PREFÁCIO

Jiddu Krishnamurti (1895-1986), filho de pais indianos, foi educado em Inglaterra e deu palestras por todo o mundo. Alegava não ter lealdade a nenhuma casta, nacionalidade ou religião e não estar vinculado a qualquer tradição.

Os seus ensinamentos de mais de 20 000 000 palavras estão publicados em mais de 75 obras, 700 cassetes de áudio e 1200 cassetes de vídeo. Até agora, foram vendidas mais de 4 000 000 cópias dos seus livros em 22 línguas. Junto com o Dalai Lama e a madre Teresa, Krishnamurti foi declarado pela revista *Time* um dos cinco santos do século XX.

Viajou pelo mundo durante 65 anos, falando espontaneamente para grandes audiências, até ao fim da vida, aos 90. A rejeição de toda a autoridade espiritual e psicológica, incluindo a sua, é um tema fundamental. Defendia que o homem tem de se libertar do medo, do condicionamento, da autoridade e do dogma através do autoconhecimento, sugerindo que isto criará ordem e verdadeiras mudanças psicológicas. O mundo violento pejado de conflitos não pode ser transformado numa vida de bondade, amor e compaixão através de estratégias políticas, sociais ou económicas. Apenas pode ser transformado por meio da mutação dos indivíduos provocada pela sua própria observação, sem guru ou religião organizada.

A estatura de Krishnamurti como filósofo original atraiu pensadores e filósofos tradicionais e não tradicionais. Chefes de Estado, físicos eminentes como David Bohm, líderes proeminentes das Nações Unidas, psiquiatras, psicólogos, líderes religiosos e professores universitários envolveram-se em diálogo com Krishnamurti. Estudantes, professores e milhões de pessoas de todas as esferas da vida ouviram-no falar e leram os seus livros. Fez a ligação entre a ciência e a religião sem o uso de jargões, para que os cientistas e os leigos entendessem as suas discussões sobre o tempo, o pensamento, a perceção e a morte.

Estabeleceu fundações nos Estados Unidos, Índia, Inglaterra, Canadá e Espanha com a função definida de proteger os ensinamentos contra distorções e disseminar o seu trabalho, sem autoridade para interpretar ou deificar os ensinamentos ou a pessoa.

Ao estabelecer as várias escolas que fundou na Índia, em Inglaterra e nos Estados Unidos, Krishnamurti anteviu que a educação devia dar maior ênfase ao entendimento da mente e do coração, em vez de a meras capacidades académicas e intelectuais; e reforçar as aptidões na arte de viver, em vez de na tecnologia de ganhar a vida.

Krishnamurti disse: «Uma escola é um lugar onde se aprende sobre a totalidade, a integridade da vida. A excelência académica é absolutamente necessária, mas uma escola inclui muito mais do que isso. É onde tanto o professor como o aluno exploram não apenas o mundo exterior, o mundo do conhecimento, mas também o pensamento, o seu comportamento.»

Sobre o seu trabalho, afirmou: «Não há crença exigida ou solicitada, não há seguidores, não há cultos, não há persuasão de espécie alguma, em nenhuma direção. Portanto, só então nos poderemos encontrar na mesma plataforma, no mesmo terreno, ao mesmo nível. Nessa altura, poderemos observar juntos os fenómenos extraordinários da existência humana.»

Kishore Khairnar

Diretor do Centro de Estudos Sahyadri

Fundação Krishnamurti da Índia

INTRODUÇÃO

A forma como você e eu nos relacionamos com o nosso cérebro, uns com os outros, com as nossas posses, o dinheiro, o trabalho, o sexo – estes relacionamentos imediatos criam a sociedade. O relacionamento connosco e uns com os outros, multiplicado por seis mil milhões, cria o mundo. O conjunto de cada um dos nossos preconceitos, de todas as nossas solidões individuais juntas, de cada ambição gananciosa, de cada fome física ou emocional, de toda a raiva e tristeza em cada um de nós – nós somos o mundo.

O mundo não é diferente de nós – o mundo somos nós. Portanto, é simples: se cada um mudar, mudamos o mundo. Se apenas um de nós mudar, isso terá um efeito em cascata. A bondade é contagiosa.

