



Krishnamurti

*La première et la dernière liberté*

Extrtraits

---

### **Chapitre 13 - Du désir**

Pour la plupart d'entre nous, le désir est un véritable problème: nous désirons des biens, une situation, le confort, l'immortalité ; nous désirons exercer notre pouvoir, être aimés, nous prolonger indéfiniment dans la durée, découvrir quelque chose de permanent qui nous procure une satisfaction indéfinie. Or, qu'est-ce que le désir? Quelle est en nous cette impulsion, cette force qui nous pousse? Je ne suggère pas ici qu'il serait bon que nous soyons satisfaits de ce que nous avons ou de ce que nous n'avons pas ; ce ne serait que l'opposé du désir. Nous allons essayer de voir ce qu'est le désir, et si nous pouvons pénétrer dans cette question avec précaution, sans nous fixer une ligne à suivre, je crois que nous provoquerons en nous une transformation qui ne sera pas la simple substitution d'un objet à un autre objet de désir. Car c'est cela que nous appelons « changer » n'est-ce pas? Étant mécontents de l'objet de notre désir, nous en mettons un autre à sa place. Nous passons perpétuellement d'un objet que nous désirons, à un autre que nous considérons plus élevé, plus noble, plus délicat ; mais quelque raffiné que soit le désir, il demeure désir, et ce mouvement perpétuel comporte une lutte sans fin, un conflit d'éléments opposés.

N'est-il donc pas important de découvrir ce qu'est le désir et si l'on peut le transformer? Le

désir est à la fois symbole et sensation. Le symbole est un objet, une personne, un mot, un nom, une image, une idée qui me donne une sensation, laquelle est agréable ou désagréable. Si elle est agréable elle me pousse à atteindre l'objet, à le posséder, à m'accrocher à son symbole, afin de faire durer le plaisir. De temps en temps, selon mon inclination ou mon intensité, je change d'image, d'objet, de symbole. Si une certaine forme de plaisir me lasse et m'ennuie je cherche une nouvelle sensation au moyen d'un nouvel objet ; je rejette l'ancienne sensation et j'accompagne la nouvelle de nouveaux mots, de nouveaux points de vue, de nouvelles expériences. Je résiste à l'ancienne et me laisse entraîner par la nouvelle, que je considère plus élevée, plus noble, plus satisfaisante. Ainsi, dans le désir il y a résistance et relâchement, ce qui entraîne l'idée de tentation ; et lorsque nous cédon à un symbole particulier du désir, il y a toujours, naturellement, la crainte d'une frustration.

Si j'observe en moi-même tout le processus du désir, je vois qu'il comporte toujours un objet vers lequel se tend mon esprit afin de me procurer une sensation et je vois qu'en ce processus il y a résistance, tentation et discipline. Il y a perception, sensation, contact et désir, et l'esprit devient l'instrument mécanique de ce processus en lequel les symboles, les mots, les objets, sont le centre sur lequel se bâtissent tous les désirs, toutes les poursuites, toutes les ambitions. Et ce centre est le moi. Puis-je dissoudre ce centre de désir, dissoudre non pas un désir particulier, un certain appétit, mais la structure entière du désir, de l'aspiration, de l'espoir, en laquelle existe toujours la crainte de la frustration? Plus je suis frustré, plus je renforce le moi. Sous-jacente à l'aspiration, à l'espérance, il y a toujours la peur, laquelle aussi renforce ce centre. Et il n'y a de révolution possible qu'en ce centre: un changement de surface ne serait qu'une distraction superficielle aboutissant à un désordre.

