy ciągłą walkę pomiędzy sobą a strachem - walkę, która powoduje tak wielką stratę energii.

Obserwując przekonasz się, że obserwator jest tylko kłębkim pojęć i wspomnień nie mających zgoła znaczenia. Jednak strach rzeczywiście istnieje, a ty starasz się go zrozumieć w oderwaniu od rzeczywistości, czego oczywiście nie możesz dokonać. Czy jednak w rzeczywistości obserwator, który mówi "boję się", jest czymś różnym od przedmiotu obserwacji, którym jest strach? To obserwator jest strachem. Gdy to zrozumie, nie będzie już tracił energii na uwolnienie się od strachu. Wtedy zniknie przedział przestrzennoczasowy pomiędzy obserwatorem a obserwowanym przedmiotem. Gdy spostrzeżesz, że stanowisz część strachu, a nie coś od niego oddzielonego, gdy zauważysz, że to ty jesteś strachem, wtedy nie będziesz mógł z nim już nic zrobić; wtedy strach całkowicie zniknie.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - VI**

**gwałt - gniew - usprawiedliwianie i potępienie - ideał a rzeczywistość**

Strach, przyjemność, smutek, myśl i gwałt są wzajemnie powiązane. Większość z nas znajduje przyjemność w używaniu przemocy, w pałaniu niechęcią do kogoś, nienawiścią do jakiejś szczególnej rasy lub grupy ludzi, antagonistycznymi uczuciami do bliźnich. Ale w umyśle, w którym wszelka skłonność do stosowania przemocy zanikła, panuje stan radości różniącej się całkowicie od przyjemności stosowania przemocy oraz od towarzyszącego temu konfliktu uczuć nienawiści i strachu.

Czy możemy dotrzeć do samego źródła przemocy i uwolnić się od niego? Jeżeli nie, to będziemy żyć w ciągłej walce. Jeśli chcesz w ten sposób żyć - a najwyraźniej większość ludzi tego chce - to tylko tak dalej. Jeśli powiadasz: "Przepraszam, ale przemoc i gwałt nigdy nie ustaną" - to nie możemy się ze sobą porozumieć, gdyż już udało ci się zablokować. Jeśli jednak powiadasz, że możliwy jest inny sposób życia, to możemy się ze sobą porozumieć.

Zastanówmy się więc - my, którzy możemy się porozumieć - czy w ogóle można całkowicie położyć kres każdej formie przemocy w nas samych i mimo to żyć nadal w tym potwornie brutalnym świecie. Sądzę, że jest to możliwe. Nie chcę mieć w sobie ani tchnienia nienawiści, zazdrości, niepokoju czy strachu. Pragnę żyć całkowicie w pokoju. Co nie znaczy, że chcę umrzeć. Chcę żyć na tej cudownej ziemi, tak obfitej, tak bogatej i tak pięknej. Pragnę patrzeć na drzewa, kwiaty, rzeki, łąki, na kobiety, chłopców i dziewczęta, a równocześnie żyć całkowicie w pokoju z samym sobą i ze światem. Czy mogę to zrobić?

Jeśli potrafimy obserwować przemoc, nie tylko poza sobą, w społeczeństwie (wojny, rozruchy, antagonizmy między narodami i walki klasowe), ale również w nas samych, to może potrafimy wyjść poza krąg przemocy.

To bardzo złożony problem. W ciągu wielu kolejnych stuleci człowiek stosował gwałt i przemoc. Na całym świecie religie starały się to poskromić i żadnej się to nie udało. Toteż jeśli mamy dotrzeć do sedna tego problemu, musimy - jak mi się zdaje - traktować go co najmniej bardzo poważnie, jako że wprowadzi on nas na całkiem nowe obszary. Jednakże jeśli dla intelektualnej rozrywki chcemy tylko pobawić się tym problemem, to nie zajdziemy daleko.

Myślicie może, że wy sami traktujecie tę sprawę bardzo poważnie, ale dopóki inni ludzie na świecie nie odniosą się do niej równie poważnie i nie będą gotowi, by cokolwiek dla niej uczynić, dopóty na nic zda się cały wasz wysiłek. Ja nie dbam o to, czy inni traktują rzecz poważnie czy nie. Sam traktuję ją poważnie, i to wystarczy. Nie jestem stróżem mego bliźniego. Sam, jako istota ludzka, przeżywam bardzo mocno problem przemocy i chcę dopilnować, abym sam jej nie używał. Lecz nie mogę powiedzieć ani wam, ani nikomu innemu: "Nie dopuszczaj się gwałtu!" Nie miałoby to sensu, jeśli wy sami tego nie chcecie. Jeżeli więc naprawdę chcecie ten problem pojąć, to kontynuujmy wspólnie podróż badawczą.

Czy problem gwałtu istnieje poza nami czy w nas? Czy chcecie rozwiązać problem w otaczającym was świecie, czy też opatrujecie znakiem zapytania samą skłonność do gwałtu, którą macie w sobie? Jeżeli jesteście wolni od niej w sobie, to wyłania się pytanie: "Jak mam żyć w świecie pełnym przemocy, gwałtu, zaborczości, zachłanności, chciwości i brutalności? Czy nie zostaną zniszczeni?" Jest to nieuniknione pytanie, które nieustannie się powtarza. Gdy ktoś zadaje takie pytanie, to - moim zdaniem - nie żyje w pokoju. Kto bowiem żyje w pokoju, nie ma takich problemów. Może być uwięziony, bo odmawia wstąpienia do wojska, lub rozstrzelany za odmowę udziału w walce, ale to, że będzie rozstrzelany, nie jest dlań problemem. Niezmiernie ważną sprawą jest to zrozumieć.

Staramy się zrozumieć gwałt jako fakt, a nie jako pojęcie. Jako fakt, który istnieje w istocie ludzkiej, a istota ludzka to ja sam. Aby przeniknąć ten problem, muszę być w stosunku do niego zupełnie bezbronny, otwarty. Muszę siebie wystawić przeciw sobie - niekoniecznie siebie przeciw wam, bo wy możecie nie być zainteresowani. Lecz ja muszę się znajdować w takim stanie umysłu, który chce ujrzeć tę sprawę prawidłowo aż do końca, nie zatrzymując się w żadnym punkcie i nie mówiąc, że dalej nie pójdę.

Jest dla mnie oczywiste, że jestem skłonny do gwałtu istotą ludzką. Doświadczyłem skłonności do gwałtu w gniewie, w swych seksualnych popędach, w nienawiści, w stwarzaniu wrogości, w zazdrości i temu podobnych sytuacjach. Doświadczyłem tego, poznałem to i mówię sobie: "Chcę zrozumieć cały ten problem - nie tylko jakiś jego fragment, na przykład w postaci wojny, ale też tę agresywność człowieka, która istnieje w zwierzętach i stanowi ich częścią".



Gwałt to nie tylko zabijanie bliźnich. Skłonność do niego przejawia się, gdy używam ostrych słów, gdy czynię gest wyrzucający kogoś za drzwi, gdy ze strachu jestem posłuszny. Gwałtem jest więc nie tylko zorganizowana rzeź w imię Boga, społeczeństwa lub kraju. Gwałt może być o wiele subtelniejszy, o wiele głębszy, my zaś usiłujemy zgłębić ten problem gwałtu aż do dna.

Czy jesteście hindusami, muzułmanami czy chrześcijanami, Europejczykami czy kimkolwiek innym, jest w was skłonność do gwałtu. Czy wiecie, dlaczego tak jest? Bo oddzielacie się od reszty ludzkości. Rodzicie gwałt, oddzielając się od reszty ludzi z powodu wiary, narodowości, tradycji. Toteż człowiek, który stara się zrozumieć gwałt, nie należy do żadnego kraju, do żadnej religii, do żadnej partii politycznej czy systemu partyjnego. Zajęty jest wyłącznie próbą pełnego zrozumienia ludzkości.

Istnieją dwa podstawowe sposoby myślenia o problemie gwałtu. Jedni twierdzą, że "skłonność do gwałtu jest człowiekowi wrodzona", inni zaś, że "gwałt jest wynikiem społecznego i kulturalnego dziedzictwa, w którym żyje człowiek". Nas jednak nie obchodzi kwestia, do której szkoły należymy. To nie ma znaczenia. Ważny jest fakt, że jest w nas skłonność do gwałtu, a nie uzasadnienie tego.

Najpospolitszym objawem gwałtu jest gniew. Uważam, że gdy ktoś zaatakuję moją żonę czy siostrę, słusznie jestem zły. Gdy ktoś napada na mój kraj, atakuje moje pojęcia, zasady czy mój sposób życia, to mam prawo popaść w gniew. Gniewam się również, gdy podważa się moje błahe poglądy lub zmienia nawyki. Gdy ktoś nadeptnie mi na odcisk lub obrazi mnie, popadam w gniew. Gdy ktoś ucieka z moją żoną i ogarnia mnie zazdrość, wówczas uważam, że mam prawo być zazdrosny, bo żona jest moją własnością. W każdym z tych wypadków gniew jest moralnie usprawiedliwiony. Ale zabijanie dla kraju jest też usprawiedliwione. O co więc nam chodzi, gdy mówimy, że gniew stanowi część gwałtu? Czy myślimy o gniewie w kategoriach jego "słuszności" lub "niesłuszności" ze względu na nasze skłonności lub środowiskowe wzorce, czy też chcemy obserwować sam gniew? Czy w ogóle istnieje słuszny gniew? Czy jest tylko sam gniew? Nie ma dobrego czy złego wpływu. Jest tylko wpływ. My sami, gdy nam to nie dogadza, nazywamy go złym wpływem.

Już samo to, że chronimy i osłaniamy swą rodzinę, kraj, kawałek barwnej tkaniny zwany flagą, wierzenia, idee, dogmaty, każdą rzecz, której pragniemy lub którą posiadamy - już sam fakt ochraniańca oznacza gniew. I to gniew bez wyjaśniania czy usprawiedliwiania go, bez mówienia "muszę chronić swe dobro", "miałem prawo się rozgniewać" lub "gniewać się, cóż za nonsens!" Czy potrafimy patrzeć na gniew sam w sobie? Czy potrafimy patrzeć nań całkiem obiektywnie, co oznacza, że ani go nie bronimy, ani nie potępiamy? Czy potrafimy?

Czy mogę obserwować kogoś z was, jeśli jestem usposobiony do niego wrogo, lub jeśli myślę, że jest to cudowna osoba? Mogę to uczynić tylko wtedy, gdy potrafię nań patrzeć z pewną uwagą, wolną od każdego z tych uczuć. Czy zatem potrafię w ten sam sposób patrzeć na gniew, to znaczy tak, że jestem wtedy otwarty w stosunku do problemu, że nie stawiam oporu, że obserwuję to niezwykle zjawisko, nie reagując na nie?

Bardzo trudno jest patrzeć na gniew beznamiętnie, gdyż stanowi on część mnie, ale próbuję to robić. Jestem ludzką istotą skłoną do gwałtu bez względu na to, czy jestem czarny, żółty, biały czy czerwony. Nie obchodzi mnie, czy tę skłonność do gniewu odziedziczyłem, czy też wytworzyło ją we mnie społeczeństwo. Interesuje mnie tylko pytanie o to, czy w ogóle można się od niej uwolnić. Uwolnić się od skłonności do gwałtu to dla mnie wszystko. Jest to dla mnie ważniejsze niż seks, pożywienie czy stanowisko, gdyż gwałt mnie zatruwa. Niszczy mnie i niszczy świat, a ja chcę to zrozumieć, chcę się go pozbyć. Czuję się odpowiedzialny - nie są to puste słowa - i mówię do siebie: "Mogę coś zrobić tylko wtedy, gdy będę sam wolny od gniewu, od gwałtu, od przynależności do grupy". I to poczucie, że muszę zrozumieć swą skłonność do gwałtu, zaszczerpie we mnie ogromną siłę i pasję odkrywania. Ale by uwolnić się od skłonności do gwałtu, nie mogę jej tłumić, nie mogę się jej wyprzeć, nie mogę powiedzieć: "Tak, jest ona częścią mnie i trudno" albo: "Nie chcę jej mieć". Muszę się jej przyjrzeć, muszę ją zbadać, muszę się dobrze z nią zapoznać, a nie mogę tego osiągnąć, jeśli będę ją potępiał lub usprawiedliwiał. A my potępiamy ją lub usprawiedliwiamy. Dlatego powiadam: "Na razie wstrzymuję się zarówno z potępianiem jej, jak i z usprawiedliwianiem".

A jeśli chcecie położyć kres gwałtowi i przemocy, jeśli chcecie położyć kres wojnom, to ile chcecie w to włożyć energii, dać z siebie? Czy nic to dla was nie znaczy, że zabijają się wasze dzieci, że bierze się do wojska waszych synów, tam zaś dopuszcza się wobec nich przemocy i wydaje na rzeź? Nic to was nie obchodzi? Na Boga, jeśli was to nie obchodzi, to co was porusza? Troska o pieniądze? Miłe spędzanie czasu? Zazywanie narkotyków? Czy nie widzicie, że ta skłonność do gwałtu, która jest w was, jest zgubą dla waszych dzieci? Czy może dostrzegacie to tylko jako problem oderwany od rzeczywistości?

Zatem, jeśli was to interesuje, starajcie się całym sercem i umysłem rozwiązać problem. Nie rozsiadajcie się wygodnie, mówiąc: "Dobra, powiedz nam o tym wszystkim". Podkreślam, że nie możecie ani gniewu, ani skłonności do przemocy obserwować oczyma, które potępiają albo usprawiedliwiają, i że jeśli gwałt i przemoc nie są dla was palącym problemem, to nie uda wam się tych dwóch odczuć usunąć. Musicie się więc najpierw uczyć. Musicie uczyć się, jak obserwować gniew - jak obserwować swego męża, żonę lub dzieci. Musicie słuchać polityków i uczyć się, w jaki sposób nie jesteście obiektywni, dlaczego potępiać lub usprawiedliwiać. Powinniście dowiedzieć się, że potępiać i usprawiedliwiać, albowiem stanowi to element struktury społecznej, w której żyjecie; że jesteście uwarunkowani jako Niemcy, Hindusi, Murzyni, Amerykanie czy ktokolwiek, kim się akurat urodziliście, z całym zamroczeniem umysłu, które to uwarunkowanie powoduje. Aby nauczyć się, aby odkryć coś zasadniczego, musicie mieć zdolność do wnikania głęboko. Jeśli dysponujecie tęnym narzędziem, to nie możecie wniknąć głęboko. To, co czynimy, jest ostrzeniem narzędzia, którym jest umysł. Umysł ten został stępiony przez wszelkie usprawiedliwienia i potępienia. Możecie wnikać głęboko tylko wtedy, gdy wasz umysł jest ostry jak igła, a twardy jak diament.

Nie ma sensu siedzieć i pytać: "W jaki sposób mogę uzyskać taki umysł?" Musicie tego chcieć, tak jak chcecie zjeść posiłek. Chcąc mieć taki umysł, musicie najpierw zobaczyć, że tym, co go stępilo i oglupilo, jest poczucie zabezpieczenia, które tworzy wokół was mur i stanowi część potępienia lub usprawiedliwienia. Jeśli umysł potrafi się tego pozbyć, wtedy można go obserwować, badać, przenikać i może dojść do stanu pełnej świadomości całego problemu.

Powróćmy więc do kwestii centralnej. Czy można z siebie wykorzenić skłonność do gwałtu? Powiedzieć komuś: "Nie zmieniłeś się, dlaczego?" - stanowi już formę przemocy. I ja tego nie robię. Nie chcę was przekonywać do czegośkolwiek. To sprawa waszego życia, nie mojego. To, w jaki sposób żyjecie, jest waszą sprawą. Pytam się tylko, czy jest możliwe dla istoty ludzkiej, żyjącej psychicznie w społeczeństwie, uwolnić się wewnętrznie od skłonności do gwałtu i przemocy? Jeśli jest to możliwe, to już sam ten proces uwalniania się wykształci odmienny sposób życia w świecie.

Większość z nas zaakceptowała przemoc jako sposób życia. Dwie straszne wojny nie nauczyły nas niczego oprócz budowania coraz większej ilości przegród między ludźmi - to znaczy pomiędzy wami a mną. Ale ci z nas, którzy pragną uwolnić się od przemocy - jak mają to zrobić? Nie sądzę, aby można było cokolwiek osiągnąć na drodze analizy, czy to naszej własnej, czy "lekarskiej". Może potrafimy zmienić nieco siebie, żyć nieco spokojniej, z nieco większym uczuciem miłości, ale samo przez się nie da nam to pełnego postrzegania. Muszę jednak wiedzieć, jak analizować, bowiem umysł mój staje się niezwykle ostry, gdy analizuje. Te cechy ostrości, uwagi i powagi doprowadzą nas do pełnego postrzegania. Nie ma takich oczu, które dzięki jednemu "rzutowi oka" mogłyby od razu zobaczyć cały problem. Taka jasność widzenia jest możliwa tylko wtedy, gdy się potrafi dostrzec szczegóły. Potem można dokonać skoku.

Niektórzy z nas, chcąc uwolnić się od gwałtu i przemocy, wymyślili utopijne pojęcie "niestosowania przemocy". Sądzimy, że hołdując ideałowi przeciwnemu przemocy, będziemy mogli się od niej uwolnić. Ale to niemożliwe. Mieliśmy i mamy niezliczone ideały, wszystkie księgi święte są ich pełne, a mimo to nadal używamy przemocy. Dlaczego więc nie zająć się samą przemocą? Dlaczego mamy zapomnieć o tym słowie?

Jeśli chcemy zrozumieć to, co dzieje się teraz, musimy poświęcić temu całą uwagę i użyć całej swej energii. Rozpraszamy tę uwagę i energię, gdy tworzymy fikcyjny, idealny świat. Czy możemy całkiem porzucić ideał? Człowiek, który traktuje rzecz poważnie i gorąco pragnie odkryć, czym jest prawda, czym jest miłość, nie ma w ogóle żadnego pojęcia na ten temat. Żyje tylko tym, co jest.

Aby badać fakt, jakim jest skłonność do przemocy, nie możemy go osądzać, z chwilą bowiem, gdy zajmiemy stanowisko potępiające, przestaniemy go widzieć takim, jakim jest. Gdy mówimy, że kogoś nie lubimy lub nienawidzimy, jest to faktem, choć brzmi strasznie. Jeśli się temu faktowi przyglądamy i wnikamy weń całkowicie, wtedy on znika. Jeśli mówimy: "Muszę przestać nienawidzić" czy: "W sercu mym powinna być miłość", wtedy żyjemy w obłudnym świecie o podwójnych kryteriach. Żyć całkowicie, żyć w pełni, w teraźniejszości - to żyć tym, co jest, tym, co jest teraz, bez usprawiedliwiania. Wtedy problem rozumiemy tak całkowicie, że się z nim rozstajemy, albowiem jasne widzenie problemu oznacza, że jest on rozwiązany.

Czy jednak potrafimy jasno ujrzeć oblicze gwałtu i przemocy - oblicze przemocy nie tylko z zewnątrz, ale i od wewnątrz - to znaczy, czy potrafimy uwolnić się całkowicie od przemocy, nie przyjmując ideologii mającej nas od przemocy uwolnić? Wymaga to bardzo głębokich medytacji, a nie tylko słownej zgody lub sprzeciwu.