Na escola, somos educados para ouvir os pais e professores. Em termos tecnológicos, isso faz sentido, mas milhares de gerações ainda não aprenderam psicologicamente a parar de sofrer e de infligir sofrimento aos outros. A evolução psicológica não acompanhou a evolução biológica ou científica. Na escola, podemos aprender a ganhar a vida; a arte de viver, contudo, tem de ser aprendida por cada um de nós sozinho.

A vida magoa-nos a todos, com a solidão, a confusão, os sentimentos de fracasso e de desespero. A vida magoa-nos por sermos pobres, emocionalmente doentes e pela violência nas ruas ou em casa. São-nos ensinadas muitas coisas, mas raramente nos dizem como lidar com o choque das mágoas da vida. Por um lado, não nos ensinam que não é vida, mas sim as nossas reações ao que nos acontece que causam a dor. É o nosso medo, enraizado na autoproteção, que causa a dor. Proteger o corpo é natural, mas será natural proteger aquilo a que chamamos «eu»? Que eu é esse que é a raiz do problema, da dor psicológica que sentimos quando o tentamos proteger? Se escaparmos simplesmente da dor mental e da confusão através das drogas, do entretenimento, do sexo e da atividade, o problema doloroso continua a existir, agravado pela exaustão e pelo vício. A atenção aos modos do eu, a compreensão

de que o medo, o desejo e a raiva são naturais, mas que não precisamos de lhes ceder nem de ter tudo o que queremos – essa perceção dissolve a angústia mental sem a aumentar.

Temos de aprender a entender o eu para compreendermos que é essa a fonte dos nossos problemas. Não para nos tornarmos egocêntricos, mas para prestarmos atenção aos pensamentos, sentimentos, atividades do eu, ao seu condicionamento biológico e pessoal, de género e cultural: isto é meditação.

Estas palestras e escritos são da autoria de um homem que viveu da mesma forma que os grandes marginais da sociedade: o rebelde, o poeta errante, o filósofo religioso, o sábio iconoclasta, os cientistas e psicólogos inovadores, os grandes professores viajantes de todos os milénios. Durante 65 anos, Krishnamurti falou de liberdade psicológica a quem quisesse ouvir a sua mensagem. Fundou escolas para crianças, adolescentes e jovens adultos, onde os jovens podem estudar todas as disciplinas – e também a si mesmos. Nas escolas, tal como em todos os escritos e palestras, ele ressalta que não são as nossas guerras, interiores e exteriores, que nos libertarão, mas sim a verdade sobre nós mesmos.

Não há caminho, autoridade ou guru a seguir; você tem, em si mesmo, a capacidade de descobrir o que é, o que está a fazer com a vida, com os relacionamentos e o trabalho. Tem de experimentar o que é dito neste livro. A verdade de outra pessoa é apenas uma opinião até a experimentar por si mesmo. Tem de olhar, você mesmo, através do microscópio, ou ficará com o pó das palavras e não com a verdadeira perceção da vida.

Normalmente, ensinam-nos o que pensar, mas não como pensar. Aprendemos a escapar da solidão e do sofrimento mental, e não a eliminá-los.

As seleções deste volume foram extraídas dos livros de Krishnamurti, dos seus diálogos relatados e gravados e de palestras públicas. Tente a experiência de ler este livro e as outras fontes listadas na parte de trás e veja o que acontece.

Uma última observação: «K», como este professor se chamava a si mesmo, pedia muitas vezes desculpa às mulheres por usar as palavras «ele», «dele» e «homem» nas conversas e nos escritos. Ele incluía todos os seres humanos nos seus ensinamentos.

DALE CARLSON
editor

SECÇÃO UM

O SEU EU E A SUA VIDA

1

O QUE É VOCÊ?

— 1 —

Compreender a mente

Parece-me que, sem entendermos o modo como a nossa mente funciona, não podemos perceber e resolver os problemas complexos da vida. Esta compreensão não pode vir do conhecimento obtido através dos livros. A mente é, por si só, um problema bastante complexo. Durante o próprio processo de compreendermos a nossa mente, as crises que cada um de nós enfrenta na vida podem, talvez, ser percebidas e ultrapassadas.

