

AVANT-PROPOS

Le livre que vous allez lire est issu des causeries données par Krishnamurti à Paris et à Saanen, en Suisse, en 1961 et 1962. Il évoque essentiellement la transformation de notre esprit. Transformation nécessaire et urgente dans le monde qui est le nôtre et qu'aucune révolution extérieure ne modifiera, la seule révolution possible étant désormais intérieure.

Si la Terre s'est formée voilà cinq milliards d'années, si les premiers vertébrés datent d'il y a quatre cent cinquante millions d'années, le cerveau des primates n'est apparu qu'il y a environ vingt millions d'années. L'évolution a suivi son cours pour modeler le cerveau humain actuel qui n'existe que depuis cent mille ans environ. Une fois sorti d'une vie liée à ses seuls instincts, l'homme a commencé à s'interroger sur les mécanismes de sa pensée.

Est-ce du cerveau travaillant tout entier de concert, ou bien de chacune de ses parties fonctionnant de façon indépendante, que naît l'esprit? Telle est l'une des questions qui aiguillonne la recherche contemporaine, dont les conceptions dominantes ne cessent de changer. De nos jours, les neurosciences cognitives

offrent une nouvelle façon de comprendre le fonctionnement de l'esprit.

Dans un domaine plus spirituel, des instituts spécialisés, comme Mind and Life, fondé à l'origine par le dalaï-lama, cherchent aussi, dans le but de réduire la souffrance intérieure, à approfondir la compréhension scientifique du fonctionnement de l'esprit.

Des différentes études menées à partir de l'expérience de méditants, il ressort que la quête excessive de satisfaction personnelle, égoïste et matérialiste, n'est pas bénéfique au bien-être et que la décentration de soi, impliquant un ego calme, la transcendance du soi, une connexion avec l'environnement et les autres humains, un degré élevé de pleine conscience et de sagesse, est favorable à la santé.

« Les biologistes nous disent qu'il a fallu des millions d'années pour que le cerveau atteigne son développement actuel et qu'il faudra encore des millions d'années pour son développement ultérieur. Mais un esprit religieux n'a pas besoin de se développer dans le temps », nous indique Krishnamurti.

Krishnamurti, quant à lui, fut la propre matière de son « étude ». Ce dont il parle, il l'a vécu. D'où la profondeur et l'intensité de son témoignage, d'où la sensation, en l'écoutant, d'être questionné au plus intime de soi-même, voire transformé dans l'instant, sous l'effet de sa parole agissante.

Cela explique le succès qu'il a rencontré et continue de rencontrer partout dans le monde.

K, comme on l'appelle aussi, distingue le cerveau de l'esprit.

Le premier est le grenier du passé, souvenirs et mémoire, la plupart du temps déformés par ce que l'on nous en a dit, par nos projections et jugements. Autant d'ajouts qui peuvent s'effacer lorsque le cerveau devient immobile, silencieux, sans réactions, pleinement vivant et sensitif.

Matière contenue dans le cerveau, la pensée n'est jamais libre, ni neuve. Elle est toujours en train de réagir aux différents stimuli et sans cesse provoquée par les empreintes laissées dans le cerveau.

Mais, puisque celui-ci a la capacité de se libérer, un contact peut s'établir avec l'esprit. Alors seulement peuvent advenir l'intuition, la vision pénétrante, une perception directe des choses. Alors la vie redevient pleine de fraîcheur et de saveur, quel que soit notre âge.

Rappelons le singulier et exemplaire destin de cet homme qui nous invite à une mutation intérieure, seule capable de transformer le monde. Comme chacun d'entre nous, il a connu les imprégnations et conditionnements de diverses «éductions», vécu de grandes souffrances, parmi lesquelles la mort de Nitya, le frère tant aimé.

Né en 1895 à Madnapalle, en Inde, dans une famille de brahmanes, Krishnamurti est mort en 1986 à Ojai, en Californie. À six ans, il est initié à la première étape de la vie d'un brahmane. À dix ans, il perd sa mère adorée. Les souvenirs heureux de son enfance tourneront toujours autour d'elle. À treize ans, après la rencontre déterminante sur la plage d'Adyar (Inde) de Charles Webster Leadbeater, il entre avec son frère Nitya à la société de théosophie. Leadbeater, l'ancien clergyman anglican est un intime d'Annie Besant, présidente de la société en question. Elle voit en Krishnamurti le sauveur du monde et l'éduque dans ce but.