Przeczytaliśmy wiele twierdzeń, ale czy naprawdę je zrozumieliśmy? Nasz umysł jest uwarunkowany, podobnie jak sposób życia, cała struktura społeczeństwa, w którym żyjemy. Nie pozwala nam to spojrzeć na fakt i uwolnić się od niego natychmiast. Powiadamy: "Przemyślę to, zastanowię się, czy mogę uwolnić się od gwałtu. Spróbuję się uwolnić". Jest to jedno z najokropniejszych stwierdzeń, jakie możemy uczynić. Nie ma miejsca na próbowanie, na robienie tego, na co możemy sobie pozwolić. Albo to robimy, albo nie. Oto gramy na zwłokę, gdy dom się pali. Dom się pali z powodu przemocy i gwałtu w całym świecie oraz w nas samych, a my mówimy:

"Pozwól, że to przemyślę. Jaka ideologia jest najlepsza, by ugasić pożar?" Jeżeli dom się pali, to czy można się spierać o kolor włosów człowieka, który niesie wodę?

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - VII**

**stosunki z ludźmi - konflikt - społeczeństwo - ubóstwo - narkotyki - zależność - porównywanie - pragnienia - ideały - obluda**

Zanik skłonności do przemocy, którym właśnie się zajmowaliśmy, to niekoniecznie stan umysłu, w którym panuje pokój z sobą samym, a więc i pokój we wszystkich stosunkach z ludźmi.

Stosunki międzyludzkie opierają się na tworzeniu wyobrażeń, na mechanizmie obronnym. Każdy z nas buduje sobie wyobrażenia o innych, dotyczy to wszelkich stosunków. Stosunki międzyludzkie są stosunkami między wyobrażeniami, a nie między samymi istotami ludzkimi. Żona ma pewne wyobrażenie o swoim mężu - być może nieświadomie, niemniej je ma - a mąż ma pewne wyobrażenie o swej żonie. Każdy ma wyobrażenie zarówno o swoim kraju, jak i o sobie samym. Stale wzmacniamy te wyobrażenia, dodając do nich coraz nowsze szczegóły. I te właśnie wyobrażenia wchodzą w pewne stosunki. Faktycznie stosunki między dwiema lub wieloma istotami kończą się całkowicie z chwilą, gdy powstają wyobrażenia.

Stosunki oparte na wyobrażeniach nie mogą oczywiście nigdy zrodzić pokoju, gdyż wyobrażenia są fikcyjne, a nie można żyć w oderwaniu od rzeczywistości. A przecież wszyscy to właśnie robimy: żyjemy pojęciami, teoriami, symbolami i wyobrażeniami o własnej osobie i o innych. Stworzyliśmy je, a one wcale nie są rzeczywistością. Wszystkie nasze stosunki, bez względu na to czy dotyczą one własności, pojęć czy ludzi, zasadniczo opierają się na tworzeniu wyobrażeń i przez to powodują konflikty.

W jaki więc sposób osiągnąć całkowity pokój w sobie samym i we wszystkich relacjach z ludźmi? Pomimo wszystko życie polega na poruszaniu się na arenie międzyludzkich stosunków - jeżeli tak nie jest, to nie ma życia w ogóle. Gdy życie opiera się na abstrakcjach, wyobrażeniach czy spekulatywnych przypuszczeniach, to takie abstrakcyjne życie musi w sposób nieunikniony prowadzić do stosunków będących polem walki. Czy jest więc możliwe, by człowiek żył w zupełnym spokoju wewnętrznym, wolny od wszelkiej formy przymusu, naśladownictwa, tłumienia czy sublimacji? Czy może on - nie w jakimś fantastycznym, mitycznym, abstrakcyjnym świecie, lecz w codziennym życiu, w domu i w pracy - zaprowadzić taki ład w sobie, który stanowiłby jakoś żywą i nie zamkniętą w ramach pojęć, ową niezmaconą ani na moment ciszę wewnętrzną?

Sądzę, że powinniśmy bardzo starannie rozpatrzyć tę kwestię, gdyż w świadomości naszej nie ma ani jednego punktu, który nie byłby tknięty konfliktem. We wszystkich naszych stosunkach - z najbliższymi osobami, z sąsiadami, ze społeczeństwem w ogóle - ten konflikt istnieje. Konflikt ów jest sprzecznością, stanem podziału, separacji, rozdwojenia. Obserwując samych siebie i nasze powiązania ze społeczeństwem, przekonujemy się, że na każdym poziomie naszego bytu istnieje konflikt, który powoduje albo bardzo powierzchowne reakcje, albo niszczące skutki.

Człowiek uznał konflikt za konieczny składnik codziennej egzystencji, ponieważ zaakceptował współzawodnictwo, zazdrość, chciwość, zdobywanie i agresywność jako naturalny sposób życia. Jeżeli uznajemy taki sposób życia, to akceptujemy także taką strukturę społeczeństwa, jaka jest. I żyjemy w zgodzie z powszechnymi wymogami poważania. Właśnie to pęta większość z nas, wszak w większości pragniemy być godni szacunku. Gdy zbadamy swój umysł i serce, sposób swego myślenia oraz sposób swego odczuwania i działania w codziennym życiu, wtedy zaobserwujemy, że dopóki dostosowujemy się konformistycznie do wzorców postępowania społecznego, dopóty życie musi być polem walki. Z chwilą gdy przestaniemy akceptować te wzory - a żaden religijny człowiek nie powinien akceptować takiego społeczeństwa - uwolnimy się od psychologicznej struktury społeczeństwa.

W większości jesteśmy bogaci w to, co społeczne. Społeczeństwo i my sami stworzyliśmy w sobie chciwość, zawiść, gniew, nienawiść, zazdrość, niepokój - tego wszystkiego mamy nadmiar. Różne religie na całym świecie głosiły ubóstwo. Mnich wkłada na siebie specjalną szatę, zmienia imię, goli głowę, zamyka się w celi i składa ślubę ubóstwa i czystości (na Wschodzie ma tylko jedną opaskę na biodra, jedną szatę i jada jeden posiłek dziennie), a my wszyscy odnosimy się z szacunkiem do takiego ubóstwa. Ale ludzie, którzy przywdziali szaty ubóstwa są jeszcze wewnętrznie, psychicznie bogaci w to, co społeczne, gdyż nadal pragną stanowisk i prestiżu, przynależą do tego lub innego zakonu, do tej lub innej religii, żyją nadal w zgodzie z podziałami ustanowionymi przez kulturę czy tradycję. To nie jest ubóstwo. Ubóstwo to całkowite uwolnienie się od społeczeństwa, choćby się miało nieco więcej szat i jadało nieco więcej posiłków dziennie - dalibóg, kogóż to obchodzi? Ale, niestety, u większości ludzi istnieje pęd do pokazania się.

Ubóstwo staje się cudownie piękną rzeczą, gdy umysł jest wolny od społeczeństwa. Trzeba stać się ubogim wewnętrznie, gdyż wtedy człowiek niczego nie szuka, nie żąda, nie pragnie - niczego! Tylko to wewnętrzne ubóstwo może ujrzeć prawdę o życiu, w którym nie ma konfliktu. Takie życie jest błogosławieństwem, którego nie można otrzymać w żadnym kościele czy świątyni.

W jaki więc sposób możemy uwolnić się od psychologicznej struktury społeczeństwa, co byłoby jednoznaczne z - uwolnieniem się od samej istoty konfliktu? Nietrudno jest przycinać i obcinać niektóre gałęzie konfliktu, ale my pytamy, czy można żyć w całkowitym wewnętrznym, a tym samym i zewnętrznym, spokoju? Co nie oznacza, że chodzi tu o wegetowanie czy trwanie w bezruchu. Wręcz przeciwnie, chodzi o to, byśmy byli dynamiczni, pełni życia i energii.

Aby zrozumieć jakiś problem i uwolnić się od niego, potrzeba bardzo dużo żarliwie podtrzymywanej energii, nie tylko energii fizycznej i intelektualnej, lecz także energii niezależnej od jakiegokolwiek motywu, bodźca psychologicznego czy narkotyku. Jeśli jesteśmy zależni od jakiegoś bodźca, to już sam ten bodziec przytępia umysł i pozbawia go wrażliwości. Stosując jakiś narkotyk, możemy wprowadzić na chwilę obudzić w sobie tyle energii, by ujrzeć problem bardzo jasno, ale potem powracamy do swego pierwotnego stanu. W rezultacie coraz bardziej uzależniamy się. Wszelkie sposoby pobudzania energii - kościoły, alkohol lub narkotyki, pisane albo mówione słowa - nieuchronnie prowadzą do uzależnienia się od źródła energii. Ta zależność nie pozwala jasno widzieć, a tym samym nie pozwala także mieć wystarczająco dużo energii.

Niestety wszyscy psychicznie zależymy od czegoś. Dlaczego zależymy? Skąd się bierze potrzeba zależności? Odbywamy tę podróż wspólnie. Nie oczekujcie, abym wam powiedział, jakie są przyczyny waszej zależności. Jeśli będziemy wspólnie dociekać, to wspólnie dokonamy odkrycia, i będzie to wasze własne odkrycie, a dzięki temu, że będzie wasze, obudzi w was witalną energię.

Co do mnie, odkrywam, że zależę od czegoś - powiedzmy, że od słuchaczy, którzy pobudzają mnie. Przemawiając do dużej grupy ludzi, czerpię z tego pewien rodzaj energii. I dlatego zależę od nich, bez względu na to, czy się ze mną zgadzają czy nie. Im bardziej się nie zgadzają, tym więcej dają mi energii. Jeśli się zgadzają, rzecz staje się bardzo płytka i pusta. Odkrywam więc, że potrzebuję słuchaczy, ponieważ przemawianie do ludzi bardzo mnie pobudza. Ale dlaczego tak jest? Dlaczego jestem zależny? Ponieważ ja sam jestem płytka i pusty, ponieważ nie mam nic w sobie, bo nie mam w sobie źródła, które by zawsze było pełne i obfite, w ciągłym ruchu i żywe. Dlatego zależę. Odkryłem przyczynę.

Czy jednak odkrycie przyczyny uwalnia mnie od zależności? Odkrycie przyczyny ma charakter czysto intelektualny i dlatego, oczywiście, nie uwalnia umysłu od zależności. Samo intelektualne przyjęcie do wiadomości jakiegoś pojęcia czy emocjonalna zgoda na jakąś ideologię nie mogą uwolnić umysłu od zależności od czegoś, co nas pobudza. Od zależności uwalnia umysł dopiero rozpoznanie całej natury i struktury pobudzenia i zależności oraz tego, jak ta zależność ogłupia umysł, przytępia go i pozbawia aktywności. Tylko widzenie całości problemu uwalnia umysł.

Muszę więc zastanowić się, co to znaczy widzieć całość? Jak długo spoglądam na życie z jakiegoś szczególnego punktu widzenia, czy to ze względu na jakieś ulubione doświadczenie, czy to w aspekcie specjalnej, przyswojonej przeze mnie wiedzy, która stanowi mój fundament, moje "ja" - tak długo nie mogę widzieć całościowo. Przyczynę mej zależności odkryłem intelektualnie, w słowach, za pomocą analizy, ale cokolwiek jest badane przez myśl, musi stawać się fragmentaryczne. Dlatego tylko wówczas mogę coś widzieć całościowo, gdy myśl mi nie przeszkadza.

Wtedy dopiero widzę fakt swej zależności. Widzę teraz to, co jest. Widzę to, nie oceniając, czy mi się to podoba, czy nie. Nie pragnę uwolnić się od tej zależności ani od jej przyczyny. Obserwuję to, a kiedy w ten sposób obserwuję, widzę cały obraz, a gdy zaś umysł widzi cały obraz, staje się wolny. Odkrywam, że powodem rozpraszania energii jest dzielenie na fragmenty. Odkryłem główną przyczynę rozproszenia energii.

Może się wam zdawać, że nie ma straty energii, jeśli się naśladuje, jeśli się przyjmuje autorytet, jeśli się zależy od kapłana, rytuału, dogmatu, partii lub jakiejś ideologii. Ale przyjęcie i kierowanie się jakąś ideologią, dobrą czy złą, świętą czy bezbożną, jest działalnością zdążającą do podziału i dlatego stanowi przyczynę konfliktu. Zaś konflikt musi nieodwołalnie powstać, gdy istnieje przedział pomiędzy tym, co powinno być, a tym, co jest. Każdy zaś konflikt powoduje utratę energii.

Jeśli stawiacie sobie pytanie: "Jak mam się uwolnić od konfliktu?", to stwarzacie tylko nowy problem, a przez to wzmacnacie konflikt. Jeśli natomiast widzicie daną sprawę jako fakt - jeśli patrzycie na nią tak, jak się patrzy na jakiś konkretny przedmiot, jasno i bezpośrednio - wtedy rozumiecie istotę prawdy o życiu, w którym nie ma konfliktu.

Ujmijmy to jeszcze inaczej. Porównujemy zawsze to, jakimi jesteśmy, z tym, jakimi powinniśmy być. Sprzeczność powstaje nie tylko, gdy się porównujemy z czymś lub z kimś, lecz także gdy porównujemy się z tym, kim byliśmy wczoraj. Dlatego istnieje konflikt pomiędzy tym, co było, a tym, co jest. Tylko wtedy, gdy nie ma w ogóle porównywania, istnieje to, co jest, a żyć z tym, co jest, oznacza żyć w pokoju. Wtedy można skierować całą uwagę ku temu, co jest w nas - czy to będzie rozpacz, brzydota, brutalność czy strach, niepokój i samotność - i żyć tym w sposób pełny. Nie ma wtedy sprzeczności, a zatem i walki.

Ale my stale porównujemy siebie z tymi, którzy są bogatsi, mądrzejsi, bardziej zdolni, bardziej wykształceni, bardziej uczuciowi, sławniejsi, bardziej tacy albo siacy. To "bardziej" odgrywa niezmiernie doniosłą rolę w naszym życiu. To ciągle przymierzanie się do czegoś lub kogoś stanowi jedną z zasadniczych przyczyn konfliktu.

Skąd jednak w ogóle bierze się ta skłonność do porównywania? Dlaczego porównujesz się z innymi? Porównywania tego uczono cię od dzieciństwa. W każdej szkole porównuje się ucznia A z uczniem B i uczeń A niszczy swą istotę, aby stać się takim jak uczeń B. Jeżeli nie porównujesz się z nikim, gdy nie masz żadnego ideału, gdy nie ma przeciwieństwa czy czynnika powodującego rozdwojenie, gdy już nie walczysz o to, aby być kimś innym - cóż wtedy dzieje się z twoim umysłem? Umysł twój przestaje stwarzać przeciwieństwa i staje się wysoce inteligentny, wysoce wrażliwy, zdolny do ogromnej żarliwości, która jest witalną energią. Bez tej ostatniej nie można dokonać niczego.

Jeżeli nie będziesz porównywać siebie z kimś innym, będziesz tym, czym jesteś. Spodziewacie się, że dzięki porównywaniu będziecie się rozwijać, rosnać, że staniecie się inteligentni i piękniejsi. Ale czy tak będzie? Faktem jest to, czym jesteście, a przez porównywanie rozdrabniacie się, co jest marnowaniem energii. Widzenie siebie bez porównań daje nam ogromną energię. Jeżeli będziecie patrzeć na siebie bez porównywania, to będziecie ponad porównywaniem, i nie znaczy to, że umysł będzie trwał w bezruchu, zadowolony z siebie. Widzimy więc, w jaki sposób umysł marnuje energię, która jest tak niezbędna do zrozumienia całości życia.

Nie pragnę widzieć, z kim jestem w konflikcie. Nie pragnę znać peryferyjnych konfliktów swej istoty. Pragnę poznać, dlaczego w ogóle konflikt istnieje. Gdy stawiam sobie to pytanie, widzę zasadniczą kwestię, która nie ma nic wspólnego z drugorzędnymi konfliktami i ich rozwiązaniem. Zajmuję się centralną kwestią i postrzegam - a może i wy także - że sama natura pragnienia, jeśli się jej właściwie nie rozumie, prowadzi nieuchronnie do konfliktu.

Pragnienie zawsze wikła się w sprzecznościach. Pożądam rzeczy sprzecznych, co nie znaczy, że powinienem zniszczyć pragnienie, stłumić je, opanować lub wyidealizować - po prostu widzę, że pragnienie jest sprzeczne samo w sobie. Nie przedmioty pragnienia, lecz sama natura pragnienia jest sama w sobie sprzeczna. A muszę zrozumieć naturę pragnienia, zanim będę mógł zrozumieć konflikt. My sami znajdujemy się w stanie sprzeczności, a ten stan sprzeczności ma źródło w pragnieniu, bo pragnienie jest pogonią za przyjemnością i unikaniem bólu, który w niej jest.

Widzimy więc, że pragnienie jest źródłem wszystkich sprzeczności, zarazem ochotą na coś i brakiem ochoty, rozdwojeniem działania. Gdy robimy coś przyjemnego, nie wymaga to wcale wysiłku. Lecz przyjemność niesie

z sobą ból i wtedy rozpoczyna się walka, która ma na celu uniknięcie bólu. To z kolei jest stratą energii. Skąd bierze się to rozdwojenie? Istnieje oczywiście rozdwojenie w przyrodzie, podział na mężczyznę i kobietę, światło i ciemność, noc i dzień. Ale dlaczego jesteśmy wewnątrznie, psychicznie rozdwojeni? Proszę przemyśleć to ze mną, nie czekając, abym to sam wyjaśnił. Musicie ćwiczyć swój umysł. Moje słowa są tylko zwierciadłem, w którym macie oglądać siebie samych. Skąd więc bierze się to psychiczne rozdwojenie w nas? Czy stąd, że przysposabiano nas zawsze do porównywania tego "co jest" z tym "co być powinno"? Zostaliśmy uwarunkowani przez to, co jest słuszne, i to, co jest błędne, dobre i złe, moralne i niemoralne. Czy rozdwojenie nie powstało w wyniku naszej wiary w to, iż myśląc o przeciwieństwie gwałtu, zazdrości, zawiści i przeciętności, łatwiej się od nich uwolnimy? Czy nie posługujemy się przeciwieństwem jak dźwignią, za pomocą której da się usunąć to, co jest? A może jednak jest to ucieczka od tego, co dzieje się teraz?

Czy posługujecie się przeciwieństwem jako środkiem pomagającym uniknąć tego, z czym nie wiecie, co począć? A może dlatego, że w ciągu tysięcy lat propagandy mówiono wam, że musicie mieć jakiś ideał - przeciwieństwo tego, co jest - aby jakoś dać sobie radę z teraźniejszością? Gdy macie taki ideał, wydaje się wam, że pomoże on wam uwolnić się od tego, co jest. Ale nigdy się to nie dzieje. Możecie do końca życia głosić ideę niezadawania gwałtu i przez cały ten czas być źródłem przemocy.

Macie swe wyobrażenia tego, jakimi powinniście być i jak powinniście postępować, ale w rzeczywistości stale działacie inaczej. Widzicie więc, że zasady, wierzenia i ideały prowadzą w sposób nieunikniony do hipokryzji i nieuczciwego życia. To ideał tworzy przeciwieństwo tego, co jest. Jeśli więc wiecie, jak żyć z tym, co jest, przeciwieństwo nie jest potrzebne.