Lorsque je suis conscient de toute cette structure du désir, je vois que mon esprit est devenu un centre mort, un processus mécanique de mémoire. Étant fatigué d'un désir, je veux automatiquement me réaliser dans un autre. Les expériences de mon esprit sont toujours en termes de sensations ; mon esprit est l'instrument de sensations. Ayant épuisé les anciennes, je puis appeler la nouvelle « réalisation de Dieu » mais ce n'est jamais qu'une sensation. Ou encore, je puis être las de ce monde et de ses peines et vouloir la paix, une paix durable ; à cet effet, je médite, je me discipline, je façonne mon esprit en vue de goûter à cette paix. Mais l'expérience de cette paix est toujours sensation. Ainsi je vois que cet instrument mécanique de la sensation et de la mémoire est le centre mort d'où dérivent mes actes et mes pensées. Les objets que je poursuis sont des projections de l'esprit sous l'aspect de symboles dont il obtient des sensations. Les mots « Dieu », « amour », « communisme », « démocratie », « nationalisme », sont des symboles qui provoquent des sensations et c'est pour cela que l'esprit s'y accroche. Mais, ainsi que nous le savons tous, chaque sensation arrive à une fin ; alors nous passons de l'une à l'autre et chacune d'elles renforce notre

habitude de rechercher des sensations ; c'est ainsi que l'esprit devient l'instrument mécanique de la sensation et de la mémoire et que nous tombons sous l'emprise de ce processus. Tant que l'esprit recherche de nouvelles expériences, il ne peut penser qu'en termes de sensations, et alors toute expérience qui pourrait être spontanée, créatrice, vitale, inattendue par sa nouveauté, il la réduit à une sensation et part à la poursuite de cette impression qui n'est déjà plus qu'un souvenir. L'expérience, par conséquent, est morte et l'esprit n'est plus que l'eau stagnante du passé.

Ce processus nous est familier, pour peu que nous l'ayons observé avec assez d'attention. Mais il semble que nous soyons incapables d'aller plus loin. Nous « voudrions » aller au-delà, parce que nous sommes las de cette perpétuelle routine, de cette poursuite mécanique de la sensation. Notre esprit projette alors l'idée de vérité, de Dieu, il rêve d'un changement vital, de jouer un rôle principal dans cette métamorphose, et ainsi de suite, et ainsi de suite.

En moi, je vois ce processus du désir se dérouler, se répéter d'une façon mécanique, emprisonner l'esprit dans une routine et en faire le centre mort du passé, incapable de spontanéité créatrice. Et, parfois, se produisent aussi de soudains moments de création, de « cela » qui n'est pas du monde de la pensée, de la mémoire, de la sensation, du désir.

Notre problème est donc de comprendre le désir : non pas de savoir jusqu'où il devrait aller ni où il devrait cesser, mais de comprendre le processus total du désir, des aspirations, des appétits brûlants. La plupart d'entre nous s'imaginent que posséder très peu indique que l'on est affranchi du désir ; et combien nous vénérons ceux qui ont peu de possessions ! Un pagne, une robe spéciale, symbolisent notre désir de nous libérer du désir, et cette réaction est bien frivole. Pourquoi commencer par ce côté superficiel qu'est le renoncement aux possessions extérieures lorsqu'on a l'esprit mutilé par des désirs, des exigences, des croyances innombrables, par d'innombrables conflits ? C'est là, en vérité, que la révolution doit se faire, et non dans la liste de nos possessions, la qualité de nos vêtements ou le nombre de repas que nous faisons dans la journée. Mais ces choses nous impressionnent parce que nos esprits sont superficiels.

Votre problème et le mien consistent à voir si l'esprit peut jamais se libérer du désir, de la sensation. La création l'a rien à faire avec la sensation. La réalité, Dieu, quelque nom que vous lui mettiez, n'est pas un état qui puisse être perçu en tant que sensation. Qu'arrive-t-il au cours d'une expérience ? Elle vous a donné une certaine sensation, un sentiment d'exaltation ou de dépression. Naturellement, vous essayez d'éviter l'état dépressif, mais si c'est un état joyeux, un sentiment de félicité, vous le poursuivez. Votre expérience vous a procuré une sensation agréable et vous en voulez encore, et le « encore » renforce le centre mort de l'esprit, toujours avide de prolonger l'expérience. Il en résulte que l'esprit ne peut

pas faire l'expérience de ce qui est neuf ; il en est incapable parce qu'il aborde toujours l'expérience par la mémoire, par la reconnaissance ; et ce qui est reconnu par la mémoire n'est pas la vérité, la création, la réalité. Un tel esprit ne peut pas connaître le réel, il ne connaît que la sensation. La création n'est pas sensation, mais quelque chose d'éternellement neuf, d'instant en instant.