Pendant dix ans, les deux frères voyagent en Europe, rencontrent ce que l'époque compte d'artistes reconnus et autres personnalités. Cependant, les initiations se succèdent au sein de la Société de théosophie jusqu'à conduire Krishnamurti à occuper des fonctions d'instructeur. Un ordre est fondé, l'Ordre de l'Étoile d'Orient, destiné à former l'ébauche d'une religion universelle dont il serait le maître.

À la mort de son frère, en 1925, l'intensité de la souffrance ressentie est telle qu'elle éveille en lui une autre intelligence. C'est alors qu'il commence à cesser de croire en la hiérarchie occulte de la Société de théosophie. Quatre ans plus tard, à trente-quatre ans, il prononce à Ommen, en Hollande, devant les trois mille membres de la Société la dissolution de l'Ordre de l'Étoile.

Ce qu'il dit alors est le point de départ et le fondement de son enseignement: *« Je maintiens que la vérité est un pays sans chemins, que vous ne pouvez l'approcher par aucune route, aucune religion, aucune secte... Étant illimitée, inconditionnée, inapprochable, par quelque voie que ce soit, la vérité ne peut être organisée; aucune organisation ne peut non plus être créée pour guider les gens ou les forcer à suivre une voie... Je ne veux pas de disciples. Dès le moment où l'on suit quelqu'un, on cesse de suivre la vérité¹... »*

Parce qu'il a été au bout des choses, n'hésitant pas à rompre quand il le fallait, il a découvert un au-delà de l'esprit, ou plus exactement des parties de notre cerveau que, faute de les connaître ou plus précisément de nous les rappeler, nous n'utilisons pas.

1. Discours complet sur le site : <http://www.aguilar42.com/dissolution.pdf> (en français).

C'est cette urgence à nous en servir qu'il évoque ici. Il ne s'agit que d'atteindre en l'expérimentant ce dont nous disposons déjà.

« *Je ne dis rien d'excessif. Je décris ce qui a lieu en chacun de nous* », affirme-t-il.

Et comment aujourd'hui faire l'économie de cet accès à ce que certains nomment la conscience, d'autres l'éveil? Nous ne cessons, plus ou moins consciemment, de chercher quelque chose que nous avons déjà. Nous cherchons dehors ce que nous sommes nous-mêmes. Nous projetons dans le futur ce qui est déjà là. C'est parce que nous sommes devenus très complexes qu'il est compliqué de comprendre la simplicité, l'*insight*, selon le terme de K.

À quoi ressemble l'esprit nouveau? Il saisit le tout. Ce n'est qu'après qu'il peut jouer avec le particulier, nous dit Krishnamurti.

Le texte qui suit détaille cette nouvelle façon d'appréhender les choses et nous en donne la méthode.

Pas de directives de conduite, ni de modèles à imiter, de *mantras* à psalmodier ou de postures de méditation à reproduire. Mais ne sommes-nous pas saturés des mille et une propositions actuelles qui ne fournissent que des solutions temporaires? De tous ces livres prétendant nous offrir bien-être et bonheur en quelques formules suivies de trois exercices corporels? De tous ces maîtres à penser – ou à ne pas penser – qui ont envahi la planète?

K ne veut pas de disciples. Il ne se pose donc ni en maître ni en gourou, mais en ami parlant à des amis.

Il y a donc une certaine façon d'écouter ce grand sage laïque, en l'occurrence de le lire, qu'il nous indique lui-même, se dénommant « l'orateur » : « *L'orateur*

parle avec intensité, ne se livre à aucune propagande» ; « Il faut créer ensemble, comprendre ensemble, effectuer ensemble un voyage avec l'orateur » ; « Ce sont des faits, non une invention de l'orateur » ; « Ce sont vos questions, pas celles de l'orateur » ; « Vous n'apprenez pas de l'orateur, vous apprenez de vous-même » ; « Pour communier réellement à tous les niveaux, nous devons avoir une même compréhension des mots dont nous faisons usage et de leur signification » ; « Je pense donc, que, dès le début de ces réunions, nous devrions comprendre que celui qui parle n'a aucune autorité d'aucune sorte. Nous essayons ensemble de mener une enquête, de comprendre. Si vous êtes venus avec l'idée que l'on vous dira quoi faire, vous vous en irez les mains vides ».

Sa parole ramène à soi et, de ce fait, suscite des états de l'esprit. Nous sommes conviés à une exploration dans l'instant. À un voyage au cœur de la réalité, car tout état devient réel si la conscience l'habite. Ce voyage demande à l'explorateur d'être sérieux, ce qui « *n'exclut pas la joie* ».