Wysiłki upodobnienia się do kogoś innego lub do swego ideału są jedną z głównych przyczyn sprzeczności, zamieszania i konfliktu. Cokolwiek uczyniłby umysł, w którym na jakimś poziomie panuje zamieszanie, i tak pozostanie on w stanie pomieszania. Każde działanie zrodzone z zamieszania rodzi dalsze zamieszanie. Widzę to bardzo jasno. Widzę to tak jasno, jak widzi się jakieś bezpośrednio zagrażające niebezpieczeństwo fizyczne. Cóż więc robię? Przystaję działać "w imieniu" zamieszania. A zatem całkowitym działaniem jest niedziałanie.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - VIII**

### **wolność - bunt - samotność niewinność - być sobą**

Ani cierpienia spowodowane przez stłumienie, ani brutalna dyscyplina w celu dostosowania się do wzorca, nie prowadziły i nie prowadzą do prawdy. Aby dojść do prawdy, umysł musi być całkowicie wolny, bez śladu jakiegokolwiek zniekształcenia.

Przede wszystkim zapytajmy siebie, czy naprawdę chcemy być wolni? Czy, gdy mówimy o wolności, mówimy o zupełnej wolności czy też o wolności od czegoś niegodnego, nieprzyjemnego lub niepożądanego? Pragniemy być wolni od bolesnych i złych wspomnień, od nieszczęśliwych doświadczeń. Ale chcemy zarazem zachować swe przyjemne pojęcia i powiązania. A zachować jedno bez drugiego jest niemożliwe, gdyż, jak widzieliśmy, przyjemność jest nieodłączna od bólu.

Toteż każdy z nas musi zdecydować, czy chce, czy też nie chce być całkowicie wolny. Jeżeli powiemy sobie, że tak, to musimy zrozumieć naturę i strukturę wolności.

Czy to jest wolność, gdy jesteśmy wolni od czegoś - wolni od cierpienia, wolni od jakiegoś lęku? Czy też wolność jest czymś całkowicie innym? Możemy być wolni, na przykład, od zazdrości, ale czy ta wolność nie jest reakcją, a wobec tego wcale nie jest wolnością? Możemy się bardzo łatwo uwolnić od dogmatu, analizując go i odrzucając, ale motywem tego uwolnienia się może być reakcja, bo pragnienie uwolnienia się od dogmatu może mieć źródło w tym, że nie jest on już modny lub dogodny. Można też uwolnić się od nacjonalizmu, bo się wierzy w internacjonalizm, lub dlatego, że z ekonomicznego punktu widzenia nie uważa się za potrzebne trzymać się głupich, nacjonalistycznych dogmatów, flagi i innych rupieci. Można to łatwo odrzucić. Albo można zareagować przeciw jakiemuś duchowemu czy politycznemu przywódcy, który przyrzekł wam wolność jako rezultat dyscypliny lub buntu. Czy jednak taki racjonalizm, taki logiczny wniosek, ma coś wspólnego z wolnością?

Jeśli ktoś mówi, że jest wolny od czegoś, to jest to reakcja, która potem stanie się inną reakcją, powodującą inną postać konformizmu, inną postać dominacji. W ten sposób możecie spowodować łańcuch reakcji i każdą z nich

uważać za wolność. Ale to nie jest wolność. To tylko nieprzerwane następstwo modyfikacji przeszłości, do których lgnie umysł.

Współczesna młodzież, jak każda młodzież, buntuje się przeciw społeczeństwu, co samo w sobie jest dobre. Jednak sam bunt nie jest wolnością, bo jest reakcją, a reakcja ta ustanawia swój schemat, który człowieka zniewala. Człowiekowi wydaje się, że to coś nowego. Tymczasem wcale tak nie jest. To tylko coś starego w odmiennej formie. Każda społeczna lub polityczna rewolta powróci w końcu do starej, dobrej "mieszczańskiej" mentalności.

Wolność zjawia się tylko wtedy, gdy człowiek widzi i działa, lecz nigdy w wyniku rewolucji. Widzieć to działać, a działanie takie jest natychmiastowe, podobne do działania w obliczu niebezpieczeństwa. Nie ma wtedy miejsca na zastanawianie się, dyskusję czy wahanie. Niebezpieczeństwo zmusza do czynu i dlatego "widzieć" znaczy "działać" i "być wolnym".

Wolność jest stanem umysłu. Nie wolność od czegoś, lecz poczucie wolności. Wolność powątpiewania i kwestionowania wszystkiego. Wolność jest tak intensywna, aktywna i żywa, bo odrzuca wszelką postać zależności, niewolnictwa, konformizmu i stronnictwa. Taka wolność oznacza, że się jest zupełnie samym. Czy umysł wychowany w kulturze tak bardzo uzależniającej od środowiska i jego tendencji może w ogóle znaleźć wolność, która oznacza zupełną samotność, która nie zna przywództwa, tradycji ani autorytetu?

Ta samotność jest wewnętrznym stanem umysłu, który nie zależy od żadnego bodźca czy wiedzy i nie jest rezultatem żadnego doświadczenia czy rozumowania. Większość z nas nie jest nigdy wewnątrz samotna. Istnieje różnica pomiędzy samotnością i odosobnieniem, odcięciem się od innych. Wszyscy wiemy, co to znaczy wyizolować się. Osiągamy to, budując wokół siebie mur, który nas chroni przed zranieniem czy zadrażnieniem, lub wpadając w zobojętnienie, które jest inną formą udręki, albo też żyjąc w jakiejś wymarzonej wieży z kości słoniowej. Samotność jest czymś całkiem innym.

Nie jesteśmy nigdy samotni, ponieważ jesteśmy pełni wszelkich wspomnień, uwarunkowań i pogłosów dnia wczorajszego. Nasze umysły nigdy nie są czyste i wolne od wszelkiego nagromadzonego śmiecia. Aby być samotnym, trzeba umrzeć dla przeszłości. Gdy jesteś samotny, całkowicie samotny, bez przynależności do rodziny, narodu, kultury czy określonego kontynentu, wtedy masz poczucie, że jesteś człowiekiem obcym. Człowiek, który jest w ten sposób zupełnie samotny, jest niewinny i ta niewinność uwalnia umysł od smutku.

Dźwigamy na sobie brzemień tego, co tysiące ludzi powiedziało, oraz pamięć wszystkich swoich niepowodzeń. Porzucić to wszystko zupełnie, to znaczy być samotnym. Umysł, który jest samotny, jest nie tylko niewinny, ale i młody. Nie w sensie czasowym czy ze względu na wiek, lecz młody, niewinny i żywy bez względu na wiek. Tylko taki umysł może zobaczyć to, co jest prawdą, i to, co się nie daje ująć w słowach.

W tej samotności człowiek zaczyna rozumieć konieczność życia samym sobą, takim jakim jest, a nie takim, jakim - w jego mniemaniu - powinien być lub jakim był. Spróbuj popatrzeć na siebie bez drżenia, bez fałszywej skromności, bez lęku i bez usprawiedliwiania się czy potępienia, i żyć samym sobą, takim jakim teraz jesteś.

Tylko wtedy, gdy żyjemy z czymś w bezpośrednim kontakcie, zaczynamy to rozumieć. Z chwilą, gdy do tego przywyknijemy, gdy przywyknijemy do swego niepokoju, zazdrości, zawiści czy czegokolwiek innego, już z tym nie współżyjemy. Gdy mieszkamy nad rzeką, po kilku dniach już nie słyszymy szumu wody. Gdy mamy w pokoju obraz, który widzimy codziennie, tracimy go z oczu po tygodniu. Podobnie z górami, dolinami, drzewami. To samo z naszą rodziną, mężem, żoną. Aby żyć z czymś takim, jak zazdrość, zawiść czy niepokój, nie wolno się nigdy do nich przyzwyczaić, nigdy się z nimi pogodzić. Trzeba się o nie troszczyć jak o dopiero co zasadzone drzewo, chroniąc je przed słońcem i przed burzą. Musicie o nie dbać - ani nie potępiać, ani nie usprawiedliwiać. A zatem - zacząć kochać. Nie znaczy to polubić uczucie zazdrości czy niepokoju, jak to bywa u wielu ludzi, ale starać się czuć.

W ten sposób możemy, wy i ja, współżyć z tym, czym teraz jesteśmy, wiedząc, że jesteśmy tępi, nadwrażliwi, lękliwi, że wierzymy, iż przeżywamy wielką miłość, choć wcale tak nie jest, że jesteśmy łasi na pochlebstwa. Czy potrafimy z tym wszystkim żyć, nie godząc się na to i nie potępiając tego, lecz po prostu obserwując i nie popadając przy tym w chorobliwy stan, nie ulegając przynębienu ani uniesieniu?

Zadajmy sobie teraz kolejne pytanie. Czy ta wolność, ta samotność, to obcowanie z całą strukturą tego, czym jesteśmy - czy to wszystko się z czasem nie załamie? Czyli, inaczej mówiąc, czy wolność osiąga się stopniowo? Oczywiście nie, jeśli bowiem wprowadzimy czas, to staniemy się jego niewolnikami. Nie można uwalniać się stopniowo. To nie jest sprawa czasu.

Następne pytanie. Czy możemy stać się świadomi tej wolności? Jeśli ktoś mówi, jestem wolny", to nie jest wtedy wolny. Podobnie z człowiekiem, który mówi Jestem szczęśliwy". W momencie, gdy mówi jestem szczęśliwy", żyje wspomnieniem czegoś, co minęło. Wolność może się pojawić tylko w sposób naturalny, a nie przez jej pragnienie, życzenia i tęsknotę. Nie znajdziecie jej też, wyobrażając sobie, czym ona jest. Aby się zjawiała, umysł musi nauczyć się patrzeć na życie będące w ciągłym ruchu, bez więzów czasu, gdyż wolność leży poza polem świadomości.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - IX**

### **czas-smutek-śmierć**

Kusi mnie, by powtórzyć historię o wielkim uczniu, który udał się do Boga i poprosił, by Ów nauczył go prawdy. Biedny Bóg rzekł: "Przyjacielu mój, dziś jest tak gorąco, proszę cię, przynieś mi szklankę wody". Uczeń wyszedł i zapukał do drzwi pierwszego napotkanego domu. Otworzyła mu je piękna młoda kobieta. Uczeń zakochał się w niej, wkrótce ożenił się z nią, mieli kilkanaścioro dzieci. Ale oto pewnego dnia zaczął padać deszcz. Padał nieprzerwanie. Wezbrały strumienie, ulice zostały zalane, a domy porwane przez wodę. Uczeń i jego żona wzięli dzieci na plecy, a gdy woda zaczęła ich zalewać, uczeń zawołał: "Panie, proszę cię, ocal mnie!" Pan odrzekł wówczas: "A gdzie jest ta szklanka wody, o którą cię prosiłem?"

Jest to trafna opowieść, gdyż większość z nas myśli w kategoriach czasu. Człowiek żyje w czasie. Wymyślenie przyszłości stało się jego ulubioną zabawą w ucieczkę.

Sądzymy, że w miarę upływu czasu mogą się w nas dokonać zmiany, że stopniowo da się w nas zaprowadzić porządek - krok za krokiem i dzień po dniu. Ale czas nie przynosi ładu ani pokoju. Musimy więc przestać myśleć w kategoriach stopniowości. Znaczy to, że dla pragnącego pokoju nie ma jutra. Musimy zaprowadzić ład natychmiast.

Gdy pojawia się rzeczywiste niebezpieczeństwo, czas znika. Następuje natychmiastowe działanie. Ale my nie dostrzegamy niebezpieczeństwa wielu naszych problemów i dlatego wynajdujemy czas jako środek ich przewyciężenia. Czas nas oszukuje, gdyż nie czyni nic, by nam pomóc w przeprowadzeniu zmiany w nas samych. Czas jest ruchem podzielonym przez człowieka na przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, a człowiek, dopóki go dzieli, dopóty pozostaje zawsze w konflikcie.

Czy uczenie się jest sprawą czasu? Pomimo upływu wielu tysięcy lat nie nauczyliśmy się, że istnieje lepszy sposób życia niż nienawiść i wzajemne zabijanie. Jeśli mamy zmienić to życie, z którego zrobiliśmy coś tak monstrualnego i bezsensownego, to zrozumienie problemu czasu ma wielkie znaczenie.

Po pierwsze, należy zrozumieć fakt, że możemy patrzeć na czas tylko z tą świeżością i niewinnością umysłu, którą już mieliśmy. Tak gnębią nas i wprawiają w zamieszanie liczne nasze problemy, że zgubiliśmy się w tym zamieszaniu. Cóż robi człowiek, który zgubił się w lesie? Co czyni przede wszystkim? Zatrzymuje się. Zatrzymuje się i rozgląda dokoła. Ale my, im bardziej jesteśmy zakłopotani i zagubieni w życiu, tym szybciej gonimy w koło, szukając, pytając, żądając i żebrząc. Toteż pierwszą rzeczą, którą bym zaproponował, jest zatrzymanie się. Gdy zatrzymamy się wewnątrz, psychicznie, umysł nasz stanie się bardzo spokojny, bardzo jasny. I wtedy będziemy mogli spojrzeć na kwestię czasu.

Problemy istnieją tylko w czasie, to znaczy wtedy, gdy mamy do czynienia z jakimś zagadnieniem w sposób niepełny. To niepełne zetknięcie się z nim stwarza problem. Gdy stawiamy czoło jakiejś trudności życiowej w sposób częściowy, fragmentaryczny, lub staramy się uciec od niej, czyli walczymy z nią poprzez niepoświęcanie jej uwagi, wówczas stwarzamy sobie problem. A problem trwa tak długo, jak długo nie poświęcamy mu pełnej uwagi i jak długo spodziewamy się, że "pewnego dnia" rozwiążemy go.

Czy wiemy, czym jest czas? Nie czas na zegarku, nie czas chronologiczny, lecz czas psychologiczny? Jest to przerwa pomiędzy pojęciem a działaniem. Oczywiście pojęcie służy osłanianiu samego siebie. Jest to



wyobrażenie własnego bezpieczeństwa. Działanie jest zawsze natychmiastowe. Nie należy ono ani do przeszłości, ani do przyszłości. Czyn zawsze ma miejsce w teraźniejszości. Ale działanie jest tak niebezpieczne, tak niepewne, że przystosowujemy się do wyobrażenia, które - jak mamy nadzieję - zapewni nam pewne bezpieczeństwo.

Przyjrzyjmy się temu w nas samych. Mamy pewne pojęcie o tym, co jest dobre, a co złe, czym jestem ja, czym jest społeczeństwo, i zgodnie z tym wyobrażeniem czy koncepcją działamy. Działanie w zgodzie z pojęciem odbywa się przez przybliżanie się do niego i stąd rodzi się zawsze konflikt. Pojęcie, przerwa i działanie. W przerwie znajduje się pole czasu. Przerwa jest w swej istocie myślą. Gdy myślimy, że jutro będziemy szczęśliwi, wtedy wyobrażamy sobie, jak osiągamy pewien rezultat w czasie. Myśl na podłożu obserwacji, pragnienia i ciągłości tego pragnienia, które jest podtrzymywane przez inną myśl, powiada: "Jutro będę szczęśliwa. Jutro osiągnę powodzenie. Jutro świat będzie piękny". Tak to myśl stwarza tę przerwę, która jest czasem.

Teraz pytamy, czy możemy zatrzymać czas? Czy możemy żyć w takiej pełni, aby dla myśli nie było jutra, o którym by myślała? Bo czas to smutek. To znaczy, że wczoraj lub przed tysiącem wczorajszych dni kochałeś czy miałaś przyjaciela, który odszedł. Pamięć o tym trwa w tobie. Wspominasz różne przyjemne i nieprzyjemne chwile, oglądasz się wstecz, pragniesz, masz nadzieję, żałujesz. I w ten sposób, walcując to wciąż na nowo, myśl rodzi smutek i nadaje czasowi ciągłość.

Dopóki istnieje ten przedział czasu zrodzony przez myśl, dopóty musi istnieć smutek, musi istnieć ciągłość lęku. Toteż narzuca się pytanie, czy można zlikwidować ten przedział? Jeśli mówicie: "Czy to się kiedykolwiek skończy?", to jest to już pojęciem, już chcecie coś osiągnąć. Dlatego macie znowu przerwę na myślenie. Znowu jesteście schwytni.

Zajmijmy się teraz sprawą śmierci. Dla większości ludzi jest wielkim problemem. Wiemy, że śmierć towarzyszy nam każdego dnia. Czy można spojrzeć jej w oczy w sposób tak całkowity, żeby w ogóle nie robić z niej problemu? Aby w ten sposób stawić jej czoło, trzeba odrzucić wszelkie wierzenia, nadzieje i wszelki lęk. W przeciwnym razie zetkniemy się z nią z już gotowym wnioskiem, wyobrażeniem i obmyślonym niepokojem, a tym samym, zetkniemy się z nią w czasie.

Czas to przedział pomiędzy obserwatorem a przedmiotem obserwowanym. Oznacza to, że obserwator, czyli ty, obawiasz się spojrzeć w oczy temu, co nazywa się śmiercią. Nie wiesz, co to znaczy. Wierzysz w reinkarnację, zmartwychwstanie, w coś zwanego duszą, atmanem, istotą duchową, która nie zna czasu i którą obdarzasz różnymi imionami. Ale czy sam stwierdziłeś, że dusza istnieje? Czy też jest to pojęcie przekazane? Czy istnieje coś trwałego, ciągłego, co jest poza myślą? Jeżeli myśl może o tym myśleć, to znajduje się to w obrębie pola myśli, i dlatego nie może być trwałe. W polu myśli nie istnieje nic trwałego. Odkrycie, że nie ma nic trwałego, ma ogromne znaczenie, gdyż tylko wtedy umysł jest wolny, tylko wtedy można obserwować. Wynika z tego wielka radość.

Nie można się lękać nieznanego, bo nie wiecie, czy nieznanie istnieje. Wobec tego nie ma się czego lękać. Śmierć jest słowem, a to właśnie słowo, wyobrażenie, z którego wyrasta myśl, stwarza strach. Tak więc albo uzasadniacie rozumowo swój strach przed śmiercią i zgłaszacie swój sprzeciw wobec tego, co nieuniknione, albo wynajdujecie niezliczone wierzenia mające chronić was od strachu przed śmiercią. Dlatego istnieje luka pomiędzy wami i rzeczą, której się lękacie. W tej przerwie czasowo-przestrzennej musi istnieć konflikt, który oznacza lęk, niepokój i rozczulanie się nad sobą. Myśl, która rodzi lęk przed śmiercią, mówi: "Odsuń to, unikaj tego, trzymaj się od tego jak najdalej, nie myśl o tym". Ale wy myślicie o tym. Gdy mówicie: "Nie chcę o tym myśleć", już myślicie, jak uniknąć tej myśli. Boicie się śmierci, bo odsuwacie ją od siebie.

Oddzieliśmy życie od umierania. Przedział między życiem i umieraniem jest strachem. Ten przedział, ten czas, stworzony został przez strach. Życie jest naszą codzienną udręką, codzienną obelgą, smutkiem i zamętem. Tylko czasem otwiera się okno na zaczarowane morza. Nazywamy to życiem i lękamy się umrzeć, choć jest to koniec niedoli. Wolimy raczej Ignąć do tego, co znane, niż spojrzeć w oczy nieznanemu. Znane to nasz dom, meble, rodzina, własny charakter, praca, wiedza, sława, nasza samotność, nasi bogowie. To małe istnienie kręcące się nieustannie w kółko zgodnie z ograniczonym schematem zgorzkniałej egzystencji.