Je reconnais donc maintenant l'état de mon esprit ; je vois que la pensée est l'instrument de la sensation et des désirs, ou, plutôt, qu'elle « est » sensation et désir et qu'elle est mécaniquement tombée dans une routine. Un tel esprit est incapable de recevoir le neuf parce que le neuf est évidemment au-delà de la sensation, laquelle est toujours du passé. Donc je me dis que ce processus mécanique avec ses sensations doit cesser. Cette poursuite de symboles, de mots, d'images et encore d'images ; tout cela doit cesser. Alors seulement l'esprit pourra-t-il être dans cet état de création où il est toujours possible au neuf d'entrer en existence. Si, sans vous laisser hypnotiser par des mots, des habitudes, des idées, vous voulez bien comprendre combien il est important de permettre au neuf de frapper constamment à notre porte, peut-être comprendrez-vous le processus du désir, de l'ennuyeuse routine qui est cette perpétuelle soif d'expériences. Je pense que vous pourrez voir alors que le désir a très peu d'importance dans la vie de l'homme qui cherche réellement. Il y a, évidemment, certains besoins physiques de nourriture, de vêtements, de logement, et tout le reste. Mais ils se transforment en appétits psychologiques, en symboles sur lesquels l'esprit se construit en tant que centre du désir. Mis à part les besoins physiques, toutes les formes du désir, jusqu'au noble désir de vérité et de vertu, deviennent un processus psychologique au moyen duquel l'esprit construit l'idée du moi et se consolide en tant que centre.

Lorsqu'on voit ce processus, lorsqu'on en est réellement conscient sans opposition, sans la notion de tentation, sans résistance, sans justifier ou juger, on découvre que l'esprit est devenu capable de recevoir le neuf et que le neuf n'est jamais une sensation, qu'il ne peut, par conséquent, jamais être reconnu, jamais être revécu. C'est un état d'être dans lequel la création en puissance survient sans invitation, sans mémoire ; et c'est cela le réel.

## **Chapitre 14 - L'état de relation et l'isolement**

La vie est une expérience, l'expérience est relation. Il est impossible de vivre isolé ; ainsi la vie est relation, et les contacts sont action. Et comment pouvons-nous acquérir la capacité de comprendre notre état de relation, qui est la vie ? Être réellement en état de relation c'est communier avec les hommes et être en intimité avec le monde des objets et des idées. Nos

relations expriment la vie dans nos contacts avec les choses, les personnes, les idées. Les comprendre c'est être à même d'aborder la vie d'une façon adéquate, avec plénitude. Notre problème n'est donc pas l'acquisition de capacités - puisque celles-ci ne sont pas indépendantes des relations - mais plutôt la compréhension de l'ensemble de nos relations, car cette perception produira d'une façon naturelle en nous la souplesse et la vivacité qui nous permettrons d'adhérer et de répondre au mouvement rapide de la vie.

Le monde de nos relations est le miroir dans lequel nous pouvons nous découvrir. Sans contacts nous ne sommes pas ; être c'est être en état de relation ; l'état de relation est l'existence même ; nous n'existons que dans nos relations ; autrement nous n'existons pas, le mot existence n'a pas de sens. Ce n'est pas parce que je pense que je suis, que j'entre en existence ; j'existe parce que je suis en état de relation ; et c'est le manque de compréhension de cet état qui engendre les conflits.

Or ce manque de compréhension est dû au fait que nous n'utilisons nos rapports que comme un moyen pour nous réaliser, pour nous transformer, pour devenir, tandis qu'ils sont le seul moyen de nous connaître, car les relations ne peuvent qu' « être » : elles « sont » existence, sans elles je ne « suis » pas ; pour me comprendre, c'est le seul miroir où je puisse me découvrir. Ce miroir, je peux le déformer ou l'admettre tel qu'il « est », reflétant ce qui « est ». Et la plupart d'entre nous n'y voient que ce qu'ils veulent y voir, non ce qui « est ». Nous préférons idéaliser, fuir, vivre dans le futur, plutôt que comprendre l'état de nos relations dans le présent immédiat.