De chaque phrase surgit un univers de significations profondes dont la mission consiste à nous dégager de toutes les valeurs auxquelles nous sommes habitués, de nos conditionnements et automatismes. Rien d'étonnant si nous sommes par moments agacés. Laissons mûrir, revenons-y plus tard. Nous découvrirons peut-être que le passage en question nous a donné une précision sur notre façon de penser et d'agir. Et donc une meilleure connaissance de nous-mêmes.

N'oublions pas que K fut lui aussi parfois agacé, voire irrité, par les questions de ses auditeurs (une question pertinente contient en elle-même la réponse, disait-il), par l'impression que la communion souhaitée avec eux ne s'opérait pas.

Souvent, il demande, insistant : « *Est-ce que vous comprenez ce que je dis? Est-ce que vous me suivez?* »

Et pourtant, il procède pas à pas, dans une logique imperturbable, avec une précision du détail, une clarté de la phrase, que beaucoup d'écrivains pourraient lui envier.

Après nous avoir indiqué la façon de l'écouter, il nous conduit à percevoir les limites de l'esprit et la nature du conflit qui nous habite. Dans l'art d'écouter, ce n'est pas l'effort qui est requis mais l'intensité de la passion déjà présente en nous et que peut réveiller celle de l'orateur.

Chaque mot est précisé et son sens développé. Ainsi, l'attention n'est pas la concentration et la méditation est encore autre chose.

Chemin faisant, en le lisant, nous découvrons à l'intérieur de nous-mêmes, en les expérimentant, les qualités de cet esprit neuf dont le monde a besoin. Un esprit qui n'a pas de centre, silencieux, en perpétuelle mutation, créateur. Un tel esprit engendre une discipline spontanée, à partir de laquelle naissent un nouveau comportement et des actions autres.

Un message d'une grande pertinence.

À la fois intemporel et éminemment présent dans l'instant, Krishnamurti est un précurseur. Ce qu'il disait dans les années 1960 est d'une brûlante actualité. Il avait déjà séjourné à plusieurs reprises en Occident et pris conscience des fantastiques énergies libérées par les découvertes technologiques et scientifiques.

Dans les années 1960, un vent de liberté souffle.

C'est l'époque des Beatles, des hippies, de la mini-jupe lancée par Mary Quant et le début de la pilule contraceptive, symboles l'une comme l'autre de la libération des femmes.

Pour la première fois, un homme, Youri Gagarine, est envoyé dans l'espace.

La troisième génération d'ordinateurs, les ordinateurs à circuit intégré, arrive. L'utilisation de l'informatique commence à se développer.

«Le monde se renouvelle complètement. On est en train de conquérir l'espace, les machines remplacent l'homme, la tyrannie gagne du terrain», avait-il déclaré lors d'une conférence à Bombay, en 1961. Il en ressentait une grande angoisse, qu'il cherchait à communiquer à ses auditeurs : *«Il se passe quelque chose de nouveau dont nous ne sommes pas conscients. Nous croyons avoir le temps, nous avons tort, la maison brûle.»*

Violences, conflits, séismes étaient déjà à l'œuvre : le mur de Berlin construit en une seule nuit (12-13 août 1961), appelé le « Mur », vocable utilisé pour caractériser la frontière entre l'Europe de l'Ouest et l'Europe de l'Est ; l'assassinat du président John Fitzgerald Kennedy ; l'éruption du Kilavea à Hawaï et bien d'autres tragédies encore.

Krishnamurti avait été personnellement affecté par l'une d'entre elles : la première attaque de l'Inde par la Chine, suivie d'une cuisante défaite.

Déjà, il annonçait que l'humanité ne survivrait pas si l'homme ne se transformait pas. Dans toutes les conversations qui ont précédé ses causeries des années 1961 et 1962, à Paris et à Saanen, K revenait sur la nécessité d'avoir un esprit neuf. Un esprit capable de saisir le tout, un esprit fertile, à même de percevoir directement – ce qui libère l'énergie –, un esprit paisible, sans préjugés, instrument d'observation vivant et sensible.

À l'époque, il voyage beaucoup, donnant des causeries dans différents endroits : Bombay, Madras, Ojai en

Californie... Certaines d'entre elles sont interrompues. Il se sent fatigué. Trop de déplacements, trop de gens, trop de paroles. Lorsqu'il arrive en mars 1960 à Rome, il se sent si mal qu'il doit partir se faire soigner dans une clinique de Zurich.