Mniemamy, że życie jest zawsze teraz, a umieranie czeka nas w odległym czasie. Nigdy jednak nie podaliśmy w wątpliwość, czy ta walka o codzienne życie jest w ogóle życiem. Chcemy poznać prawdę o reinkarnacji, pragniemy dowodów istnienia duszy po śmierci, nasłuchujemy, co mówią jasnowidzący i jakie są wyniki badań psychologicznych. Ale nigdy nie pytamy, jak należy żyć, żyć codziennie z radością, z zachwytem, pięknie.

Zaakceptowaliśmy życie takim, jakim jest, z całą jego udręką i rozpaczą, przyzwyczailiśmy się do niego i myślimy o śmierci jako o rzeczy, której należy starannie unikać. Ale śmierć jest niezwykle podobna do życia, gdy wiemy, jak należy żyć. Nie można żyć, nie umierając. Nie można żyć, jeśli w każdej minucie nie umieracie psychicznie. Nie jest to tylko rozumowym paradoksem. By żyć całkowicie, by żyć w pełni każdego dnia, jak gdyby każdy dzień miał w sobie nowy czar, trzeba umierać dla wszystkiego, co wczorajsze, bowiem w przeciwnym razie żyje się mechanicznie, a zmechanizowany umysł nie może nigdy poznać, czym jest miłość lub czym jest wolność.

Większość z nas boi się umrzeć, bo nie wie, co to znaczy żyć. Nie wiemy, jak należy żyć, i dlatego nie wiemy, jak należy umierać. Dopóki boimy się życia, dopóty będziemy się bać śmierci. Człowiek, który nie boi się życia, nie boi się też poczucia niezabezpieczenia, bowiem rozumie, że psychicznie, z wewnętrznego punktu widzenia, bezpieczeństwo nie istnieje. A gdy nie ma poczucia bezpieczeństwa i jest tylko nie mający końca ruch, wtedy życie i śmierć są tym samym. Człowiek, który żyje bez konfliktu, który żyje w pięknie i miłości, nie lęka się śmierci, bo kochać to umierać.

Jeśli umieracie dla wszystkiego, co znacie, włączając w to swą rodzinę, pamięć, wszystko, co odczuwaliście, wtedy śmierć okazuje się oczyszczającym i zarazem odmładzającym procesem. Wtedy śmierć rodzi nieskazitelność. A tylko nieskazitelni są żarliwi, nie zaś ludzie, którzy wierzą lub chcą odkryć, co dzieje się po śmierci.

Aby odkryć teraz, co się dzieje, gdy umieracie, musicie umrzeć. To nie żart. Musicie umrzeć, nie fizycznie, lecz psychicznie, wewnątrz, umrzeć dla rzeczy, które pokochaliście i dla rzeczy, które napawają was goryczą. Jeśli umrzecie dla jednej ze swych przyjemności, najmniejszej lub największej, oczywiście bez przymusu, to wówczas będziecie wiedzieć, co to znaczy umierać. Umierać to mieć umysł całkowicie pusty, wolny od codziennych pragnień, przyjemności i udręk. Śmierć jest odnową, przemianą, w której myśl w ogóle nie działa, bo myśl jest stara. Gdy pojawia się śmierć, pojawia się coś całkiem nowego. Wolność od tego, co znane, jest śmiercią. I wtedy żyjecie.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - X**

### **miłość**

Dążenie do bezpieczeństwa w stosunkach z ludźmi rodzi nieuchronnie smutek i lęk. To szukanie zabezpieczenia powoduje niepewność. Czy znaleźliście kiedykolwiek uczucie bezpieczeństwa w swych relacjach z ludźmi? Znaleźliście? Większość z nas pragnie poczucia bezpieczeństwa i wzajemności w miłości.

Czy to jednak jest miłość, gdy każdy z nas pilnuje własnego bezpieczeństwa, własnej szczególnej drogi? Nie jesteśmy kochani, bo nie wiemy, jak kochać.

Czym jest miłość? Słowo to jest tak obciążone, tak nadużywane, że niezbyt chętnie je stosuję. Każdy mówi o miłości. Każdy magazyn, każda gazeta, każdy misjonarz mówi nieustannie o miłości. Kocham jakąś książkę, kocham góry, kocham rozrywki, kocham swą żonę, kocham Boga. Czy miłość jest pojęciem? Jeśli nim jest, to można ją hodować, żywić, pieścić, pobudzać i tłamsić, jak wam się podoba. Gdy mówicie, że kochacie Boga, co to znaczy? Znaczy to, że kochacie projekcję swej wyobraźni, projekcję samego siebie, przybraną w pewne formy poważania zgodnie z tym, co uważacie za wzniosłe i święte. Tak więc powiedzenie "kocham Boga" jest absolutnym nonsensem. Gdy czcicie Boga, czcicie samych siebie. I to jest miłość.

Ponieważ nie potrafimy rozwiązać zwykłego ludzkiego problemu, który zwany jest miłością, przeto uciekamy w świat abstrakcji. Miłość może stanowić ostateczne rozwiązanie wszystkich ludzkich trudności, problemów i wysiłków. Wobec tego, co mamy począć, by odkryć, czym jest miłość? Czy odwołać się do definicji? Kościół zdefiniował ją w pewien sposób, społeczeństwo w inny. Istnieje poza tym wiele odmian tych definicji i odstępstw od nich. Czy uwielbianie kogoś, sypanie z kimś, wymiana emocji, koleżeństwo - czy to jest to, co jest pojmowane jako miłość? Było to normą, wzorcem, a wreszcie stało się bardzo osobiste, zmysłowe i ograniczone, tak że religie orzekły, iż miłość jest czymś o wiele więcej. W tym, co jest nazywane ludzką miłością, istnieje przyjemność, współzawodnictwo, zazdrość, pragnienie posiadania, zatrzymania i panowania, wymiany myśli. Ale znając złożoność tego wszystkiego, religie twierdzą, że istnieje inny rodzaj miłości - boski, piękny i nieprzekupny.

Na całym świecie tak zwani święci utrzymują, że nawet przyglądanie się kobiecie jest czymś z gruntu złym. Powiadają oni, że nie można zbliżyć się do Boga, jeśli człowiek pobłąza sobie seksualnie. Dlatego odrzucają oni miłość seksualną, choć trawi ich potrzeba seksu. Odrzucając jednak życie seksualne, pozbywają się oczu i języka, gdyż wyrzekają się całego piękna ziemi. Głodzą swe serca i umysł, stają się wysuszonymi istotami ludzkimi. Wygnali piękno, bo piękno związane jest z kobietą.

Czy można podzielić miłość na świecką i świętą, na ludzką i boską, czy też jest tylko jedna miłość? Czy miłuje się tylko jednego czy wielu? Gdy mówię "kocham cię", to czy to wyłącza miłość do kogoś innego? Czy miłość jest osobista czy bezosobista? Moralna czy niemoralna? W obrębie rodziny czy poza rodziną? Jeśli kochacie ludzkość, to czy możecie kochać kogoś indywidualnie? Czy miłość jest sentymentem? Czy miłość jest uczuciem? Czy miłość jest przyjemnością? Czy jest pożądaniem? Wszystkie te pytania świadczą o tym, że mamy pewne wyobrażenia o miłości, wyobrażenia o tym, czym ona powinna być lub nie powinna być, że mamy pewien wzorzec lub kodeks zbudowany przez kulturę, w której żyjemy.

Aby więc zgłębić problem, czym jest miłość, musimy najpierw uwolnić go od narośli i nawarstwień wielu stuleci, odrzucić wszelkie ideologie i idee tego, czym miłość być powinna lub nie powinna. Rozdzielanie czegoś na to, czym powinno być, i na to, czym jest, jest najbardziej zwodniczym sposobem traktowania życia.

Jakże więc mam się zabrać do odkrycia tego, czym jest ten płomień, który nazywamy miłością? Nie chodzi mi o to, jak mam to komuś wytłumaczyć, lecz co oznacza ona sama. Przede wszystkim, odrzucę wszystko, co mówi o tym Kościół, społeczeństwo, książki, moi rodzice i przyjaciele, ktokolwiek inny. Pragnę bowiem odkryć sam dla siebie, czym jest miłość. Jest to ogromny problem, który dotyczy całej ludzkości. Miłość ma tysiące definicji i ja sam jestem skrępowany tym lub innym wzorcem, zależnie od tego, co lubię lub z czego się w tej chwili cieszę. Czyż więc nie powinienem najpierw, jeśli chcę ją zrozumieć, uwolnić się od własnych skłonności i uprzedzeń? Pragnienia me wprawiają mnie w stan zamieszania i wewnętrznego rozdarcia. Powiadam więc sobie: "Najpierw wyrwij się z zamętu, który jest w tobie. Może będziesz mógł odkryć, czym jest miłość, poprzez ustalenie, czym ona nie jest".

Rząd mówi: "Idź i zabijaj w imię miłości do swego kraju". Czy to jest miłość? Religia mówi: "Wyrzeknij się seksu w imię miłości do Boga". Czy to jest miłość? Czy miłość jest pożądaniem? Nie mów: nie. Dla większości z nas ona jest pożądaniem, pożądaniem przyjemności osiągananej przez zmysły, przez seksualne zetknięcie i spełnienie. Nie jestem przeciw płci, ale też widzę, co się z nią wiąże. Tym, co seks chwilowo ci daje, jest całkowite zapomnienie o sobie. Potem wracasz z powrotem do swego zamętu. Dlatego pragniesz powtarzać raz za razem ten stan, w którym nie ma zmartwień, problemów ani twojego "ja". Oto mówisz, że kochasz swą żonę. Z tą miłością jest związana seksualna przyjemność, przyjemność posiadania w domu kogoś, kto opiekuje się twoimi dziećmi i kto gotuje. Masz oparcie w żonie. Ona oddała ci swe ciało, swe uczucia, swe poparcie, daje ci pewne poczucie bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia. Po czym odchodzi od ciebie. Znudziła się lub odeszła z kimś innym. Cała twoja równowaga emocjonalna została zachwiana, a to zakłócenie, którego nie lubisz, jest nazywane "zazdrością". Jest w niej ból, niepokój, nienawiść i przemoc. Toteż w rzeczywistości mówisz: "Dopóki należysz do mnie, dopóty kocham cię, ale z chwilą, gdy przestaniesz być moja, znienawidzę cię. Dopóki mogę ufać, że zaspokoisz moje potrzeby seksualne i inne, dopóty będę cię kochał, ale z chwilą, gdy przestaniesz dawać mi to, czego chcę, przestanę cię lubić". Jest więc między wami antagonizm, rozdział, a gdy czujecie się rozdzieleni, nie ma miłości. Jeśli potrafisz żyć z żoną bez wytwarzania wszystkich tych sprzecznych stanów, tych nie mających końca wewnętrznych sporów, to może poznasz, czym jest miłość. Będziecie wtedy zupełnie wolni, ty i ona. Gdy jednak we wszystkich swych przyjemnościach zależysz od niej, jesteś jej niewolnikiem. Jeżeli człowiek kocha, to musi być wolny nie tylko od innych, ale też od siebie.

W tej przynależności do drugiego, w tym psychicznym dożywianiu się kosztem drugiego, w tej zależności od niego zawsze musi być niepokój, lęk, zazdrość, wina. Dopóki jest lęk czy strach, dopóty nie ma miłości. Umysł trawiony smutkiem nigdy nie pozna, czym jest miłość. Sentyment i emocje nie mają nic wspólnego z miłością. A zatem miłość to nie przyjemność i nie pożądanie.

Miłość nie jest wytworem myśli, która jest przeszłością. Myśl w żaden sposób nie może hodować miłości. Miłość nie jest ogrodzona żywopłotem i uwięziona w zazdrości, ponieważ zazdrość rodzi się z przeszłości. Miłość jest zawsze czynną teraźniejszością, a nie "będę kochał" lub "kochałem". Jeżeli znacie miłość, nie pójdziecie za nikim. Miłość nie zna posłuszeństwa. Kiedy kochacie, nie ma miejsca ani na szacunek, ani na brak szacunku.

Czy wiecie, co to znaczy naprawdę kogoś kochać, kochać bez nienawiści, bez zazdrości, bez gniewu, bez chęci mieszania się do tego, co on robi lub myśli, bez potępienia, bez porównywania? Czy tam, gdzie jest miłość, możliwe jest porównywanie? Gdy kochacie całym sercem, całym umysłem, całym ciałem, całą swą istotą, czy dokonujecie porównań? Gdy całkowicie zapominacie o sobie dla tej miłości, nic poza nią nie istnieje.

Czy miłość zna odpowiedzialność i obowiązek, i czy używa tych słów? Czy wtedy, gdy czynicie coś z obowiązku, jest w tym jakaś miłość? W obowiązku nie ma miłości. Struktura obowiązku, którym istota ludzka jest spętana, niszczy ją. Dopóki zmuszeni jesteśmy robić coś z obowiązku, dopóty nie kochamy tego, co robimy. Tam, gdzie jest miłość, nie ma obowiązku ani odpowiedzialności.

Niestety większość rodziców myśli, że są odpowiedzialni za swe dzieci, i to poczucie odpowiedzialności przybiera formę nakazywania, co dzieci powinny, a czego nie powinny robić, czym powinny, a czym nie powinny się stać. Rodzice chcą, aby ich dzieci miały zabezpieczoną pozycję w społeczeństwie. To, co nazywają oni odpowiedzialnością, stanowi część tego powszechnego poważania, które uwielbiają. A wydaje się, że tam, gdzie istnieje "powszechny szacunek", nie ma ładu. Ludziom tym chodzi tylko o to, żeby stać się doskonałymi mieszczuchami. Podczas gdy przygotowują swe dzieci do tego, by "pasowały do kroju" społeczeństwa, sami prowadzą wojny, podtrzymują konflikty i brutalność. Czy to nazywacie opieką i miłością?

Prawdziwa opieka oznacza działanie podobne do opiekowania się drzewem lub młodą rośliną. Należy je podlewać, znać ich potrzeby, dać im najlepszą ziemię, doglądać ich łagodnie i czule. Jednak gdy przygotowujecie swe dzieci do tego, by "pasowały do kroju" społeczeństwa, przygotowujecie je na zabicie. Gdybyście kochali swe dzieci, nie byłoby wojen.

Kiedy tracicie kogoś bliskiego, płaczecie. Czy przyczyną tych łez jesteście wy sami, czy też zmarły? Kto powoduje szloch, wy sami czy ktoś inny? Czy płakałeś kiedyś z tego powodu, że twój syn padł na polu bitwy? Płakałeś, ale czy łzy płynęły dlatego, że litowałeś się nad sobą samym, czy też dlatego, że litowałeś się nad zabitą ludzką istotą? Jeśli płaczesz z litości nad sobą samym, to twoje łzy nie mają znaczenia, bo zajmujesz się tylko sobą. Jeżeli płaczesz dlatego, że zostałeś osierocony przez osobę, w którą włożyłeś dużo uczucia, w rzeczywistości nie było to uczucie. Jeżeli już oplakujesz swego brata, który umarł, to jego oplakuj. Bardzo łatwo oplakiwać siebie z tego powodu, że "on odszedł". Płaczesz pozornie, masz bowiem ranę w sercu nie z powodu śmierci brata, ale przez litowanie się nad sobą. A litość nad sobą zatwardza twe serce, zamyka cię, otepia i ogłupia.

Czy to jest miłość, kiedy płaczesz nad sobą? Kiedy płaczesz dlatego, że jesteś samotny, że zostałeś opuszczony, że nie masz już władzy ani wpływu, kiedy narzekasz na swój los, na swe środowisko? Zawsze ty we łzach. Z chwilą, gdy to zrozumiesz, zetkniesz się z tym tak bezpośrednio, jakbyś dotykał drzewa, słupa lub ręki - ujrzysz, że smutek został stworzony przez ciebie samego, że smutek jest wytworem myśli, że jest owocem czasu. Przed trzema laty miałeś brata. Teraz jesteś samotny, bo on nie żyje, nie ma nikogo, od kogo mógłbyś oczekiwać pociechy lub koleżeństwa - i to wyciska ci łzy z oczu.

Wszystko to możesz zaobserwować, jeśli tylko przyjrzyj się sobie. Możesz to całkowicie dostrzec w jednym momencie, nie tracąc czasu na analizy. Możesz w jednej chwili ujrzeć całą strukturę i naturę tej marnej, małej istoty, którą określają słowa "ja" i "moje" (moje łzy, moja rodzina, mój naród, moja wiara, moja religia) - ujrzeć całą brzydotę, która jest w tobie. Jeśli widzisz to swym sercem, a nie umysłem, jeśli dostrzegasz to z głębi serca, to znalazłeś klucz do tego, jak położyć kres smutkowi.

Smutek i miłość nie mogą iść ze sobą w parze, choć w świecie chrześcijańskim wyidealizowano cierpienie, rozpięto je na krzyżu i otoczono czcią zakładając, że nie da się ująć przed cierpieniem inaczej niż tylko tą jedną, szczególną bramą. To stanowi o całej strukturze wyzysku religijnego społeczeństwa.

Gdy więc pytasz, czym jest miłość, możesz być zbyt przerażony, by chcieć usłyszeć odpowiedź. Może ona prowadzić do zupełnego przewrotu, może rozbić rodzinę. Możesz odkryć, że nie kochasz swej żony, męża lub dzieci, możesz zburzyć dom, który zbudowałeś, możesz już nigdy nie przekroczyć progu świątyni. Jeśli jednak będziesz chciał znaleźć odpowiedź, to dostrzeczysz, że strach czy obawa nie jest miłością, że posiadanie i panowanie nie jest miłością. Odpowiedzialność i obowiązek to nie miłość, litowanie się nad sobą to nie miłość, udręka z tego powodu, że nie jest się kochanym, to nie miłość. Miłość nie jest przeciwieństwem nienawiści, tak samo jak pokora nie jest przeciwieństwem próżności. Jeśli więc potrafisz wszystko to wykluczyć, nie siłą, ale działając tak, jak deszcz zmywa z liści pył wielu dni, to może wówczas pojawi się ten dziwny kwiat, za którym człowiek zawsze tęskni.

Jeśli nie będziecie mieć w sobie miłości - nie kropelek miłości, ale miłości w całej jej obfitości - jeśli nie napełnicie się nią, to świat stoczy się i ulegnie zniszczeniu. Pojmujecie intelektualnie, że istotna jest solidarność między ludźmi i że miłość jest jedyną drogą. Ale kto was nauczy kochać? Czy jakaś metoda, jakiś system, jakiś autorytet powie wam, jak kochać? Jeśli ktoś wam to powie, nie będzie to miłość. Czy potrafisz powiedzieć sobie: "Będę się ćwiczył w miłości. Będę dzień za dniem siedział i rozmyślał o niej. Będę się ćwiczył, by być łagodnym i szlachetnym, zmuszę się do tego, by zwracać uwagę na innych"? Czy oświadczysz, że możesz się zmusić do miłości, wyrobić w sobie wolę kochania? Ale oto jeśli będziesz ćwiczyć dyscyplinę i wolę kochania, miłość ucieknie przez okno. Stosując jakąś metodę czy system "miłowania", możesz dojść do niezwyklej bystrości umysłu, stać się łagodniejszy lub osiągnąć stan braku skłonności do przemocy, ale to wszystko nie będzie miało nic wspólnego z miłością.