Or si nous examinons notre existence, nous voyons que nos rapports avec autrui sont un processus d'isolement. L' « autre » ne nous intéresse pas. Bien que nous en parlions beaucoup, en fait nous n'avons de rapports avec lui que dans la mesure où ils nous procurent du plaisir, un refuge, une satisfaction. Mais dès qu'un trouble dans ces relations nous dérange, nous les écartons. En d'autres termes, il n'y a que relation que tant qu'il y a plaisir. Cette assertion peut sembler un peu brutale, mais si vous examinez votre vie de près, vous verrez que c'est un fait, et éviter un fait c'est vivre dans l'ignorance, ce qui ne peut produire que des relations fausses. En examinant l'état des relations humaines, nous voyons que ce processus consiste à construire une résistance contre les autres, un mur par-dessus lequel nous regardons et observons les autres ; mais nous conservons toujours le mur et demeurons derrière lui, ce mur étant psychologique, matériel, social ou national. Tant que nous vivons isolés derrière un mur, il n'y a pas de relation proprement dite avec autrui ; mais nous vivons enfermés parce que nous pensons que c'est bien plus agréable, que cela offre bien plus de sécurité qu'autrement. Le monde est si explosif, il comporte tant de souffrances, d'afflictions, de guerres, de destructions, de misères, que nous voulons nous en évader et vivre derrière les murs de sécurité de notre propre être psychologique. Ayant transformé nos

relations en un processus d'isolement, il est évident que de telles relations construisent une société qui, elle aussi, s'isole. C'est exactement ce qui se produit partout dans le monde : vous demeurez dans votre isolement et tendez la main par-dessus le mur en proclamant l'unité nationale, la fraternité ou autre chose ; et, en réalité, les Etats souverains, les armées continuent leur œuvre de division. Vous accrochant à vos limitations, vous pensez pouvoir créer une unité humaine, une paix mondiale, ce qui est impossible. Tant que vous avez une frontière, qu'elle soit nationale, économique, religieuse ou sociale, le fait évident est qu'il ne peut pas y avoir de paix dans le monde.

Le processus d'isolement est celui de la volonté de puissance. Soit que vous recherchiez le pouvoir personnel ou que vous souhaitiez le triomphe de tel groupe racial ou national, il y a forcément isolement. Le simple désir d'occuper une situation est un élément de division. Et, en somme, c'est ce que veut chacun de nous, n'est-ce pas ? Nous voulons une situation importante qui nous permette de dominer, soit dans notre foyer, soit en affaires, soit dans un régime bureaucratique. Chacun cherche à exercer son pouvoir là où il le peut ; et c'est ainsi que nous engendrons une société basée sur la puissance, militaire, économique, industrielle, etc. ce qui, encore, est évident. La volonté de puissance n'est-elle pas, de par sa nature même, un élément de division ? Je pense qu'il est très important de le comprendre, pour l'homme qui veut un monde paisible, un monde sans guerres, sans ces effrayantes, sans ces malheurs catastrophiques à une échelle incommensurable. L'homme qui a de l'amour en son cœur, n'a pas le sens du pouvoir, et par conséquent n'est attaché à aucune nationalité, à aucun drapeau. Il n'a pas de drapeau.

Une vie isolée est une chose qui n'existe pas. Aucun pays, aucun peuple, aucun individu ne vit isolé ; et pourtant, parce que vous exercez votre volonté de puissance de tant de façon différentes, vous engendrez l'isolement. Le nationalisme est une malédiction, parce que, par son esprit patriotique, il crée un pur d'isolement. Il est si identifié à son pays qu'il construit un mur autour de lui, contre « les autres ». Et qu'arrive-t-il alors ? C'est que « les autres » ne cessent de cogner contre ce mur. Lorsque vous résistez à quelque chose, cette seule résistance indique que vous êtes en conflit avec « les autres ». Le nationalisme, qui est le processus d'isolement, qui est le résultat de la volonté de puissance, ne peut pas donner la paix au monde. Le nationalisme qui parle de fraternité ment ; il vit dans un état de contradiction.