— 2 —

Parece-me muito importante compreendermos o processo da nossa própria mente…

— 3 —

O que é a mente?

Não conhecemos o funcionamento da nossa mente – a mente tal como é, e não como deveria ser ou como gostaríamos que fosse. A mente é o único instrumento que temos, com o qual pensamos, agimos, no qual temos o nosso ser. Se não compreendermos a operação dessa mente, tal como funciona em cada um de nós, qualquer problema com que formos confrontados tornar-se-á mais complexo e destrutivo. Parece-me, então, que o entendimento da mente é a função essencial de toda a educação.

O que é a nossa mente, a sua e a minha? – e não de acordo com… outra pessoa. Se não seguir a minha descrição da mente, mas, enquanto me ouve, observar a sua mente em operação, talvez seja proveitoso entrarmos na questão global do pensamento. O que é a nossa mente? É o resultado do clima, de séculos de tradição, da cultura, das

influências sociais e económicas, do meio ambiente, das ideias, dos dogmas que a sociedade imprime na mente através da religião, do suposto conhecimento e da informação superficial. Por favor, observe a sua mente, em vez de seguir apenas a descrição que estou a dar, porque esta tem pouca importância. Se conseguirmos observar as operações da nossa mente, talvez possamos lidar com os problemas da vida que nos afetam.

A mente está dividida no consciente e no inconsciente. Se não gostarmos de usar estas duas palavras, podemos utilizar os termos superficial e oculto – as partes superficiais da mente e as camadas mais profundas da mesma. O consciente e o inconsciente, o superficial e o oculto, todo o processo do nosso pensamento. Estamos conscientes de uma parte apenas, sendo o resto, a parte principal, inconsciente – aquilo a que chamamos consciência. Esta consciência é o tempo, é o resultado de séculos de esforço do homem.

Desde a infância, somos ensinados a acreditar em certas ideias, estamos condicionados por dogmas, crenças e teorias. Cada um de nós é condicionado por várias influências e, a partir daí, dessas influências limitadas e inconscientes, os nossos pensamentos surgem e tomam a forma de comunista, hindu, muçulmano ou cientista. O pensamento surge, obviamente, do pano de fundo da memória, da tradição, e é com esse pano de fundo do consciente e do inconsciente, o superficial e as camadas mais profundas da mente, que nos deparamos com a vida. A vida está sempre em movimento, nunca é estática, mas as nossas mentes são. Estão condicionadas, amarradas ao dogma, à crença, à experiência e ao conhecimento. Com esta mente atada, tão condicionada, tão fortemente presa, deparamo-nos com a vida, a qual está em constante movimento. A vida, com inúmeros problemas complexos e em rápida mudança, nunca está parada e requer uma abordagem nova todos os dias, a cada minuto. Então, quando nos deparamos com esta vida, há uma luta constante entre a mente, condicionada e estática, e a vida, em constante movimento. É isto que acontece, não é?

Não existe apenas um conflito entre a vida e a mente condicionada, mas uma mente assim cria mais problemas ao deparar-se com a vida. Adquirimos conhecimentos superficiais, novas formas de conquistar a

natureza, a ciência, mas a mente que adquiriu o conhecimento permanece no estado condicionado, presa a uma forma particular de crença.

Portanto, o nosso problema não é como nos depararmos com a vida, mas sim como pode a mente, com todo o condicionamento, os dogmas e crenças, libertar-se? Só a mente livre pode deparar-se com a vida, e não uma mente presa a qualquer sistema, crença ou conhecimento específico. Então, se não criássemos mais problemas e acabássemos com a miséria e a tristeza, não seria importante compreendermos o funcionamento da nossa mente?

— 4 —
O que é o eu?

Sabemos o que queremos dizer com o «eu»? Por «eu», quero dizer a ideia, a memória, a conclusão, a experiência, as várias formas de intenções identificáveis e não identificáveis, o esforço consciente de se ser ou não ser, a memória acumulada do inconsciente, o racial, o grupo, o indivíduo, o clã e tudo em conjunto, quer seja projetado externamente, como ação, ou espiritualmente, como virtude – o esforço em busca de tudo isto é o eu, e nele está incluída a competição, o desejo de ser. Todo este processo é o eu e, quando nos deparamos com ele, sabemos que se trata de uma coisa má. Uso a palavra «má» com intenção, porque o eu é divisor e fechado em si mesmo; as suas atividades, por mais nobres que sejam, são separadoras e isolantes. Sabemos tudo isto. Mas também conhecemos aqueles momentos extraordinários em que o eu não está presente e nos quais não há nenhuma sensação de empenho ou esforço, os quais acontecem quando existe amor.