W tym rozdartym, pustynnym świecie nie ma miłości, bo największą rolę odgrywają tu przyjemność i pożądanie. A przecież bez miłości wasze codzienne życie nie ma sensu. I nie możecie kochać, jeśli nie ma piękna. Piękno nie jest tym, co widzicie: pięknym drzewem, pięknym obrazem, pięknym budynkiem lub piękną kobietą. Piękno istnieje tylko wtedy, gdy twoje serce i umysł wiedzą, czym jest miłość. Bez miłości i związanego z nią poczucia piękna nie ma cnoty, i wiecie to bardzo dobrze. Rób, co chcesz, ulepszaj społeczeństwo, karm biednych - wyrządzisz im tylko więcej szkód. Bez miłości w waszych sercach i umysłach jest tylko brzydota i ubóstwo. Gdy jednak zaistnieje miłość i piękno, wówczas wszystko, co uczynicie, będzie słuszne, wszystko, co zrobicie, będzie dobre. Jeśli wiecie, jak kochać, możecie czynić, co wam się podoba, gdyż miłość rozwiąże wszelkie problemy. Docieramy więc do głównego punktu rozważań. Czy bez specjalnych rozmyślań, bez zmuszania się, bez książek, bez pomocy nauczyciela czy mistrza, umysł może odnaleźć miłość, zobaczyć ją tak, jak widzi się piękny zachód słońca?

Wydaje mi się, że jedna rzecz jest absolutnie konieczna, a mianowicie żarliwość pozbawiona interesowności: żarliwość, która nie jest wynikiem jakiegoś zobowiązania lub przywiązania, żarliwość, która nie jest żądzą. Człowiek, który nie wie, czym jest żarliwość, nie pozna nigdy miłości, gdyż miłość pojawia się tylko tam, gdzie istnieje zupełne zapomnienie o sobie.

Umysł, który szuka, nie jest owym żarliwym umysłem. A napotkanie miłości bez poszukiwania jej to jedyny sposób jej odnalezienia; bezwiedne spotkanie z nią, nie zaś wynik wysiłku czy doświadczenia. Taka miłość, przekonasz się, jest bezczasowa. Taka miłość jest zarazem osobista i bezosobista, obejmuje jedną istotę i wiele istot. Pachnie jak kwiat, a wy możecie go wąchać lub przejść obok. Kwiat jest dla każdego i jednocześnie dla tego, kto zechce wdychać głęboko jego woń i patrzeć nań z rozkoszą. Dla kwiatu nie ma znaczenia, czy ktoś stoi w ogrodzie bardzo blisko niego, czy też znajduje się dalej, albowiem kwiat jest pełen zapachu, którym dzieli się z każdym.

Miłość jest czymś nowym, świeżym, ożywczym. Nie ma dnia wczorajszego ani jutrzejszego. Istnieje poza zamęt myśli. Tylko niewinny umysł wie, czym jest miłość. A niewinny umysł potrafi żyć w świecie, który nie jest niewinny. Znaleźć tę niezwykłą rzecz, której człowiek szuka bez końca, poświęcając się i wielbiąc, rozwijając związki krwi i uprawiając seks, szukając różnych form przyjemności i bólu, można wtedy, gdy myśl dochodzi do zrozumienia samej siebie i w sposób naturalny dociera do swego kresu. Miłość nie ma wtedy swego przeciwieństwa, jest bezkonfliktowa.

Ktoś może zapytać: "Jeśli odnajdę taką miłość, to cóż stanie się z moją żoną, dziećmi, rodziną? Przecież muszą mieć zabezpieczenie". Jeśli ktoś zadaje takie pytanie, to znaczy, że nigdy nie wyszedł poza pole myśli, poza pole świadomości. Gdybyście się choć raz znaleźli poza tym polem, nie zadawalibyście nigdy takich pytań, ponieważ wiedzielibyście wtedy, czym jest miłość, w której nie ma myśli, a zatem i czasu. Możecie o tym czytać, zahipnotyzowani i oczarowani, ale wyjść teraz poza myśl i czas, a tym samym poza smutek, to znaczy być świadomym, że istnieje ów wymiar zwany miłością.

Nie wiecie, jak dojść do tego niezwykłego źródła. Cóż więc robicie? Skoro nie wiecie, co należy robić, nic nie robicie. Absolutnie nic. Wpadacie w wewnętrzne milczenie. Czy wiecie, co to znaczy? To znaczy, że nie szukacie, nie pragniecie, do niczego nie dążycie. Wtedy nie ma w ogóle środka. I jest wtedy miłość.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - XI**

### **patrzeć i słuchać - sztuka - piękno - prostota - obrazy - problemy - przestrzeń**

Badaliśmy naturę miłości i doszliśmy do wniosku, który, moim zdaniem, wymaga o wiele głębszego zastanowienia - trzeba o wiele głębiej i żywiej uświadomić sobie jego treść. Odkryliśmy, że dla większości ludzi miłość oznacza wygodę, bezpieczeństwo, gwarancję uczuciowej satysfakcji do końca życia. A tu ktoś taki jak ja przychodzi i pyta: "Czy to naprawdę jest miłość?" Pyta was i prosi, byście spojrzeli w głąb siebie. A wy staracie się tam nie spoglądać, bo to jest bardzo kłopotliwe. Wolelibyście raczej dyskutować o duszy lub sytuacji politycznej czy ekonomicznej. Jednakże gdy znajdujecie się w ślepych zaułku i jesteście zmuszeni do tego spojrzenia w głąb siebie, zdajecie sobie nagle sprawę z tego, że to, co uważaliście za miłość, nie jest wcale miłością, że to tylko wzajemne zaspokajanie, wzajemne wykorzystywanie.

Jeżeli mówię: "Miłość nie ma dnia jutrzejszego ani wczorajszego" lub: "Gdy nie ma środka, wówczas jest miłość", to jest to rzeczywistością, dla mnie, ale nie dla was. Możecie mnie cytować, a z cytatu zrobić receptę, ale to nie ma znaczenia. Musicie to ujrzeć sobą. Aby to jednak uczynić, musicie mieć wolność patrzenia, musicie być wolni od wszelkiego potępienia, od wszelkiego osądzania, zgadzania się lub niezgadzania.

Wszelako patrzeć to jedna z najtrudniejszych umiejętności w życiu, podobnie jak słuchanie, bo patrzeć i słuchać to nie to samo. Jeśli troski zasłaniają wam oczy, nie możecie widzieć piękna zachodu słońca. Większość z nas straciła kontakt z przyrodą. Cywilizacja skupia się coraz bardziej w wielkich miastach. Stajemy się coraz bardziej ludźmi miasta, żyjemy w przepelnionych mieszkaniach i brakuje nam nawet miejsca, z którego moglibyśmy spojrzeć wieczorem lub rano na niebo. Tracimy styczność z wielkim pięknem. Nie wiem, czy zauważyliście, jak niewielu z nas ogląda wschód lub zachód słońca, światło księżycy lub odbicie tego światła na wodzie.

Straciwszy kontakt z przyrodą, staramy się naturalnie rozwijać intelektualne zdolności. Czytamy książki, chodzimy do muzeów i na koncerty, oglądamy telewizję i gonimy za rozrywkami. Cytujemy bez końca powiedzenia innych ludzi, myślimy i mówimy dużo o sztuce. Dlaczego tak bardzo zajmujemy się sztuką? Jest to forma ucieczki czy pobudzania siebie? Jeśli bezpośrednio stykacie się z przyrodą, jeśli możecie obserwować lot ptaka i oglądać cienie na wzgórzach lub piękno ludzkiej twarzy, to czy macie ochotę chodzić do muzeum, by oglądać tam jakiś obraz? Być może dlatego, że nie wiecie, jak należy patrzeć na wszystkie otaczające was rzeczy, uciekacie się do różnych form narkotyku, który ma was pobudzić do lepszego widzenia.

Istnieje opowieść o pewnym religijnym nauczycielu, który każdego poranka zwykł był przemawiać do swych uczniów. Pewnego ranka wszedł na podwyższenie, ale gdy miał właśnie zacząć, mały ptaszek usiadł na parapecie okna i z całego serca zaśpiewał. Skończył, odfrunął, a nauczyciel powiedział: "Skończyło się dzisiejsze kazanie".

Zdaje mi się, że jedną z największych naszych trudności jest naprawdę jasne widzenie nie tylko rzeczy zewnętrznych, ale i życia wewnętrznego. Mówimy, że widzimy drzewo, kwiat lub człowieka, ale czy my to istotnie widzimy? Czyż nie widzimy tylko obrazu stworzonego przez słowo? Chodzi o to, czy wtedy, gdy patrzycie na drzewo lub na obłok wieczorny, który jest pełen światła i radości, naprawdę go widzicie - nie tylko oczyma i umysłem, lecz całą swą istotą?

Czy przeprowadziliście kiedyś eksperyment, który polega na patrzeniu na jakiś konkretny przedmiot, na przykład na drzewo, z pominięciem wszelkich skojarzeń, wszelkiej posiadanej o nim wiedzy, wszelkiego osądu, wszelkich słów, które stwarzają barierę pomiędzy wami i drzewem i nie pozwalają widzieć go takim, jakim teraz jest? Spróbujcie, a zobaczycie, co się dzieje, gdy obserwujecie drzewo całą swą istotą z całą swą energią. W tej intensywności odkryjecie, że nie ma w ogóle obserwatora. Jest tylko uwaga. To tylko w stanie nieuwagi istnieje obserwator i przedmiot obserwowany. Gdy patrzycie na coś z pełną uwagą, wówczas nie ma miejsca na koncepcje, formuły czy pamięć. Ważne jest zrozumienie tego faktu, jako że przechodzimy do kwestii wymagającej bardzo starannego zbadania.

Tylko taki umysł, który patrzy na drzewo, gwiazdy lub lśniące wody rzeki z całkowitym zapomnieniem o sobie, wie, czym jest piękno. I jeśli my w tej chwili tak patrzymy, to znajdujemy się w stanie miłości. Na ogół rozpoznajemy piękno przez porównanie lub dzięki skojarzeniu. Znaczy to, że przypisujemy piękno przedmiotowi. Widzę budynek i uznaję, że jest piękny, a piękno orzekam na podstawie znajomości architektury,

jak również przez porównanie danego budynku z innymi, które widziałem. Ale oto pytam siebie: "Czy istnieje piękno bez przedmiotu?" Gdy obserwator jest cenzorem, eksperymentatorem, myślicielem, wówczas nie ma piękna, bo piękno jest wtedy czymś zewnętrznym, czymś, na co obserwator patrzy i co osądza. Lecz gdy nie ma obserwatora - a to wymaga medytacji i poszukiwań - wówczas istnieje piękno bezprzedmiotowe.

Piękno leży w całkowitym zapomnieniu obserwatora o sobie i o przedmiocie. Takie zapomnienie o sobie jest możliwe tylko przy całkowitym ascetyzmie: jednak nie ascetyzmie księdza z jego szorstkością, sankcjami, regułami i posłuszeństwem, również nie surowości ubioru, pojęć, sposobu żywienia czy zachowania, lecz przy zachowaniu całkowitej prostoty, która jest zupełną pokorą. Nie ma wtedy procesu osiągania, nie ma drabiny, po której można by się wspinać, jest tylko pierwszy krok, a ten pierwszy krok jest nieśmiertelnym krokiem.

Oto jesteście na przechadzce sami lub z kimś, i nagle milkiecie. Otacza was przyroda, nie ma szczekającego psa, nie hałasuje przejeżdżający wóz, nie słychać nawet szczebiotu ptaka. Pogrążeni jesteście w całkowitym milczeniu i otaczająca was przyroda także całkowicie milczy. W tym stanie zarówno milczenia obserwatora, jak i milczenia przedmiotu obserwowanego, kiedy to obserwator nie ujmuje tego, co obserwuje, w formę myśli - w tym milczeniu istnieje odmienna jakość piękna. Nie ma ani przyrody, ani obserwatora. Jest tylko stan umysłu całkowicie, kompletnie samotnego. Umysł jest samotny, nie osamotniony, jest samotny w ciszy i ta cisza jest pięknem. Gdy kochacie, czy jest wtedy obserwator? Obserwator jest w was tylko wtedy, gdy miłość jest pożądaniem i przyjemnością. Gdy pożądanie i przyjemność nie towarzyszą miłości, wtedy miłość jest intensywna. Tak jak piękno, jest ona każdego dnia nowa. Jak powiedziałem, nie ma ona dnia wczorajszego ani jutrzejszego.

Tylko wtedy, gdy oglądamy obraz bez żadnych uprzednich pojęć czy wyobrażeń o nim, możemy bezpośrednio zetknąć się z nim. Wszystkie nasze spostrzeżenia są w istocie rzeczy wyobrażone. To znaczy opierają się na wytworzonym przez myśl wyobrażeniu. Jeśli ja mam pewne wyobrażenie o was, a wy macie o mnie, to naturalnie nie widzimy się wzajemnie takimi, jakimi jesteśmy. Widzimy wyobrażenia, które stworzyliśmy o sobie wzajemnie, a które nie pozwalają nam nawiązać kontaktu. Dlatego nasze stosunki są niewłaściwe.

Gdy mówię, że was znam, mam na myśli tylko to, że was poznałem wczoraj. Ale nie znam was teraz. Znam tylko swe wyobrażenie o was. Wyobrażenie to składa się z tego, co powiedzieliście, by pochwalić lub obrazić mnie, oraz z tego, czego nie uczyniliście. Jednym słowem, wyobrażenie składa się ze wszystkich wspomnień o was, a wasze wyobrażenia o mnie powstały w ten sam sposób. To te wyobrażenia pozostają w kontakcie z sobą i nie pozwalają nam obcować z sobą naprawdę.

Dwie osoby, które przez długi czas żyją razem, nabywają pewnych wyobrażeń o sobie wzajemnie, te zaś nie pozwalają im nawiązać prawdziwych stosunków. Jeżeli rozumiemy stosunki pomiędzy nami, to możemy współdziałać, ale nie jest możliwe współdziałanie za pośrednictwem wyobrażeń, symboli i ideologicznych koncepcji. Jedynie wtedy, gdy rozumiemy rzeczywisty stosunek, jaki istnieje pomiędzy nami, możliwa jest miłość. Nie ma miłości, gdy opieramy się na wyobrażeniach. Dlatego ważną rzeczą jest rozumieć, nie abstrakcyjnie, ale teraz, wiodąc swe codzienne życie, jak zbudowaliśmy swe wyobrażenie o żonie, mężu, sąsiadzie, dziecku, ojczyźnie, jej przywódcach, politykach, bogach. Bowiem nie ma w nas nic prócz wyobrażeń.

Wyobrażenia te tworzą przestrzeń pomiędzy wami i tym, co obserwujecie. A w tej przestrzeni istnieje konflikt. Wspólnie chcemy ustalić, czy można uwolnić się od stwarzanej przez nas przestrzeni - nie tylko przestrzeni poza nami, ale i wewnątrz nas, przestrzeni, która dzieli ludzi.

Sama uwaga, jaką obdarzasz jakiś problem, stanowi energię, która rozwiązuje ten problem. Gdy obdarzasz coś pełną uwagą - mam na myśli wszystko w tobie - wówczas nie ma obserwatora. Istnieje tylko stan uwagi, będący totalną energią. A ta totalna energia jest najwyższą formą inteligencji. Naturalnie ten stan umysłu musi być zupełnym milczeniem, a to milczenie, ta cisza, zjawia się wtedy, gdy jest pełnia uwagi, a nie wymuszona cisza. Całkowite milczenie, w którym nie ma ani obserwatora, ani obserwowanego przedmiotu, odnosi się do najwyższej postaci umysłu religijnego. Co się jednak dzieje w tym stanie, tego nie można wyrazić słowami, gdyż słowa nie oddają rzeczywistości. By odkryć to dla siebie, musisz przez to przejść.

Każdy problem wiąże się z innym problemem, toteż jeżeli rozwiążecie w pełni jeden problem, wszystko jedno jaki, przekonacie się, że potraficie łatwo stawić czoło wszystkim pozostałym problemom i rozwiązać je. Mówimy tu oczywiście o psychologicznych problemach. Zobaczyliśmy już, że każdy problem istnieje tylko w czasie, to znaczy, gdy traktujemy zagadnienie w sposób niepełny. Musimy mu stawić czoło od razu, gdy powstaje, i natychmiast go rozwiązać, by nie zakorzenił się w umyśle. Jeśli pozwala się na to, by problem

przetrwiał miesiąc lub dzień, choćby kilka minut, to pozwala się na to, by zniekształcał nasz umysł. Czy wobec tego można stawić czoło problemowi natychmiast, bez obawy zniekształcenia, i czy można natychmiast uwolnić się od niego, a także nie dopuścić, by pozostało po nim wspomnienie, czyli rysa w umyśle? Wspomnienia te są wyobrażeniami, które nosimy w sobie, i te właśnie wyobrażenia spotykają się z tym niezwykłym stanem, który nazywamy życiem. Stąd rodzi się sprzeczność, a więc i konflikt. Życie jest bardzo realne, życie nie jest abstrakcją, więc gdy zestawiacie je z wyobrażeniami, zaczynają się problemy.

Czy można stykać się z każdą sprawą bez tego przestrzenno-czasowego przedziału, bez tej luki pomiędzy nami a rzeczą, której się boimy? Jest to możliwe tylko wtedy, gdy obserwator nie ma ciągłości - ten obserwator, który zbudował wyobrażenie, który jest zbiorem wspomnień i pojęć, który jest wiązką, zlepkiem abstrakcji.

Gdy patrzysz na gwiazdy, jesteś tym, który patrzy na gwiazdy na niebie. Niebo zasypane jest błyszczącymi gwiazdami, powietrze jest chłodne, a ty jesteś obserwatorem, myślicielem z bolejącym sercem. Ty, środek stwarzający przestrzeń. Nigdy nie zrozumiesz przestrzeni pomiędzy sobą a gwiazdami, pomiędzy sobą a swą żoną lub mężem, czy przyjacielem, ponieważ nigdy nie patrzyłeś bez wyobrażeń i dlatego nie wiesz, czym jest piękno lub czym jest miłość. Mówisz o tym i piszesz, ale - jeśli nie brać pod uwagę rzadkich chwil zapomnienia o sobie - nigdy ich nie poznałeś. Dopóki istnieje środek stwarzający wokół siebie przestrzeń, dopóty nie ma miłości ani piękna. Gdy nie ma centrum ani obrotu gwiazd wokół niego, jest miłość. A gdy kochasz, jesteś piękny.

Gdy patrzysz na twarz przed sobą, patrzysz z centrum, a centrum stwarza przestrzeń pomiędzy jedną a drugą osobą, i dlatego nasze życie okazuje się tak puste i bezlitosne. Nie można pielęgnować miłości lub piękna, ani też wynaleźć prawdy, lecz gdy stale masz pełną świadomość tego, co robisz, możesz pielęgnować właśnie tę czujną świadomość samego siebie. Dzięki świadomości samego siebie zaczniesz dostrzegać naturę przyjemności, pragnienia i smutku, a także całą samotność człowieka i nudę. Wtedy to zaczniesz przezwycięzać rzecz zwaną "przestrzenią".