Peut-on vivre dans le monde sans volonté de puissance, sans le désir d'occuper une situation, d'avoir une certaine autorité ? On le peut certainement. On le fait lorsqu'on ne s'identifie pas à quelque chose de plus grand que soi. Cette identification avec un parti, ou un pays, ou une race, ou une religion, ou Dieu, est une volonté de puissance. Parce que vous, en vous-même, êtes vide, atone, faible, vous aimez vous identifier avec quelque chose de

grand. Ce désir est le désir de vous sentir puissant

Lorsque mes relations avec le monde me révèlent tout ce processus de mes désirs et de mes pensées, elles deviennent une source perpétuelle de connaissance de moi-même ; et sans cette connaissance il est bien inutile d'essayer d'établir un ordre extérieur sur un système, sur une formule. L'important est de nous comprendre nous-mêmes dans nos rapports avec les autres. Alors les relations ne sont plus un processus d'isolement mais un mouvement par lequel nous découvrons nos mobiles, nos aspirations ; et cette découverte même est le début d'une libération, d'une transformation.

### **Question et réponses - Sur la guerre**

Q : Comment pouvons-nous résoudre notre chaos politique actuel et la crise mondiale? L'individu peut-il faire quelque chose pour que la guerre qui menace d'éclater n'ait jamais lieu?

R : La guerre est la projection spectaculaire et sanglante de notre vie quotidienne. Elle n'est que l'expression de notre état intérieur, un élargissement de nos actions habituelles. Encore qu'elle soit plus spectaculaire, plus sanglante, plus destructrice que nos activités individuelles, elle en est le résultat collectif. Par conséquent, vous et moi sommes responsables de la guerre, et que pouvons-nous faire pour l'arrêter? Il est évident que celle qui nous menace ne peut être arrêtée ni par vous ni par moi, parce qu'elle est déjà en mouvement; elle a déjà eu lieu, bien que, pour le moment ce soit principalement au niveau psychologique. Comme elle est déjà en mouvement, elle ne peut pas être arrêtée; les forces en jeu sont trop nombreuses, trop puissantes et déjà engagées. Mais vous et moi, voyant la maison en feu, pouvons comprendre les causes de l'incendie, nous en éloigner et bâtir autre chose, avec des matériaux non inflammables, qui ne provoqueront pas d'autres guerres. C'est tout ce que nous pouvons faire. Vous et moi pouvons voir ce qui crée des guerres, et s'il nous importe de les arrêter, nous pouvons commencer à nous transformer nous-mêmes, qui en sommes les causes.

Une dame américaine est venue me voir au cours de la dernière guerre; elle avait perdu un fils en Italie et voulait faire quelque chose pour mettre à l'abri son fils âgé de seize ans. Je lui suggérai que pour le sauver il fallait qu'elle cesse d'être américaine; qu'elle cesse d'être avide, d'amasser des richesses, de rechercher le pouvoir et la domination, qu'elle soit simple moralement, non pas seulement en ce qui concerne les vêtements, les choses extérieures, mais simple dans ses pensées, dans ses sentiments et dans ses relations. «C'est trop, me

répondit-elle, vous demandez beaucoup trop; cela m'est impossible, car la situation des choses est telle que je ne peux pas les changer.» Elle était par conséquent responsable de la mort de son fils.

Les circonstances peuvent être prises en main par nous, car c'est nous qui avons créé la situation où nous sommes. La société est le produit de nos relations, des vôtres et des miennes à la fois. Si nous changeons ces relations, la société changera. Compter sur des législations, sur des moyens de pression pour transformer l'extérieur de la société tandis que nous demeurons corrompus intérieurement, désirant le pouvoir, des situations, de l'autorité, c'est détruire l'extérieur le mieux construit. Le monde intérieur finit toujours pas dominer sur l'extérieur.