— 5 —
O autoconhecimento é um processo

Então, para compreendermos os inúmeros problemas de cada um de nós, não será essencial o autoconhecimento? O conhecimento de nós mesmos – que não significa isolamento nem retirada – é das coisas mais difíceis de alcançar. Conhecermo-nos é obviamente essencial, mas isso não implica uma retirada do relacionamento. E seria, sem dúvida, um erro pensar que nos podemos conhecer de maneira significativa, completa e plena através do isolamento, da exclusão, ou

consultando algum psicólogo ou padre, ou que podemos aprender autoconhecimento através de um livro. O autoconhecimento é um processo, e não um fim em si, e, para nos conhecermos, é preciso estarmos conscientes de nós mesmos em ação, e isso é o relacionamento. Não nos descobrimos em isolamento ou em retirada, mas sim num relacionamento – com a sociedade, com a nossa mulher ou marido, com o nosso irmão, com a humanidade. Contudo, a descoberta de como reagimos, de quais são as nossas respostas, requer uma lucidez extraordinária, uma agudeza de perceção.

— 6 —
Aquilo que somos, o mundo é

Qual é a relação entre você e o sofrimento, a confusão dentro de si e ao seu redor? Decerto, esta confusão, este sofrimento, não surgiram sozinhos. Criámo-los. Não foi uma sociedade capitalista, comunista ou fascista que os gerou, mas sim você e eu no nosso relacionamento. Aquilo que é por dentro foi projetado para fora, para o mundo; o que é, o que pensa e o que sente, o que faz todos os dias, é projetado exteriormente, e isso constitui o mundo. Se estamos em sofrimento, confusos e caóticos por dentro, através da projeção, isso torna-se o mundo, a sociedade, porque o relacionamento entre você e eu, entre mim e o outro é a sociedade – esta é o produto do nosso relacionamento. E se o nosso relacionamento for confuso, egocêntrico, estreito, limitado ou nacional, projetamos isso e trazemos o caos para o mundo.

Aquilo que somos, o mundo é. Então, o nosso problema é o problema do mundo. É um facto simples e básico, não é? Contudo, no nosso relacionamento com um ou com muitos, parece que ignoramos esse ponto, de alguma forma. Queremos provocar alterações por meio de um sistema ou através da revolução de ideias ou valores baseados num sistema, esquecendo-nos que sou eu e você quem cria a sociedade, somos nós quem provoca a confusão ou a ordem conforme o modo como vivemos. Então, devemos começar perto, ou seja, devemos preocupar-nos com a nossa existência quotidiana, com as ações, os pensamentos e sentimentos diários, os quais são revelados através da maneira como obtemos o sustento e no nosso relacionamento com as ideias ou as crenças.

— 7 —
A sua luta é a luta humana

Uma revolução total e enriquecedora não pode ocorrer exceto se você e eu nos compreendermos a nós mesmos enquanto processo total. Não somos indivíduos isolados, mas sim o resultado de toda a luta humana com os seus conflitos, ilusões, fantasias, atividades, ignorância, batalhas e sofrimento. Não podemos começar a alterar a condição do mundo sem nos compreendermos. Se vir isso, há de imediato uma revolução completa dentro de si e, então, não é necessário nenhum guru, porque o conhecimento de nós acontece instante a instante. Não é uma acumulação de boatos, nem está contido nos preceitos de professores religiosos. Como nos descobrimos a cada instante no relacionamento com os outros, o relacionamento assume um significado diferente. Um relacionamento é, então, uma revelação, um processo constante da descoberta de nós. A ação ocorre a partir dessa autodescoberta.

Assim, o autoconhecimento só pode vir através do relacionamento, e não pelo isolamento. O relacionamento é ação, e o autoconhecimento é o resultado da perceção em ação.