Gdy pomiędzy tobą i obserwowanym przedmiotem jest przestrzeń, wtedy widzisz, że nie ma w tobie miłości; choćbyś jak najusilniej starał się reformować świat lub wprowadzać nowy ład społeczny i ulepszenia, bez miłości będziesz powodować tylko udrękę. Wszystko zależy więc od ciebie. Nie ma mistrza, nauczyciela, nie ma nikogo, kto by wam powiedział, co robić. Jesteście samotni w tym szalonym, brutalnym świecie.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - XII**

### **obserwator i przedmiot obserwowany**

Pójdźcie, proszę, za mną nieco dalej. Chodzi tu o sprawę dość złożoną i subtelną, ale proszę, zainteresujcie się nią.

Gdy buduję sobie wyobrażenie o was czy o czymś innym, potrafię patrzeć na to wyobrażenie tak, że istnieje wyobrażenie i jego obserwator. Widzę, powiedzmy, kogoś w czerwonej koszuli, a moją bezpośrednią reakcją jest to, że mi się on podoba lub nie podoba. To, że się podoba lub nie, jest uwarunkowane moją kulturą, moim wykształceniem, moimi skojarzeniami i skłonnościami, moimi wrodzonymi oraz nabytymi cechami. Z tego punktu widzenia, punktu centralnego, obserwuję i wydaję sądy. W ten sposób obserwator jest oddzielony od obserwowanej rzeczy.

Ale obserwator jest świadomy nie tylko jednego wyobrażenia. Stwarza on tysiące wyobrażeń. Czy jednak obserwator jest czymś różnym od tych wyobrażeń? Czy on sam nie jest jeszcze jednym wyobrażeniem? Zawsze coś dodaje lub odejmuje od tego, czym jest. Stanowi żywą istotę, która przez cały czas waży, porównuje, osądza, modyfikuje i zmienia pod wpływem ciśnień zewnętrznych i wewnętrznych. To istota żyjąca w polu świadomości, którym jest jej wiedza, wpływ i niezliczone kalkulacje. Równocześnie, gdy patrzysz na obserwatora, którym jesteś, dostrzegasz, że składają się nań wspomnienia, doświadczenia, wypadki, wpływy, tradycja i nie zliczone odmiany cierpienia, które pochodzą z przeszłości. Tak więc obserwator jest zarówno przeszłością, jak i teraźniejszością, a jutro, którego oczekuje, też stanowi jego cząstkę. Jest on na wpół żywy, na wpół martwy - ma w sobie śmierć i życie. W tym stanie umysłu, znajdującym się w polu czasu, spoglądacie (jako obserwatorzy) na strach, zazdrość, wojnę, rodzinę (na ten brzydki zamknięty twór, zwany rodziną). Staracie się rozwiązać problem obserwowanego przedmiotu, bo stanowi on wyzwanie, nowość. Przekładacie sobie zawsze to, co nowe, na terminy tego, co stare, i dlatego znajdujecie się 'nieustannie w konflikcie.



Jedno wyobrażenie, będące obserwatorem, obserwuje tuzin innych wyobrażeń wokół siebie i w sobie, po czym powiada: "Lubię to wyobrażenie, zachowam je" lub: "Nie podoba mi się to wyobrażenie, więc się go pozbędę". Ale sam obserwator składa się z różnych wyobrażeń, które powstały przez reakcję na różne inne wyobrażenia. Dochodzimy więc do punktu, w którym możemy rzec, że obserwator jest również wyobrażeniem, ale on odłączył się i obserwuje. Ten obserwator, który powstał dzięki różnym, innym wyobrażeniom, uważa się za coś trwałego, zaś pomiędzy nim a stworzonymi przez niego wyobrażeniami jest przedział, przerwa czasowa. Stwarza to konflikt pomiędzy nim a wyobrażeniami, a ten konflikt obserwator uważa za przyczynę swoich kłopotów. Powiada więc: "Muszę się uwolnić od konfliktu". Ale samo pragnienie uwolnienia się stwarza nowe wyobrażenia.

Uświadamianie sobie tego wszystkiego, będące prawdziwą medytacją, pokazuje nam, że istnieje centralne wyobrażenie, które składa się ze wszystkich innych wyobrażeń, i to centralne wyobrażenie, obserwator, jest centralnym cenzorem, podmiotem doświadczającym, oceniającym taksometrem, sędzią, który chce pokonać, podporządkować sobie inne wyobrażenia albo w ogóle je zniszczyć. Te inne wyobrażenia są rezultatem osądów, ocen, opinii i wniosków obserwatora, obserwator zaś wynika ze wszystkich innych wyobrażeń. I dlatego obserwator jest równocześnie obserwowanym.

I oto świadomość siebie samego ujawniła różne stany umysłu, ujawniła różne wyobrażenia i sprzeczności między wyobrażeniami, ujawniła wynikające z tego konflikty, rozpacz z powodu niezdolności do radzenia sobie z nimi i rozmaite próby ucieczki przed nimi. Wszystko to ujawniła świadomość ostrożna, wahająca się, uważna. Potem dopiero przyszła świadomość tego, że obserwator jest obserwowany. Nie jest to wyższa istota, która staje się tego świadoma, nie jest to wyższe "ja" (istota wyższa czy wyższe "ja" to tylko nasze wymysły, kolejne wyobrażenia). Sama czujna świadomość ujawniła, że obserwator jest zarazem przedmiotem obserwacji.

A jeśli zadacie sobie pytanie: "Kim jest ta istota, która ma otrzymać odpowiedź? I kim jest ta istota, która zamierza badać?" Jeśli istota ta jest częścią świadomości, częścią myśli, to jest ona niezdolna do odkrycia odpowiedzi. To, co może odkryć, jest tylko stanem świadomości. Ale jeśli w owym stanie świadomości czuwa jeszcze istota, która mówi: "Muszę być czujny, muszę ćwiczyć żywą świadomość", to jest to znów inne wyobrażenie.

Uświadamianie sobie faktu, że obserwator jest przedmiotem obserwacji, nie jest procesem utożsamiania się z nim. Utożsamiać się z czymś jest dość łatwo. Większość z nas utożsamia się z czymś - z rodziną, mężem, żoną, narodem - i to prowadzi do wielkiej niedoli i wielkich wojen. Rozważamy tu coś całkiem odmiennego i musimy to zrozumieć nie tylko w słowach, lecz także w głębi swej istoty. W starożytnych Chinach zanim artysta zaczął cokolwiek malować, na przykład drzewo, siedział przed nim całymi dniami, miesiącami i latami (nie było ważne, jak długo), póki nie stał się tym drzewem. Nie utożsamiał się z drzewem, lecz stawał się drzewem. Oznacza to, że nie było już przestrzeni pomiędzy nim a drzewem, przestrzeni pomiędzy obserwatorem a obserwowanym przedmiotem. Nie było już osoby doświadczającej piękna, ruchu, cienia, głębi liścia, jakości barwy. Artysta był całkowicie drzewem i tylko w tym stanie mógł malować.

Każdy ruch ze strony obserwatora, który jeszcze nie zrozumiał, że stanowi zarazem przedmiot obserwacji, stwarza tylko nowy szereg wyobrażeń, które go usidlają. Cóż się jednak dzieje, gdy obserwator jest świadomy faktu, że stanowi zarazem przedmiot obserwacji? Posuwajmy się naprzód powoli, bardzo powoli, gdyż problem, do którego teraz dochodzimy, jest bardzo złożony. Cóż się wtedy dzieje? Obserwator nie robi nic. Obserwator zawsze dotąd mówił: "Muszę coś zrobić z tymi wyobrażeniami, muszę je stłumić lub nadać im odpowiednią postać". Zazwyczaj był on aktywny wobec obserwowanego przedmiotu, wciąż działał i reagował namiętnie lub niedbale. Działanie obserwatora typu "podoba mi się - nie podoba mi się" nazywamy działaniem pozytywnym: "Podoba mi się, a więc muszę to mieć" i "Nie podoba mi się, a więc muszę się tego pozbyć". Gdy jednak obserwator zrozumie, że on sam jest rzeczą, z którą ma do czynienia, wtedy znika konflikt pomiędzy nim a wyobrażeniem. On sam jest nim. Nie jest od niego oddzielony. Dopóki był oddzielony, dopóty starał się z tym coś począć, ale z chwilą gdy zrozumiał, że jest przedmiotem obserwacji, zabrakło miejsca na ocenę i konflikt ustał.

Co ma począć obserwator? Jeśli coś jest tobą, co możesz z tym zrobić? Nie możesz ani zbuntować się, ani uciec od tego, ani nawet tego zaakceptować. To jest tutaj. Tak więc wszelkie działanie, będące rezultatem reakcji typu "lubię - nie lubię", musi się skończyć. Wtedy to odkryjesz, że istnieje samoświadomość, która oto stała się żywa. Nie jest ona związana z jakąś centralną sprawą ani z jakimś wyobrażeniem. Dzięki intensywności tej samoświadomości istnieje odmienna jakość uwagi, a umysł - on jest samoświadomością - staje się niezwykle wrażliwy i wysoce inteligentny.

## Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - XIII

### czym jest myślenie - pojęcia i działanie wyzwanie - materia - początek myśli

Zastanówmy się teraz, czym jest myślenie, jakie jest znaczenie myślenia, które przecież musimy (ze względu na naszą codzienną pracę) ćwiczyć starannie, logicznie i rozsądnie. Zastanówmy się również nad tym rodzajem myślenia, które w ogóle nie ma znaczenia. Dopóki nie poznamy tych dwóch rodzajów myślenia, dopóty nie będziemy mogli w żaden sposób zrozumieć warstw głębszych, których myśl nie potrafi osiągnąć. Spróbujmy więc zrozumieć całą złożoną strukturę myślenia: narodziny myśli i uwarunkowania przez nie stwarzane. Poprzez zrozumienie tego wszystkiego dojdziemy może do czegoś, czego myśl nigdy nie wykryła, do czego myśl nie ma dostępu.

Dlaczego w życiu każdego z nas taka ważna stała się myśl? Myśl będąca pojęciem, będąca odpowiedzią na nagromadzone w komórkach mózgu wspomnienia. Może wielu z was nawet nie zadało sobie tego pytania albo - jeśli to uczyniliście - wielu odpowiedziało: "Ona ma bardzo małe znaczenie. Liczy się uczucie". Nie wiem, jak potraficie rozdzielić te dwa zjawiska. Jeśli myśl nie użycza uczuciu ciągłości, to uczucie bardzo szybko zamiera. Dlaczego więc w naszym codziennym życiu, w naszym zaharowanym, nudnym, zastraszonej życiu, myśl osiągnęła takie nadmierne znaczenie? Zapytajcie siebie, tak jak ja pytam siebie, dlaczego człowiek jest niewolnikiem myśli - chytrej, sprytniej, umiejącej organizować, umiejącej wszystko rozpocząć. Myśli, która wynalazła tyle rzeczy, zrodziła tyle wojen, stworzyła tyle strachu, tyle niepokoju, która ciągle buduje wyobrażenia i pojęcia i goni w kółko. Myśli, która cieszy się wczorajszą przyjemnością i przydaje jej ciągłości w teraźniejszości, a także w przyszłości. Myśli, która zawsze jest czynna, wciąż pape, porusza się, konstruuje, dodaje, odejmuje, przypuszcza.

Pojęcia stały się dla nas ważniejsze niż działania - pojęcia tak zręcznie wykładane przez intelektualistów w książkach z poszczególnych dziedzin. Im sprytniejsze, im subtelniejsze są te pojęcia, tym bardziej je czcimy, podobnie jak książki, w których są publikowane. My sami jesteśmy tymi książkami, my jesteśmy tymi pojęciami, tak bardzo jesteśmy przez nie uwarunkowani. Wciąż dyskutujemy o pojęciach i ideach oraz dialektycznie wyrażamy opinie. Każda religia ma swe dogmaty, formuły, własne rusztowanie, z którego sięga bogów. Gdy jednak badamy początek myśli, podajemy w wątpliwość znaczenie tego całego gmachu pojęć. Oddzieliliśmy pojęcia od działania, bo pojęcia pochodzą zawsze z przeszłości, a działania zawsze odbywają się w teraźniejszości. Oznacza to, że teraźniejszość jest zawsze żywa. Boimy się żyć i dlatego przeszłość w postaci pojęć stała się dla nas tak ważna.

Jest naprawdę rzeczą niezmiernie interesującą obserwować przebieg własnego myślenia, przyglądać się temu, jak się myśli, skąd się bierze ta reakcja, zwana myśleniem. Oczywiście z pamięci. Czy w ogóle istnieje początek myśli? Jeśli istnieje, to czy potrafimy go znaleźć, to znaczy znaleźć początek pamięci, bo gdybyśmy nie mieli pamięci, nie moglibyśmy mieć myśli.

Widzieliśmy, jak myśl podtrzymuje przyjemność, której doznaliśmy wczoraj, i jak nadaje jej ciągłość, oraz jak myśl podtrzymuje również odwrotność przyjemności, mianowicie strach i ból, tak iż doświadczający, którym jest myśliciel, sam jest przyjemnością i bólem, jak również istotą podtrzymującą przyjemność i ból. Myślący oddziela przyjemność od bólu. Nie dostrzega on, że przez samo szukanie przyjemności zaprasza w do siebie ból i lęk. W stosunkach międzyludzkich myśl domaga się zawsze przyjemności, którą osłania różnymi takimi słowami, jak lojalność, pomaganie, dawanie, podtrzymywanie na duchu, służenie. Zastanawiam się, dlaczego chcemy służyć? Dobre usługi ofiarowują stacje benzynowe. Co znaczą słowa: pomagać, dawać, służyć? O co tu chodzi? Czy kwiat pełen piękna, światła i urody mówi: "Daję, pomagam, służę"? On jest. I dlatego, że nic nie stara się robić, zakrywa całą ziemię.

Myśl jest tak sprytna, tak chytra, że zniekształca wszystko dla swej wygody. Myśl przez swe dążenie do przyjemności sama sobie nakłada więzy. Myśl płodzi rozdwojenie we wszystkich naszych stosunkach. Jest w nas skłonność do przemocy, która daje nam przyjemność, ale jest też pragnienie pokoju, pragnienie bycia uprzejmym i łagodnym. Dzieje się tak przez cały czas w życiu każdego z nas. Myśl nie tylko rodzi to rozdwojenie w nas, ale też gromadzi niezliczone wspomnienia doznanych przyjemności i cierpień, i z tych wspomnień się odradza. Tak więc myśl jest przeszłością, myśl jest zawsze stara jak to już powiedziałem wcześniej.

Ponieważ każde wyzwanie ujmujemy w kategoriach przeszłości, choć samo wyzwanie jest zawsze nowe, nasze spotkanie z wyzwaniem będzie zawsze całkiem niedostosowane do niego. Z tego wyniknie sprzeczność, konflikt

oraz, jako spadek po nich, wszelka niedola i smutek. Cokolwiek nasz mały mózg czyni, znajduje się w konflikcie. Czy do czegoś dąży, czy coś naśladuje, czy tłumii, czy idealizuje, czy dostosowuje się cokolwiek czyni, znajduje się w stanie konfliktu i tworzy konflikt.

Ci, którzy dużo myślą, są z natury materialistami, bo myśl jest materią. Myśl jest materią, tak samo jak podłoga, ściana lub telefon. Energia działająca według pewnego wzorca staje się materią. Istnieje energia, istnieje materia. Tym jest całe życie. Możemy mniemać, że myśl nie jest materią, ale ona nią jest. Myśl jest tak samo materią jak ideologia. Gdziekolwiek jest energia, staje się ona materią. Materia i energia są wzajemnie powiązane. Jedna nie może istnieć bez drugiej, a im większa jest między nimi harmonia, tym większa równowaga i aktywność komórek mózgu. Myśl ustanowiła ów schemat przyjemności, bólu, strachu, i od tysięcy lat działa w jego ramach. Nie może przełamać tego schematu, bo sama go stworzyła.

Myśl nie może pojąć nowych okoliczności. Mogą one być z opóźnieniem rozumiane przez myśl za pomocą słów, ale w rzeczywistości zrozumienie nowego faktu nie jest dziedziną myśli. Myśl nie może nigdy rozwiązać żadnego psychologicznego problemu. Jakkolwiek bystra, jakkolwiek chytra, jakkolwiek uczona jest myśl; bez względu na strukturę, jaką ona tworzy dzięki wiedzy czy komputerom, pod wpływem przymusu czy konieczności - myśl nigdy nie jest nowa i dlatego nie może nigdy odpowiedzieć na żadne doniosłe pytanie. Stary umysł nie może rozwiązać ogromnego problemu życia.

Myśl jest przewrotna, gdyż może wszystko zmyślić i widzieć rzeczy, których nie ma. Może dokonywać najbardziej niezwykłych sztuczek, i dlatego nie można na niej polegać. Ale jeśli zrozumiecie, jaka jest cała struktura waszego myślenia, dlaczego myślicie, dlaczego używacie słów, dlaczego tak a nie inaczej zachowujecie się w codziennym życiu, dlaczego w taki to a taki sposób mówicie, traktujecie ludzi, chodzicie albo jecie - jeśli tego wszystkiego staniecie się świadomi, to umysł nie będzie już was oszukiwał, bo nie pozostanie nic, co mógłby ukryć. Umysł nie będzie już tworem, który czegoś się domaga, coś podbija, lecz stanie się niezmiernie cichy, giętki, wrażliwy, samotny, w tym zaś stanie nie ma miejsca na żadne oszustwo.

Czy zauważyłeś kiedykolwiek, że gdy znajdujesz się w stanie pełnej uwagi, wówczas obserwator, myśliciel, "ja", centrum, znika? W tym stanie zaczyna zanikać myśl.

Jeśli chce się coś jasno widzieć, umysł musi być bardzo spokojny, wolny od uprzedzeń, paplania, rozmowy, wyobrażeń, obrazów. Wszystko to trzeba odsunąć na bok. Tylko w milczeniu można obserwować początek myśli. Nie wtedy, gdy coś badamy, zadajemy pytanie i czekamy na odpowiedź.

Tak więc tylko wtedy, gdy będziesz zupełnie spokojny, i to w całej swej istocie, i zadasz sobie pytanie: "Jaki jest początek myśli?" - tylko w tym milczeniu zaczniesz dostrzegać, jak kształtuje się myśl.

Jeśli jesteśmy świadomi, jak jest poczynana myśl, to nie mamy wcale potrzeby panowania nad myślą. Poświęcamy dużo czasu i tracimy dużo energii w ciągu całego życia, i to nie tylko w szkole, starając się zapanować nad swymi myślami. "To jest dobra myśl, muszę ją zachować". "To jest zła myśl, muszę ją stłumić". Stale toczy się walka pomiędzy jedną a drugą myślą, jednym a drugim pragnieniem, jedną główną przyjemnością a wszystkimi innymi. Jeśli jednak mamy żywą świadomość początku myśli, to nie istnieje sprzeczność w myślach.