Qu'est-ce qui cause les guerres religieuses, politiques ou économiques? Ce sont les croyances, sous forme de nationalisme, d'idéologie ou de dogmes. Si nous n'avions pas de croyances, mais de la bienveillance, de l'amour et de la considération les uns pour les autres, il n'y aurait pas de guerres. Mais nous sommes nourris de croyances, d'idées et de dogmes et par conséquent nous semons le mécontentement. La crise est exceptionnelle, et nous, en tant qu'êtres humains, devons voir les causes de la guerre et leur tourner le dos, sous peine de continuer dans la voie des conflits perpétuels et des guerres successives qui sont le résultat de nos actions quotidiennes.

Ce qui cause les guerres c'est le désir d'avoir du prestige, du pouvoir, de l'argent; et aussi la maladie qui s'appelle nationalisme avec le culte des drapeaux, et la maladie des religions organisées avec le culte des dogmes. Si vous, en tant qu'individus, appartenez à une quelconque des religions organisées, si vous êtes envieux, vous produisez nécessairement une société qui aboutira à la destruction. Ainsi donc, encore une fois, la situation dépend de vous et non de vos leaders, hommes d'État, premiers ministres et autres personnages; elle dépend de vous et de moi, mais nous n'avons pas l'air de nous en rendre compte.

Si nous pouvions une seule fois réellement sentir la responsabilité de nos propres actes, comme nous mettrions rapidement fin à toutes ces guerres, à cette effroyable misère! Mais, voyez-vous, nous sommes indifférents. Nous avons nos trois repas jours, nous avons nos emplois, nous avons nos comptes en banque, petits et grands, et nous disons : «pour l'amour du ciel, ne nous dérangez pas, laissez-nous tranquilles». Plus notre situation est élevée, plus nous voulons une sécurité, une pérennité, une tranquillité, et que les choses demeurent en l'état où elles sont. Mais on ne peut pas les y maintenir, car il n'y a rien à maintenir, tout est en décomposition. Nous ne voulons pas le savoir, parce que nous ne voulons pas voir en face le fait que vous et moi sommes responsables des guerres. Nous pouvons parler de paix, organiser des conférences, nous asseoir autour de tables et discuter; mais intérieurement,



psychologiquement, nous sommes assoiffés de pouvoir, nous sommes mus par l'avidité. Nous intriguons, nous sommes nationalistes, enfermés dans des croyances et des dogmes pour lesquels nous sommes prêts à mourir et à nous détruire les uns les autres.

Pensez-vous qu'étant ainsi faits nous puissions avoir la paix dans le monde? Pour l'avoir il nous faudrait être pacifiques et vivre pacifiquement, ce qui veut dire ne pas créer d'antagonismes. La paix n'est pas un idéal. Pour moi, un idéal n'est qu'une évasion, une négation de ce qui «est», une façon de l'éviter. Un idéal nous empêche d'agir directement sur ce qui «est». Pour instaurer la paix, il nous faudrait nous aimer les uns les autres, il nous faudrait commencer par ne pas vivre une vie idéale, mais par voir les choses telles qu'elles sont et agir sur elles, les transformer. Tant que chacun de nous est à la recherche d'une sécurité psychologique, la sécurité physiologique dont nous avons besoin (nourriture, vêtements, logement) est détruite. Nous recherchons la sécurité psychologique qui n'existe même pas, dans une situation, dans des titres, toutes choses qui détruisent la sécurité physique. C'est un fait évident si vous savez le voir.