— 8 —
Transforme-se a si mesmo e transforma o mundo

A transformação do mundo é provocada pela transformação de nós mesmos, porque o eu é o produto e uma parte do processo total da existência humana. Para nos transformarmos, o autoconhecimento é essencial; sem sabermos o que somos, não há base para um pensamento correto e, sem nos conhecermos, não pode haver transformação.

— 9 —
Por que razão mudar agora?

Não há diferença essencial entre os velhos e os jovens, pois ambos são escravos dos próprios desejos e gratificações. A maturidade não é uma questão de idade, ela vem com o entendimento. O espírito ardente do questionamento talvez seja mais fácil para os jovens, porque os mais velhos já foram agredidos pela vida, os conflitos desgastaram-nos, e a

morte, sob diferentes formas, espera-os. Isto não significa que sejam incapazes de um questionamento com propósito, mas apenas que este lhes é mais difícil. Muitos adultos são imaturos e bastante infantis, e essa é uma das causas que contribuem para a confusão e o sofrimento no mundo. São os mais velhos os responsáveis pela crise económica e moral predominante, e uma das nossas fraquezas infelizes é querermos que sejam os outros a agir por nós e a mudar o curso da nossa vida. Esperamos que se revoltem e reconstruam de novo, permanecendo inativos até termos a certeza do resultado. A maioria de nós procura por segurança e sucesso, e uma mente que busca segurança, que anseia pelo sucesso, não é inteligente; portanto, é incapaz de uma ação integrada. Só pode haver uma ação integrada se estivermos cientes do nosso condicionamento, dos nossos preconceitos raciais, nacionais, políticos e religiosos, ou seja, só se percebermos que os caminhos do eu são sempre separadores.

A vida é um poço de águas profundas. Podemos ir até ele com pequenos baldes e tirar apenas um pouco de água, ou podemos chegar com grandes recipientes, retirando água bastante para nutrir e sustentar. Enquanto somos jovens, é altura de investigar, de experimentar tudo. A escola deve ajudar os jovens a descobrir as suas vocações e responsabilidades, e não apenas encher-lhes a mente com factos e conhecimentos técnicos. Deve ser o solo no qual eles possam crescer sem medo, de modo feliz e integral.

— 10 —
O pensamento não pode resolver o problema do eu

Quanto mais pensamos num problema, o investigamos, analisamos e discutimos, mais complexo ele se torna. Será, então, possível avaliar o problema de modo abrangente, integralmente? Como? Esta parece-me ser a nossa maior dificuldade. Os nossos problemas estão a ser multiplicados – existe o perigo iminente de guerra, todo o tipo de perturbações nos nossos relacionamentos –, e como podemos entender isso de forma abrangente, como um todo? Obviamente, os problemas só podem ser resolvidos quando os pudermos ver como um todo, e não compartimentados, não separados. Quando é isso possível? Apenas quando o processo do pensamento – que tem origem no «eu», no pano de fundo da tradição, do condicionamento, do preconceito,

da esperança e do desespero – chega ao fim. Será que podemos entender este eu, não através da análise, mas vendo-o tal como é, tendo consciência dele como um facto, e não uma teoria – não procurando dissolvê-lo para obter um resultado, mas vendo o «eu» constantemente em ação? Poderemos olhar para ele sem nenhum movimento para destruir ou incentivar? Esse é o problema, não é? Se, em cada um de nós, o centro do «eu», com o seu desejo de poder, posição, autoridade, continuidade e autopreservação, não existir, sem dúvida que os nossos problemas acabarão!

O eu é um problema que o pensamento não consegue resolver. Tem de haver uma perceção que não pertence ao pensamento. Estar ciente, sem condenação ou justificação, das atividades do eu – estar apenas ciente – é suficiente. Se estiver ciente com o fim de descobrir como resolver o problema, para o transformar, para produzir um resultado, ainda está dentro do campo do «eu». Enquanto buscarmos um resultado, quer seja através da análise, da perceção, do exame constante de cada pensamento, ainda estamos dentro do campo do pensamento, o qual está dentro do campo do «eu», do «mim», do ego, como lhe quiser chamar.

Enquanto a atividade da mente existir, não poderá haver amor. Quando houver amor, não teremos problemas sociais.