Gdy więc słyszysz zdanie w rodzaju: "Myśl jest zawsze stara" lub: "Czas to smutek", myśl zaczyna tłumaczyć je i interpretować. Ale tłumaczenie i interpretacja opierają się na wczorajszej wiedzy i doświadczeniu, toteż będziesz niezmiernie zdanie to tłumaczyć zgodnie ze swym uwarunkowaniem. Jeśli jednak spojrzysz na te zdania, nie interpretując ich wcale, lecz poświęcając im całą uwagę (nie koncentrację), to stwierdzisz, że nie ma obserwatora ani przedmiotu obserwowanego, myśliciela ani myśli. Nie mów: "Co było najpierw?" To zręczny argument, który do niczego nie prowadzi. Możesz zaobserwować w sobie, że dopóki nie ma w nas myśli (co nie oznacza, że masz amnezję czy pustkę w głowie), a więc dopóki nie ma w nas myśli biorącej się z pamięci, doświadczenia lub wiedzy, które pochodzą z przeszłości, dopóty nie ma myślącego. Nie jest to problem filozoficzny ani mistyczny. Mamy tu do czynienia z czystymi faktami. Jeżeli posunąłeś się tak daleko w tej podróży, to zobaczysz, że odpowiadasz na wyzwanie nie starym umysłem, lecz całkowicie nowym.

## Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - XIV

### brzemie dnia wczorajszego - spokojny umysł porozumiewanie się - osiągnięcie - dyscyplina milczenie - prawda i rzeczywistość

W życiu, jakie prowadzimy, przeważnie bardzo mało jest samotności. Nawet gdy jesteśmy sami, życie nasze pozostaje pod tyłoma wpływami, przygniatane jest taką masą wiedzy, tyłoma wspomnieniami, niepokojami, niedolami i konfliktami, że nasz umysł staje się coraz bardziej tępy, coraz mniej wrażliwy, i działa jednostajnie i rutynowo. Czy w ogóle bywamy samotni? Czy może wciąż dźwigamy na sobie całe to brzemie dnia wczorajszego? Jest pewna ładna opowieść o dwóch mnichach, którzy wędrowali od wsi do wsi. Napotkali oni siedzącą na brzegu rzeki dziewczynę, która płakała. Jeden z nich podszedł do niej i zapytał: "Siostrze, czemu płaczesz?" Odpowiedziała: "Widzisz ten dom na drugim brzegu? Wcześniej rano przeszłam przez rzekę bez trudności, ale teraz woda wezbrała i nie mogę wrócić. Nie ma tu łodzi". "Och, to żaden kłopot", powiedział mnich. Podniósł ją, przeniósł przez rzekę i postawił na drugim brzegu. Obaj mnisi ruszyli dalej w drogę. Po kilku godzinach drugi mnich rzekł: "Bracie, ślubowałeś, że nigdy nie dotkniesz kobiety. Popeliłeś straszny grzech. Czy doznałeś przyjemności, dotykając tej niewiasty?" Zapytany mnich odpowiedział: "Ja ją przeniosłem przed kilkoma godzinami, a ty ją jeszcze niesiesz!" To właśnie i my robimy. Niesiemy swe brzemie przez cały czas. Nigdy go nie zrzucamy, nigdy nie pozostawiamy za sobą. Jedynie wtedy, gdy zwracamy uwagę na jakiś problem i natychmiast go rozwiązujemy, nie odkładając go na następny dzień czy następną minutę, pojawia się samotność. Wtedy, nawet jeżeli mieszkamy w przeludnionym domu lub znajdujemy się w autobusie, jesteśmy samotni. A ta samotność świadczy o świeżym, nieskażonym umyśle. Być wewnętrznie samotnym i mieć w sobie przestrzeń jest bardzo ważną sprawą, bo oznacza wolność bycia, pójścia dokądkolwiek, działania, wolność lotu. Ostatecznie, dobroć może rozkwiatać tylko w przestrzeni, a cnota może rozkwiatać tylko tam, gdzie jest wolność. Możemy mieć polityczną wolność, a wewnętrznie nie być wolni i przez to nie mieć przestrzeni. Żadna cnota, żadna zaleta nie może rozwijać się i "działać" bez wielkiej przestrzeni wewnątrz nas. Przestrzeń i milczenie są niezbędne, bo tylko umysł samotny, nie podlegający wpływom, nie ćwiczony, nie krępowany niezliczonym bogactwem doświadczeń, może dojść do czegoś całkiem nowego. Można bezpośrednio dostrzec, że tylko umysł milczący może być jasny, przejrzysty. Głównym celem medytacji na Wschodzie jest osiągnięcie takiego stanu umysłu. Chodzi o opanowanie myśli, a to dzięki nieustannemu powtarzaniu modlitw w celu uspokojenia umysłu. Można mieć nadzieję, że w tym stanie zrozumie się wszystkie problemy. Ale nie widzę, w jaki sposób umysł mógłby być teraz spokojny, jeśli nie położy się fundamentu, którym jest wolność od strachu, wolność od smutku, niepokojów i wszystkich pułapek, które sami sobie stawiamy. Jest to jedna z najtrudniejszych rzeczy do przekazania. Warunkiem naszego porozumiewania się jest nie tylko to, abyście rozumieli słowa, których używam, lecz także aby obie strony, wy i ja, były uważne w tym samym czasie, a nie chwilę później lub wcześniej, i zarazem zdolne do spotkania się na tym samym poziomie. Takie porozumiewanie się nie jest możliwe, gdy interpretujecie to, co czytacie, zgodnie ze swą wiedzą, dążeniem do przyjemności, opiniami, a także gdy - by mnie zrozumieć - dokonujecie ogromnego wysiłku. Wydaje mi się, że jedną z największych przeszkód w życiu jest ta stała walka o osiągnięcie, zdobycie lub pozyskanie czegoś. Od dzieciństwa uczą się nas zdobywać i osiągać. Już same komórki mózgu narzucają ów schemat zdobywania i wymagają tego, by zapewniać sobie bezpieczeństwo fizyczne. Psychiczne bezpieczeństwo nie mieści się jednak w ramach zdobywania. Domagamy się bezpieczeństwa we wszystkich naszych stosunkach, postawach i czynnościach, ale - jak widzieliśmy - w rzeczywistości nie ma czegoś takiego jak bezpieczeństwo. Odkrycie dla siebie samego, że nie istnieje żadna forma bezpieczeństwa w relacjach międzyludzkich, zrozumienie, że psychicznie nie ma nic trwałego, stwarza całkiem odmienny stosunek do życia. Oczywiście, tzw. zewnętrzne zabezpieczenie jest ważne - dach nad głową, ubranie, pożywienie - ale to zewnętrzne zabezpieczenie ulega zniszczeniu wskutek pragnienia bezpieczeństwa psychicznego. Przestrzeń i milczenie są niezbędne, by wyjść poza ograniczenia świadomości, ale w jaki sposób umysł, który nieustannie jest tak zajęty swoimi osobistymi sprawami, może stać się spokojny? Można go wyćwiczyć, opanować, urobić, ale takie tortury nie uspokoją umysłu, tylko otepią. To oczywiste, że samo dążenie do ideału, którym jest spokojny umysł, nie ma wartości, gdyż im bardziej naciskacie na umysł, tym ciaśniejszy i bardziej ociążały się staje. Wszelka forma kontroli, podobnie jak tłumienie, prowadzi jedynie do konfliktu. Tak więc samokontrola i zewnętrzna dyscyplina nie są właściwymi metodami. Nie jest tym także życie niezdyscyplinowane. Życie większości z nas jest zewnętrznie zdyscyplinowane - dzięki wymaganiom społeczeństwa, rodziny; w rezultacie naszych własnych cierpień; dzięki przystosowywaniu się do ideologicznych czy innych wzorców - i ten rodzaj dyscypliny to rzecz najbardziej zabójcza. Dyscyplina powinna być wolna od zewnętrznej kontroli, od tłumienia i jakiegokolwiek formy strachu. W jaki sposób może powstać taka dyscyplina? To nie dyscyplina jest najpierw, potem zaś wolność. Wolność jest na samym początku, a nie na końcu. Rozróżnianie tej wolności, która jest wolnością od konformizmu dyscypliny, jest już samą dyscypliną. Sam fakt uczenia się jest już dyscypliną (etymologicznym znaczeniem słowa "dyscyplina" jest "nauka"), sam akt uczenia się staje się przejrzysty. Zrozumienie całej natury i struktury kontroli, tłumienia i pobłażania sobie, wymaga uwagi. Nie musicie narzucać sobie dyscypliny, aby ją studiować, bowiem sam akt studiowania stwarza

własną dyscyplinę, a nie jest wynikiem ucisku. Aby odrzucić autorytet (mowa tu o autorytecie psychologicznym, a nie prawnym) wszelkich religijnych organizacji, tradycji i doświadczenia, trzeba wiedzieć, dlaczego normalnie się ich słucha. Trzeba to zbadać. Aby jednak badać czy studiować, niezbędna jest wolność od potępiania, usprawiedliwiania, opiniowania czy uwielbiania. Nie można uznawać danego autorytetu, a mimo to go badać. To niemożliwe. Aby przestudiować całą psychologiczną strukturę autorytetu, trzeba wolności. Gdy studiuje, zaprzeczamy całość tej strukturze, a gdy zaprzeczamy, już sama negacja okazuje się światłem umysłu uwolnionego od autorytetu. Negacja wszystkiego, co uchodziło za wartościowe, na przykład zewnętrznej dyscypliny, zewnętrznego przewodnictwa, idealizmu, oznacza studiowanie tego. Wówczas sam akt studiowania staje się nie tylko dyscypliną, lecz także jej negacją, a samo odrzucenie okazuje się pozytywnym aktem. W ten sposób negujemy wszystko, co jest uważane za ważne, aby tylko doprowadzić umysł do spokoju. Widzimy więc, że nie kontrola, nie opanowanie prowadzi do spokoju. Nie jest też umysł spokojny, gdy tak pochłania go jakiś przedmiot, że umysł się w nim zatracza. Przypomina on wtedy dziecko, któremu dano ciekawą zabawkę. Uspokaja się, ale odbierzcie mu zabawkę, a natychmiast wróci do psot. Wszyscy mamy swoje zabawki, które pochłaniają nas, i sądzimy, że jesteśmy bardzo spokojni. Jeśli człowiek oddaje się jakiejś formie działalności - naukowej, literackiej czy jakiegokolwiek innej - oznacza to tylko, że chwilowo pochłania go jego ulubiona zabawka, ale on sam wcale nie jest spokojny. Jedyne milczenie, jakie znamy, to cisza, gdy ustaje hałas lub gdy ustaje myśl. Ale to nie jest milczenie. Milczenie jest czymś całkowicie innym, podobnie jak piękno, podobnie jak miłość. Milczenie nie jest wytworem spokojnego, cichego umysłu, nie jest wytworem komórek mózgowych, które zrozumiały całą swą strukturę i rzekły: "Na Boga, bądź cicho!" Komórki mózgowie same wytwarzają milczenie, ale ono też nie jest milczeniem. Milczenie nie jest również rezultatem uwagi. Kiedy obserwator jest przedmiotem obserwacji, oznacza to, że nie ma wtedy tarcia, ale to też nie jest milczenie. Oczekujecie ode mnie, bym opisał, czym jest milczenie, tak abyście mogli je z czymś porównać, jakoś zinterpretować, zabrać ze sobą i gdzieś schować. Niestety, nie można go opisać. To, co można opisać, jest znane, a wolność od znanego może się pojawić tylko wtedy, gdy każdego dnia człowiek umiera dla znanego, dla cierpień i pochlebstw, dla wszystkich wytworzonych przez siebie wyobrażeń, dla wszystkich swoich doświadczeń - gdy każdego dnia umiera tak, że komórki mózgu stają się świeże, młode, nieskażone. Ale i ta niewinność, ta świeżość, ta cecha delikatności i szlachetności nie tworzy miłości. To milczenie, które nie jest milczeniem następującym po ustaniu hałasu, jest tylko początkiem. Podobne jest ono do przechodzenia przez mały otwór, za którym znajduje się niezmiernie duża przestrzeń oceanu, niezmiernie, nie znający czasu stan. Tego nie da się wytłumaczyć słowami, ani pojąć dopóty, dopóki nie zrozumiecie całej struktury świadomości oraz znaczenia przyjemności, smutku i rozpacz, a komórki mózgu same się nie uspokoją. Wtedy dotrzecie może do tej tajemnicy, której nikt wam nie potrafi objawić, ani nic nie może zniszczyć. Żywy umysł to cichy umysł. Żywy umysł nie ma środka, a tym samym przestrzeni i czasu. Taki umysł jest nieograniczony, i to jest jedyna prawda, jedyna rzeczywistość.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - XV**

### **doświadczenie - satysfakcja - rozdwojenie medytacja**

Wszyscy pragniemy jakichś doświadczeń - mistycznych, religijnych, seksualnych; pragniemy pieniędzy, władzy, stanowisk, dominacji. W miarę, jak się starzejemy, tracimy może apetyty ciała, ale zaczynamy domagać się szerszych, głębszych i bardziej znaczących doświadczeń. Próbujemy różnych metod w celu ich uzyskania, na przykład poszerzając swą świadomość, co jest swego rodzaju sztuką. Zażywamy różne narkotyki. To stary chwyt, istniejący od niepamiętnych czasów. Żujemy kawałek liścia albo eksperymentujemy z najnowszymi środkami chemicznymi w celu wywołania chwilowej zmiany w strukturze komórek mózgu, tak aby obudzić większą wrażliwość i wzmocnić postrzeganie, które odkrywa pozornie rzeczywistość. To szukanie coraz nowszych doświadczeń jest jedynie dowodem wewnętrznego ubóstwa człowieka. Sądzimy, że dzięki tym doświadczeniom zdołamy uciec od siebie samych, ale doświadczenia te są uwarunkowane przez nas samych. Jeżeli nasze umysły są małostkowe, zazdrosne, niespokojne, to mogą zażywać coraz to inne narkotyki, będą jednak spostrzegały wciąż tylko swoje własne wytwory, swoje własne małe projekcje to, co pochodzi z ich uwarunkowanego podłoża.

Większość z nas pragnie doświadczeń w pełni zadowalających i trwałych, które nie mogłyby zostać zniszczone przez myśl. A zatem za pragnieniem doświadczenia kryje się pragnienie satysfakcji, a pragnienie satysfakcji dyktuje doświadczenie. Dlatego musimy zrozumieć nie tylko cały problem satysfakcji, ale i to, czego doświadczamy. Zaznać wielkiej satysfakcji to wielka przyjemność. Im trwalsze, głębsze i szersze jest doświadczenie, tym jest przyjemniejsze. Oto dlaczego przyjemność dyktuje formę szukanego przez nas doświadczenia. Przyjemność jest dla nas miarą doświadczenia. Wszystko, co jest wymierne, znajduje się w granicach myśli i dlatego może ona stwarzać złudzenia. Można mieć cudowne doświadczenia, a jednak ulegać całkowitemu złudzeniu. Na pewno będziecie mieć wizje zgodne z waszym uwarunkowaniem. Będziecie widzieć

Chrystusa, Buddę lub kogokolwiek, w kogo wierzycie. Im mocniej wierzycie, tym silniejsze będą wasze wizje, projekcje waszych własnych pragnień i popędów.

Tak więc jeżeli przyjemność jest miarą, gdy poszukujemy czegoś zasadniczego, na przykład prawdy, to dokonujemy projekcji tego, jakim ma być to doświadczenie. Dlatego nie ma ono już wartości.

Co rozumiemy przez doświadczenie? Czy jest coś nowego lub oryginalnego w doświadczeniu? Doświadczenie to wiązka wspomnień będąca odpowiedzią na jakieś wyzwanie. Odpowiadać może ono tylko zgodnie ze swym podłożem. Im sprytniej interpretujecie doświadczenie, tym lepiej ono odpowiada. Dlatego musicie powątpiewać nie tylko w cudze doświadczenia, ale i we własne. Jeśli nie uznajecie jakiegoś doświadczenia, to nie jest ono w ogóle doświadczeniem. Każde zostało już przeżyte. Gdyby tak nie było, nie uznalibyście go. Zależnie od swych uwarunkowań uznajecie doświadczenia za dobre, złe, piękne, święte i inne. Dlatego uznanie jakiegoś doświadczenia musi być z konieczności stare.

Jeśli pragniemy doświadczyć rzeczywistości, a wszyscy tego pragniemy, to musimy ją poznać, ale w chwili jej rozpoznawania już dokonujemy projekcji. Dlatego nie jest ona rzeczywista. Pozostaje bowiem nadal w polu myśli i czasu. Jeśli myśl może dotyczyć rzeczywistości, to nie może to być rzeczywistość. Nie możemy rozpoznać nowego doświadczenia. Jest to niemożliwe. Rozpoznajemy tylko to, cośmy już poznali, i dlatego, gdy mówimy, że mieliśmy nowe doświadczenie, nie jest ono wcale nowe. Poszukiwanie kolejnych doświadczeń poprzez poszerzanie pola świadomości, tak jak to niektórzy robią za pomocą psychodelicznych narkotyków, odbywa się nadal w polu świadomości, i dlatego jest bardzo ograniczone.

Odkryliśmy więc podstawową prawdę, tę mianowicie, że umysł, który pragnie i szuka szerszego i głębszego doświadczenia, jest bardzo płytkim i tępyim umysłem, gdyż żyje zawsze swymi wspomnieniami.

Co jednak stałoby się, gdybyśmy nie mieli żadnych doświadczeń? Zależymy od doświadczeń, od wymagań sytuacji. One budzą naszą czujność. Gdyby nie było w nas konfliktów, zmian, zakłóceń, wszyscy zasnąlibyśmy mocno. Zatem bodźce są dla większości z nas konieczne. Sądzymy, że bez nich umysły nasze stałyby się ograniczone i ociężałe. Jesteśmy uzależnieni od wymagań sytuacji i od doświadczeń, bowiem stanowią one dla nas podniety i wyostrajają nasz umysł. Ale w istocie rzeczy zależność od wymagań sytuacji i doświadczenia, która utrzymuje nas w stanie pobudzenia, otepia nasz umysł i wcale nie utrzymuje go w stanie pobudzenia. Zadaję więc sobie pytanie: "Czy można być całkowicie świadomym - nie peryferyjnie pobudzonym, ale całkowicie świadomym - bez wyzwań i poza doświadczeniem?" Wymaga to wielkiej wrażliwości, zarówno fizycznej, jak i psychicznej. Znaczy to, że muszę być wolny od wszelkich pragnień, bo w chwili gdy pragnę, zaczynam doświadczać. Aby zaś być wolnym od pragnienia i satysfakcji, trzeba zbadać samego siebie i zrozumieć w całości naturę pragnienia.

Pragnienie rodzi się z rozdwojenia. "Jestem nieszczęśliwy i muszę być szczęśliwy". W samym tylko pragnieniu szczęścia kryje się już nieszczęście. Gdy człowiek wysila się, by być dobrym, to już w samej tej dobroci zawiera się jej przeciwieństwo - zło. Wszelka afirmacja zawiera swe przeciwieństwo, a wysiłek przezwycięzania wzmacnia to, przeciw czemu jest skierowany. Gdy domagacie się doświadczenia prawdy lub rzeczywistości, to już samo to domaganie bierze się z waszego niezadowolenia z tego, co jest. Dlatego stwarza ono przeciwieństwo. A w przeciwieństwie znajduje się to, co było. Trzeba więc być wolnym od nieustannych żądań, w przeciwnym bowiem razie nie będzie końca tego ciągu rozdwojeń.

Oznacza to poznanie siebie tak zupełne, że umysł już nie szuka. Taki umysł nie żąda doświadczenia. Nie może on pragnąć wyzwania, ani próbować je poznać. Nie mówi on "jestem śpiący" lub "Jestem rozbudzony". Jest całkowicie tym, czym jest. Tylko umysł zawiedziony, ciasny, powierzchowny, umysł uwarunkowany, zawsze szuka czegoś więcej. Czy można więc żyć w tym świecie bez żądań, bez nieustającego porównywania? Czy na pewno można? Ale trzeba to odkryć samemu.