Pour instaurer la paix dans le monde, pour mettre fin à toutes les guerres, il faut une révolution dans l'individu, en vous et moi. Une révolution économique sans cette révolution intérieure n'aurait pas de sens, car la faim est la conséquence d'une perturbation économique causée par nos états psychologiques, l'avidité, l'envie, la volonté de nuire, le sens possessif. Pour mettre un terme aux tourments de la faim et des guerres il faut une révolution psychologique et peu d'entre nous acceptent de voir ce fait en face. Nous discuterons de paix, de plans, nous créerons de nouvelles ligues, des Nations-Unies indéfiniment, mais nous n'instaurerons pas la paix, parce que nous ne renoncerons pas à nos situations, à notre autorité, à notre argent, à nos possessions, à nos vies stupides. Compter sur les autres est totalement futile; les autres ne peuvent pas nous apporter la paix. Aucun chef politique ne nous donnera la paix, aucun gouvernement, aucune armée, aucun pays. Ce qui apportera la paix ce sera une transformation intérieure qui nous conduira à une action extérieure. Cette transformation intérieure n'est pas un isolement, un recul devant l'action. Au contraire, il ne peut y avoir d'action effective que lorsque la pensée est claire, et il n'y a pas de pensée claire sans connaissance de soi. Sans connaissance de soi, il n'y a pas de paix.

Pour mettre fin à la guerre extérieure, vous devez commencer par mettre fin à la guerre en vous-mêmes. Certains d'entre vous opineront du bonnet et diront : «je suis d'accord», puis sortiront d'ici et feront exactement ce qu'ils ont fait au cours de ces dix ou vingt dernières années. Votre acquiescement n'est que verbal et n'a aucune valeur; car les misères du monde et les guerres ne seront pas mises en échec par lui. Elles ne le seront que lorsque vous vous rendrez compte du danger, lorsque vous prendrez conscience de votre responsabilité, lorsque vous ne la rejetterez pas sur d'autres. Si vous vous rendez compte de

la souffrance, si vous voyez la nécessité d'une action immédiate et ne la remettez pas à plus tard, vous vous transformerez. La paix ne viendra que lorsque vous serez en paix vous-mêmes, lorsque vous serez en paix avec votre voisin.

### **Question et réponses - Sur la transformation de Soi**

Q : Vous parlez de se transformer soi-même. Que voulez-vous dire par là?

R : Il faut une révolution radicale, c'est évident. La crise mondiale l'exige. Nos vies l'exigent. Nos angoisses, poursuites, incidents quotidiens l'exigent. Nos problèmes l'exigent. Il faut une révolution fondamentale, radicale, parce que tout s'est écroulé autour de nous. Malgré un certain ordre apparent, en fait nous assistons à une lente décomposition, à une destruction: la vague de destruction chevauche constamment la vague de vie.

Donc une révolution est nécessaire - mais pas une révolution basée sur une idée, car elle ne serait que la continuation de l'idée et non une transformation radicale. Une révolution basée sur une idée est sanglante, elle démolit et provoque un chaos. Avec du chaos on ne peut pas créer de l'ordre. Vous ne pouvez pas provoquer un chaos de propos déterminé et espérer ensuite y créer de l'ordre. Vous n'êtes pas des êtres élus destinés à créer de l'ordre dans la confusion. C'est une façon si fautive de penser, de la part de ceux qui désirent créer de plus en plus de confusion en vue de ramener de l'ordre! Parce qu'ils exercent le pouvoir pour l'instant, ils s'imaginent avoir la technique complète du maintien de l'ordre. En voyant l'ensemble de cette catastrophe - la perpétuelle répétition des guerres, les constants conflits de classes et d'individus, l'effroyable inégalité économique et sociale, l'inégalité des capacités et des dons personnels, le gouffre entre ceux qui sont imperturbablement heureux et ceux qui sont dans les filets de la haine, des conflits, des misères - voyant tout cela, ne faut-il pas une révolution, une transformation complète?

Et cette transformation, cette révolution radicale, est-elle une réalisation ultime, ou est-elle de moment en moment? Je sais que nous aimerions tous qu'elle soit ultime car il est tellement plus facile de penser en termes éloignés: « à la fin » nous serons transformés, « à la fin » nous serons heureux, nous trouverons la vérité. En attendant continuons tels que nous sommes. Mais un esprit qui pense en termes d'avenir est incapable d'agir dans le présent ; il ne cherche donc pas la transformation: il l'évite.