En même temps, en 1961, date de ses causeries à Paris et à Saanen, il se sent particulièrement inspiré. C'est au printemps de cette année-là qu'il commence à écrire ses *Carnets*¹, où il est passionnant de voir, lorsqu'on les lit, surgir son enseignement.

Il y note, entre autres: « *Le cerveau et les yeux, n'ayant qu'une vue partielle, ne peuvent atteindre à la vision totale. Ils doivent être parfaitement attentifs mais au repos; cesser de choisir et de juger, rester dans une attention passive. La vision intérieure est alors libérée de l'espace et du temps. En un éclair se manifeste la nouvelle perception.* »

Tandis qu'il donne ses conférences en Suisse, il loge dans le chalet Tanegg de Vanda Scaravelli, à Gstaad. Au cours de ses promenades, dans le chalet, à son réveil, il connaît des états extatiques: « *Vanda Scavarelli ressentait alors une présence indicible autour de lui. Son visage changeait, il reflétait une ardente attention, et donnait une impression de plénitude et de vide à la fois. Pendant toute cette période, il donna ses causeries à Saanen, où se reflétaient les expériences qu'il vivait. Il n'y avait plus, semble-t-il, de séparation comme avant entre ses états mystiques et sa vie quotidienne.* »

Ainsi avons-nous la chance de découvrir un texte inédit de Krishnamurti, surgi d'une parole véritablement

1. Éditions du Rocher.

2. Pupul Jayakar, *Krishnamurti, une vie*, Presses du Châtelet, 2010.

BRILLER DE SA PROPRE LUMIÈRE

inspirée. D'où son effet puissant. Nous sommes invités à le rejoindre en brûlant nos vaisseaux et en sautant dans l'inconnu. Les vrais sentiers de l'aventure passent sans doute aujourd'hui par ce genre d'exploration instantanée que seule la peur nous empêche de tenter. Mais, là encore, l'orateur, très « amicalement », nous guide.

Plus nombreuses seront les personnes qui brilleront de leur propre lumière, cette lumière que nul ne peut éteindre, et plus le monde évoluera par la grâce de cette révolution qui ne fait pas couler le sang.

Isabelle Clerc

Paris, 1961

COMMENT NOS CERVEAUX SE SONT MÉCANISÉS

Il est toujours difficile, il me semble, de communiquer les uns avec les autres lorsqu'il s'agit de choses sérieuses, et c'est particulièrement vrai, à ces réunions, parce que vous êtes de langue française et que je dois parler anglais. Mais je crois que nous pourrions communiquer assez clairement si nous ne demeurons pas à un niveau purement verbal.

Les mots ont pour but de communiquer, de transmettre quelque chose, mais, en eux-mêmes, ne sont pas ce qu'il y a de plus important. La plupart d'entre nous, je le crains, demeurent au niveau verbal et, par conséquent, la communication devient plus difficile, parce que ce dont nous voulons parler se situe aussi au niveau intellectuel et émotionnel. Nous voulons communiquer d'une façon globale. Faisons donc ensemble ce voyage, avançons ensemble, et examinons nos problèmes en nous comprenant, ce qui est extrêmement difficile.

Tout d'abord, celui qui parle n'est pas ici en tant qu'Hindou et il ne représente pas l'Orient, bien qu'il soit né en un certain lieu et qu'il ait un certain passeport. Nos problèmes sont des problèmes humains et n'ont donc pas de frontières. Nous cherchons

à comprendre la totalité du problème humain, et j'emploie ce mot «comprendre» dans un sens très défini. La compréhension ne se produit pas par l'emploi de paroles, pas plus que par un accord ou un désaccord après discussion. Si nous voulons comprendre ce qui est dit ici, nous devons le considérer sans préjugés, sans douter ni accepter. Nous devons tout simplement écouter.

Or, pour écouter, et c'est tout un art, il nous faut avoir un sentiment de calme dans le cerveau. Le cerveau chez la plupart d'entre nous est en incessante activité; il réagit à la provocation d'un mot, d'une idée ou d'une image, et ce processus constant de réponses à des provocations n'engendre pas la compréhension. Seul un cerveau très tranquille le permet.

Le cerveau, l'instrument qui pense, qui réagit, est, en somme, l'entrepôt de la mémoire, le résultat du temps et de l'expérience, et il ne peut pas y avoir de compréhension si cet instrument est perpétuellement agité, en train de réagir, de comparer ce qu'on dit avec ce qui a déjà été emmagasiné.