Badanie całej tej sprawy jest medytacją. Słowa tego używa się na Wschodzie i Zachodzie w sposób jak najbardziej niefortunny. Istnieją rozmaite szkoły medytacji, rozmaite metody i systemy. Istnieją systemy, które mówią: "Obserwuj ruch swego wielkiego palca u stopy, patrz na niego, patrz i patrz". Inne systemy zalecają siedzenie w pewnej postawie, regularne oddychanie lub ćwiczenie świadomości siebie samego. Wszystko to są podejścia mechaniczne. Jedna z metod proponuje pewne słowo i obiecuje, że jeśli będziecie je powtarzać, to przeżyjecie niezwykle transcendentne doświadczenie. Jest to czysty nonsens. To forma autohipnozy. Powtarzając "amen", "om" lub "coca-cola", powtarzając to bezustannie, zyskacie oczywiście pewne doświadczenie, bo pod wpływem powtarzania umysł się uspokaja. Jest to dobrze znane zjawisko, które było i

jest praktykowane od tysięcy lat w Indiach, a zwie się mantra-jogą. Przez powtarzanie można sprawić, że umysł stanie się łagodny i delikatny, ale nadal będzie to małostkowy, płytki umysł. Moglibyście równie dobrze umieścić na kominku patyk ułamany w ogrodzie i ofiarowywać mu codziennie kwiatek. Jeżeli po miesiącu oddawania mu czci nie położycie pewnego dnia przed nim kwiatu, to będzie to grzech.

Medytacja nie polega na dostosowaniu się do jakiegoś systemu. Nie jest stałym powtarzaniem i naśladowaniem. Medytacja nie jest koncentracją. Jednym z ulubionych chwytów niektórych nauczycieli medytacji jest zmuszanie uczniów do nauki koncentracji, to znaczy do zatrzymywania umysłu na jednej myśli i odpędzania wszystkich innych myśli. Jest to najgłupsza, ponura metoda, której może podporządkować się każdy uczeń szkolny, gdy jest do tego zmuszony. Oznacza ona, że przez cały czas podżegacie w sobie walkę pomiędzy zmuszaniem się do koncentracji a pozwalaniem na to, by umysł wędrował ku wszelkim innym rzeczom. Tymczasem powinniście cały czas zwracać uwagę na umysł, bez względu na to, dokąd wędruje. Gdy umysł wędruje, oznacza to, że interesuje się czymś innym.

Medytacja wymaga zdumiewająco czujnego umysłu. Medytacja jest rozumieniem całości życia, w którym zanikły formy podziału na części. Medytacja nie jest kontrolą myśli, gdy bowiem myśl podlega kontroli, rodzi konflikt w umyśle. Jeśli jednak zrozumiecie strukturę i pochodzenie myśli, o czym była już mowa, to myśl nie będzie przeszkadzać.

Medytować to być świadomym każdej myśli i każdego uczucia, nie mówić nigdy, że są słuszne lub niesłuszne, lecz tylko obserwować je i posuwać się za nimi. W toku tej obserwacji zaczynacie rozumieć cały ruch myśli i uczuć. Rezultatem świadomości jest milczenie. Milczenie wymuszone przez myśl jest zastojem, jest martwe, ale milczenie, które przychodzi, gdy myśl zrozumiała swój początek, swą naturę, gdy zrozumiała, dlaczego żadna myśl nie jest nigdy wolna, a zawsze jest stara, takie milczenie jest medytacją. Podmiot medytujący jest całkowicie nieobecny, jeśli umysł opróżnił się z przeszłości.

Jeżeli czytaliście tę książkę uważnie całą godzinę, to była to medytacja. Jeśli natomiast kilka słów lub pojęć z niej zostawiliście sobie do przemyślenia na później, to już nie była to medytacja. Medytacja jest stanem umysłu, w którym spogląda on na wszystko z pewną uwagą, całkowitą uwagą, a nie częścią uwagi. Nikogo z was nie można nauczyć, jak być uważnym. Jeśli zgodnie z jakimś systemem uczycie się, jak być uważni, to jesteście wtedy uważni w stosunku do tego systemu, ale to nie jest uwaga. Medytacja jest jedną z największych sztuk w życiu, może największą, i żadną miarą nie można się jej nauczyć od nikogo. To jest zresztą jej pięknem. Nie dysponuje ona żadną techniką i dlatego nie ma autorytetu. Gdy uczycie się siebie samych, obserwujecie siebie, obserwujecie drogę, którą chodzicie, sposób, w jaki jecie, to, co mówicie, gdy zauważacie w sobie plotkarstwo, nienawiść, zazdrość - jeśli jesteście świadomi tego wszystkiego w sobie, wszystkiego bez wyboru - stanowi to część medytacji.

Medytować więc można w autobusie, w lesie pełnym światła i cieni, słuchając śpiewu ptaków lub patrząc na twarz swej żony lub dziecka. W rozumieniu medytacji jest miłość, a miłość nie jest wytworem systemów, nawyków, czy też skutkiem stosowania jakiejś metody. Miłości nie można rozwijać za pomocą myśli. Miłość może się zjawić, gdy jest zupełne milczenie, milczenie, w którym podmiot medytujący jest całkowicie nieobecny. Umysł może zachować milczenie tylko wtedy, gdy zrozumiał swój ruch w postaci myśli i uczuć. Aby zrozumieć ten ruch myśli i uczuć, obserwacja musi być wolna od potępiania. Taka obserwacja jest ćwiczeniem, ale jest to ćwiczenie płynne, wolne, nie wynika z konformizmu.

## **Jiddu Krishnamurti - Wolność od znanego - XVI**

### **całkowita rewolucja - umysł religijny energia-żarliwość**

W całej książce chodzi o to, by wywołać w nas samych, a przez to i w naszym życiu, całkowitą rewolucję, która nie ma nic wspólnego z istniejącą strukturą społeczną. Społeczeństwo z jego nie kończącymi się wojnami to coś przerażającego, bez względu na to, czy agresja ma charakter ofensywny czy defensywny. Potrzeba nam czegoś całkowicie nowego, rewolucji, przemiany w samej psychice. Stary umysł nie może żadną miarą rozwiązać problemu międzyludzkich stosunków. Stary umysł jest azjatycki, europejski, amerykański albo afrykański. Pytamy więc, czy jest możliwe dokonanie zmiany w samych komórkach mózgu?

Teraz, gdy zrozumieliście siebie lepiej, zapytajmy siebie samych jeszcze raz, czy możliwe jest dla ludzkiej istoty prowadzącej swe codzienne życie w tym brutalnym, pełnym gwałtu, bezlitosnym świecie, w świecie, który jest

coraz bardziej sprawny, a wskutek tego coraz bardziej bezlitosny, czy jest dla istoty ludzkiej możliwe dokonanie rewolucji nie tylko w jej zewnętrznych stosunkach, ale w całej dziedzinie jej myślenia, uczuć, działania i reagowania? Każdego dnia oglądamy lub czytamy o przerażających rzeczach, które dzieją się w świecie jako skutek gwałtów i przemocy człowieka. Stwierdzisz może: "Nic na to nie mogę poradzić" albo: "Jakże ja mogę wpłynąć na ten świat?" Sądzę, że możesz wpłynąć na świat, jeśli nie ma w tobie skłonności do gwałtu, jeśli każdego dnia wiesz życie pełne pokoju, życie bez współzawodnictwa, ambicji, zawiści, życie, które nie rodzi wrogości. Mały płomyk może się zmienić w płomień. Doprowadziliśmy świat do obecnego stanu chaosu przez swą egocentryczną działalność, przez swe przesady i uprzedzenia, przez swe nienawiści i nacjonalizm. Gdy mówimy, że nie możemy nic na to poradzić, akceptujemy bezład w nas samych jako nieunikniony. Rozszczępiliśmy świat na części, a jeśli my sami jesteśmy rozbici, pokawałkowani, to również nasze stosunki ze światem są porozbijane. Natomiast gdy działając, działamy całkowicie, wówczas nasze stosunki ze światem ogarnia rewolucja.

W końcu każdy ruch, który jest coś wart, każde działanie mające głębokie znaczenie, muszą zacząć się w każdym z nas. Muszę się najpierw sam zmienić, muszę poznać, jaka jest natura moich stosunków ze światem. W samym tym poznawaniu jest działanie, dlatego ja sam, jako istota ludzka żyjąca w świecie, wnoszę odmienną jakość, a jakością tą jest, jak sądzę, jakość religijnego umysłu.

Umysł religijny jest czymś całkowicie różnym od umysłu wierzącego w religię. Nie możecie być religijni, a równocześnie być hindusami, muzułmanami, chrześcijanami czy buddystami. Umysł religijny nie szuka wcale, nie eksperymentuje z prawdą. Prawdy nie może dyktować wasza przyjemność ani ból, wasze uwarunkowanie hindusa czy wyznawcy jakiegokolwiek innej religii. Umysł religijny jest stanem umysłu, w którym nie ma strachu, a zatem i wiary w cokolwiek, lecz tylko to, co jest - co teraz jest.

W umyśle religijnym pojawia się ów stan milczenia, który już omawialiśmy, a który nie jest wytworem myśli, lecz wynikiem czujnej świadomości będącej medytacją, w której nieobecny jest podmiot medytujący. Milczenie, w którym nie ma konfliktu, jest stanem energii. Energia jest działaniem i ruchem. Wszelkie pragnienie jest energią. Wszelka myśl jest energią. Wszelkie życie jest energią. Jeśli tej energii pozwala się płynąć bez jakiegokolwiek przeszkód, bez tarcia i bez konfliktu, to energia ta jest bezgraniczna, nieskończona. Gdy nie ma tarcia, nie ma ograniczenia energii. To tarcie narzuca energii ograniczenie. Dlaczego wobec powyższego istota ludzka, mimo że już to rozumiała, wciąż powoduje tarcie w przepływie energii? Dlaczego wprowadza tarcie w tym ruchu, który nazywamy życiem? Czy czysta energia, bez ograniczeń, jest dla niej tylko pojęciem? Czy nie ma realnego bytu?

Potrzebujemy energii nie tylko po to, by dokonać w sobie całkowitej rewolucji, ale także w celu badania, przyglądania się, działania. Jeżeli w jakichkolwiek naszych stosunkach istnieje tarcie, czy to między mężem a żoną, mężczyzną a mężczyzną, czy to między jednym a drugim społeczeństwem, jednym i drugim krajem lub jedną a drugą ideologią, jeśli istnieje jakiegokolwiek wewnętrzne tarcie lub konflikt w dowolnej postaci, choćby najmniejszy, to następuje utrata energii.

Jeżeli istnieje luka czasowa pomiędzy obserwatorem a obserwowanym przedmiotem, powoduje ona tarcie, a zatem stratę energii. Energia osiąga swój szczyt, gdy obserwator jest przedmiotem obserwacji. W tym stanie nie ma luki czasowej. Energia działa wtedy bez strat i znajduje sobie własne ujście, bo wówczas nasze "ja" nie istnieje.

Potrzeba nam ogromnego zasobu energii, aby zrozumieć zamieszanie, w którym żyjemy. Poczucie, że "muszę coś zrozumieć", daje nam potrzebną do zrozumienia siłę życiową. Ale zarówno poszukiwanie, jak i odkrywanie wymagają czasu. Stopniowe eliminowanie uwarunkowań umysłu nie jest, jak widzieliśmy, właściwą drogą. Czas nie jest drogą. Czy jesteśmy starzy czy młodzi, teraz można całemu procesowi życia nadać inny wymiar. Nie jest drogą szukanie przeciwieństwa tego, czym jesteśmy, ani też sztuczna dyscyplina narzucona nam przez jakiś system, nauczyciela, filozofa czy kapłana. Wszystkie te metody są dziecinne. Gdy to zrozumiemy, zadamy sobie pytanie, czy możemy natychmiast przełamać wszystkie uwarunkowania stuleci i nie popaść jednocześnie w inne uwarunkowania? Czy możemy być wolni tak, aby umysł mógł się całkowicie odnowić, być wrażliwi, czujni, intensywni, pojętni? Oto nasz problem. Nie ma innego problemu, bowiem nowy umysł może podołać każdemu problemowi. Oto jedyne pytanie, które musimy sobie zadać.

Ale my nie zadajemy pytania sobie. Pragniemy, by nam to powiedziano. Jedną z najdziwniejszych cech struktury naszej psychiki jest to, że chcemy, aby nam wszystko powiedziano. Jesteśmy owocem propagandy dziesięciu tysięcy lat. Pragniemy, aby ktoś inny potwierdził naszą myśl. Tymczasem zadawanie pytań jest



pytaniem samego siebie. To, co ja mówię, ma bardzo małą wartość dla was. Zapomnicie o tym, gdy zamkniecie tę książkę. Być może zapamiętacie, będziecie jednak powtarzać pewne zdania, porównywać to, co przeczytaliście, z inną książką, ale wtedy nie spojrzycie prosto w twarz swemu własnemu życiu. A tylko to ostatnie ma znaczenie. Wasze życie, wy sami, wasza znikomość, płytkość, brutalność, skłonność do gwałtu, chciwość, ambicja, codzienna udręka i nie mający końca smutek - oto co musicie zrozumieć i nikt na całej ziemi ani w niebie nie wybawi was od tego. Tylko wy sami możecie to uczynić.

Widząc to wszystko, co się dzieje w waszym codziennym życiu, podczas waszych codziennych zajęć, gdy chwytnie za pióro, gdy mówicie, że wybieracie się na przejażdżkę, lub gdy samotnie przechadzacie się po lesie - czy potraficie jednym tchem, w jednym spojrzeniu rozpoznać, kim jesteście? Jeśli poznacie siebie takimi, jakimi jesteście, to zrozumiecie całą strukturę ludzkich przedsięwzięć, złudzeń, obłudy czy poszukiwań. Aby tego dokonać, musicie być ogromnie rzetelni w stosunku do siebie samych. Gdy działacie według swoich zasad, wówczas nie jesteście uczciwi. Działając zgodnie z tym, co według was powinniście robić, nie jesteście sobą. Mieć ideały to głupota. Jeśli macie jakieś ideały, wierzenia lub zasady, to nie możecie żadną miarą spojrzeć na siebie bezpośrednio. Czy potraficie więc być całkowicie wyciszeni, całkowicie spokojni, bez myśli i bez strachu, a zarazem niezwykle, namiętnie żywotni?

Ten stan umysłu, kiedy nie jest on już zdolny do starania się o coś, oznacza umysł prawdziwie religijny. W tym stanie umysłu możecie dotrzeć do tego, co jest nazywane prawdą, rzeczywistością, szczęściem. Bogiem, pięknem lub miłością. Tego stanu nie można zaprosić do siebie. Proszę, zrozumcie ten prosty fakt. Nie można tego stanu zaprosić, nie można go szukać, bo umysł jest zbyt ograniczony, za mały, uczucia są zbyt lichy, sposób waszego życia jest zbyt powikłany, by zaprosić coś tak ogromnego, niezmiernego, do swego małego domku, do tego małego zakątka życia, zdeptanego i zaplutego. Nie możecie tego stanu zaprosić. Aby coś zaprosić, trzeba to znać, a wy nie potraficie tego poznać. Ktokolwiek powie "znam", nie zna tego. Gdy mówicie, że znaleźliście, nie znaleźliście. Gdy twierdzicie, że czegoś doświadczyliście, nie doświadczyliście tego. Wszystko to są tylko sposoby wyzyskiwania drugiego człowieka, przyjaciela lub wroga.

Powstaje więc pytanie, czy możliwe jest dojście do tego stanu umysłu bez zapraszania go, czekania na niego, szukania czy badania go? Czy może się to stać tak, jak zjawia się powiew zimnego wiatru, gdy zostawicie otwarte okno? Nie można zaprosić wiatru, ale musicie zostawić otwarte okno. Nie znaczy to przecież, że czekacie. To nie znaczy, że musicie się otworzyć, aby otrzymać. Byłby to tylko inny rodzaj myśli.

Czy zadaliście sobie kiedykolwiek pytanie, dlaczego ludziom brakuje tego stanu umysłu? Rodzą dzieci, utrzymują stosunki seksualne, starają się być delikatni, potrafią dzielić się po koleżeńsku, żyć w przyjaźni i solidarności, lecz dlaczego nie są w tym stanie umysłu? Czy nie zastanawialiście się, idąc leniwie brudną ulicą, przebywając na wakacjach nad brzegiem morza, przechadzając się po lesie wśród ptactwa, drzew, strumieni i zwierząt - czy nie przyszło wam nigdy na myśl pytanie, dlaczego człowiek, który żyje od milionów lat, nie osiągnął tego stanu umysłu, tego niezwykłego, nieprzemijającego kwiatu? Dlaczego wy, ludzie tak zdolni, sprytni, inteligentni, ciągle współzawodniczący z sobą, dysponujący tak cudowną technologią, że sięga ona już niebios, dostaje się pod ziemię i w głębiny mórz, wynajduje mózgi elektroniczne - dlaczego nie osiągnęliście tej jedynej rzeczy, która ma sens? Nie wiem, czy kiedykolwiek zastanowiliście się poważnie, dlaczego wasze serce jest puste.

Jaka byłaby twoja odpowiedź, gdybyś zadał sobie to pytanie, twoja szczerą odpowiedź, bez wykrętów? Odpowiedź twoja zależałaby od intensywności zadawania sobie tego pytania i od stopnia ponaglenia. Tobie jednak brakuje intensywności i nic cię nie nagli, a to dlatego, że nie ma w tobie energii, tej energii, która jest żarliwością. Nie możesz znaleźć żadnej prawdy bez tej żarliwości, bowiem to za nią stoi pasja - ale pasja, w której nie kryje się żaden brak. Żarliwość, pasja - to cechy raczej przerażające, bo jeśli je masz, to nigdy nie wiesz, dokąd cię poniosą.

Może więc strach jest przyczyną, dla której nie masz tej energii żarliwości, wystarczającej, aby odkryć siebie? Dlaczego brak ci cechy miłości, dlaczego nie ma w twoim sercu płomienia? Gdybyś zbadał swój umysł i serce bardzo dokładnie, wiedziałbyś, dlaczego ci tego brak. Jeśli będziesz żarliwy w swym dociekaniu i odkrywaniu, dowiesz się tego. Tylko poprzez całkowitą negację, która jest najwyższą formą pasji, rodzi się stan będący miłością. Miłości nie da się hodować, podobnie jak nie można hodować pokory. Pokora zjawia się, gdy kończy się zarozumiałstwo. Wtedy nie zdajesz sobie sprawy z tego, co znaczy być pokornym. Człowiek, który wie, co to znaczy, jest próżny. Tym samym dopiero wtedy, gdy cały swój umysł, serce, nerwy, oczy, całą swą istotę poświęcisz dla sprawy odnalezienia drogi życia, zobaczenia tego, co teraz jest, i wyjścia poza to, dla zupełnej, całkowitej negacji życia, jakie prowadzisz, a przez to i dla zaprzeczenia brzydocie i brutalności tego życia,

dopiero wtedy narodzi się nowe. I nigdy się o tym nie dowiesz. Człowiek, który wie, że milczy, który wie, że kocha, nie wie, ani co to jest milczenie, ani co to jest miłość.