Écouter, si vous me permettez de vous le faire observer, ne consiste pas à approuver, à condamner ou à interpréter, mais à examiner un fait totalement. À cet effet, le cerveau doit être très tranquille, mais aussi extrêmement vivant, capable de fonctionner d'une façon correcte et raisonnable, et non pas sentimentale ou émotionnelle. Alors seulement pourrons-nous aborder les problèmes de l'existence humaine en tant que processus total et non d'une façon fragmentaire.

Comme nous le savons, les politiciens régissent, hélas, nos affaires. Nos vies mêmes dépendent probablement d'un nombre restreint de politiciens, français, anglais, russes, américains ou indiens. Ils ne se préoccupent que de ce qui est immédiat: leur pays, leur carrière personnelle, leur politique, leur idéal national. Le résultat est

l'immédiat, guerres et conflits. Ainsi, le problème qui nous talonne est celui de la guerre et de la paix. Et celui de prendre nos vies en main, de façon à n'être pas écrasés par ces énormes processus historiques.

Mais je crois qu'il serait grandement dommage de ne nous intéresser qu'à l'immédiat. Ces problèmes sont ceux que nous imposent les journaux et les diverses propagandes, mais je crois qu'il est beaucoup plus important de se demander quel est le sort du cerveau humain, de l'esprit humain. Si notre intérêt n'est capté que par l'actualité des événements, et non par la totalité du développement de l'esprit et du cerveau humains, nos problèmes ne feront que croître et se multiplier.

Nous pouvons voir, n'est-ce pas, que nos psychismes, nos cerveaux, se sont mécanisés. Nous subissons des influences provenant de toutes les directions. Tout ce que nous lisons laisse son empreinte, chaque propagande nous marque, la pensée est une perpétuelle répétition. Ainsi, nos cerveaux et tout notre psychisme sont devenus des machines automatiques. Nous fonctionnons mécaniquement, tant dans notre travail que dans nos relations.

Les calculatrices électroniques ne sont pas très différentes de l'esprit humain, à cela près que nous sommes un peu plus inventifs qu'elles, parce que c'est nous qui les avons construites. Mais elles fonctionnent de la même façon que nous, au moyen de réactions, de répétitions et de mémoire. Et tout ce que nous souhaitons apparemment, c'est faire fonctionner sans à-coups et sans dérangement ce mécanisme enraciné dans des habitudes et des traditions.

C'est peut-être ainsi que finira la vie humaine. Ce qui implique aucune liberté, n'est-ce pas, mais uniquement une recherche de sécurité. Les riches comme les pauvres qui, en Asie, ont à peine un repas par jour,

aspirent à la sécurité. Et la réponse de l'esprit humain à toute cette souffrance est purement mécanique, routinière, indifférente.

La question urgente est de savoir comment libérer le cerveau et l'esprit. Car s'il n'y a pas de liberté, il n'y a pas de créativité. Il sera possible peut-être d'aller sur la Lune, de trouver de nouveaux moyens de locomotion... Mais ce ne sont pas là des créations, ce sont des inventions.

Il n'y a création que s'il y a liberté. La liberté n'est pas un simple mot. Le mot est tout à fait autre chose que l'état réel qu'il désigne. On ne peut davantage faire de la liberté un idéal, car un idéal n'est qu'un ajournement. Donc ce que je vous propose d'examiner au cours de ces causeries, c'est la possibilité ou non de libérer l'esprit et le cerveau. Simplement affirmer que c'est possible ou que cela ne l'est pas est oiseux. Mais ce que nous pouvons faire, c'est découvrir en nous-mêmes, si, par l'expérience, par la connaissance de nous-mêmes, par une enquête, par une intense recherche, la chose est possible. Et cela exige une capacité de raisonner, de sentir, de rompre avec la tradition et de démolir tous les murs que nous avons construits pour notre sécurité.

Si nous ne sommes pas disposés à faire cela depuis cette première causerie jusqu'à la dernière, je crois que vous perdrez votre temps en venant ici. Les problèmes auxquels nous faisons face sont graves: ce sont les problèmes de la peur, de la mort, de l'ambition, de l'autorité, de la méditation. Chaque problème doit être abordé en tant que fait actuel, non émotionnellement, intellectuellement ou sentimentalement, et cela requiert une pensée précise et une grande énergie. Alors seulement pourrions-nous poursuivre chaque enquête jusqu'à son terme et découvrir l'essence des choses. C'est cela qui me paraît être l'essentiel.