Qu'appelons-nous transformation? Elle n'est pas dans l'avenir ; elle ne peut jamais être dans l'avenir. Elle ne peut être que « maintenant », d'instant en instant. Mais qu'appelons-nous

transformation? C'est extrêmement simple: c'est voir que le faux est faux et que le vrai est vrai. Voir le faux comme étant une erreur et le vrai comme étant la vérité est une transformation, parce que lorsque vous voyez très clairement une chose comme étant la vérité, cette vérité libère. Lorsque vous voyez qu'une chose est fautive, elle se détache de vous. Lorsque vous voyez que les rituels ne sont que de vaines répétitions, lorsque vous voyez la vérité de cela et ne justifiez rien, il y a transformation, n'est-ce pas, car un autre esclavage a disparu. Lorsque vous voyez que les distinctions de classes sont fautes, qu'elles créent des malheurs et des divisions entre hommes, lorsque vous voyez la vérité de cela, cette vérité même libère. La perception même de cette vérité est-elle pas une transformation? Et comme nous sommes tellement entourés de choses fautes, percevoir cette fausseté de moment en moment est une transformation. La vérité n'est pas cumulative. Elle est de moment en moment. Ce qui est cumulatif et accumulé c'est la mémoire, et, au moyen de la mémoire vous ne pouvez mais trouver la vérité, car la mémoire est dans le réseau du temps, le temps étant le passé, le présent et le futur. Le temps est continuité, il ne peut donc jamais trouver ce qui est éternel ; l'éternité n'est pas continuité. Ce qui dure n'est pas éternel. L'éternité est dans le moment. L'éternité est dans le maintenant. Le maintenant n'est ni un reflet du passé ni la continuation du passé, à travers le présent, dans le futur.

L'esprit désireux de subir une transformation future ou qui considère cette transformation comme un but ultime ne peut jamais trouver la vérité. Car la vérité doit venir d'instant en instant, doit être redécouverte. Il n'y a pas de découverte par accumulation. Comment découvrir le neuf si l'on porte le fardeau du vieux? Mais lorsque cesse ce fardeau, l'on découvre le neuf. Pour découvrir le neuf, l'éternel dans le présent, de moment en moment, on doit avoir l'esprit extraordinairement souple, un esprit qui ne soit pas en quête d'un résultat, un esprit qui ne soit pas en « devenir ». Un esprit qui « devient » ne peut jamais connaître la vraie félicité du contentement - je ne parle pas de celui dans lequel on se complaît, ni de celui que peut donner un résultat atteint, mais du contentement qui vient lorsque l'esprit voit le vrai dans ce qui « est » et le faux dans ce qui « est ». La perception de cette vérité est d'instant en instant ; et cette perception est retardée par toute opération verbale concernant l'instant.

La transformation n'est pas un but à atteindre. Ce n'est pas le résultat de quelque action. Résultat implique résidu, cause et effet. Lorsqu'il y a cause agissante, il y a nécessairement effet. L'effet n'est que le résultat de votre désir d'être transformé. Lorsque vous désirez être transformé, vous pensez encore en termes de devenir, et ce qui est en devenir ne peut jamais connaître ce qui est en être. La vérité c'est « être » de moment en moment, et un bonheur qui continue n'est pas le bonheur. Le bonheur est un état d'être intemporel. Cet état dépourvu de temps ne peut survenir que par un immense mécontentement, non par un de

ces mécontentements qui ont trouvé un tunnel pour s'échapper, mais par celui qui n'a pas de soupape, qui n'a pas de voie de sortie, qui ne cherche plus à s'accomplir. Ce n'est qu'alors, dans cet état de mécontentement suprême, que la réalité peut naître. Cette réalité n'est pas achetable, on ne la vend pas, elle ne peut pas être répétée, on ne peut pas la trouver dans des livres, mais on peut la voir de moment en moment, dans un sourire, dans une larme, sous la feuille morte, dans les pensées vagabondes, dans la plénitude de l'amour.

L'amour n'est pas différent de la vérité. L'amour est un état en lequel le processus de pensée, en tant que durée, a complètement cessé. Où est l'amour, est une transformation. Sans amour, la révolution n'a pas de sens, car elle ne serait que destruction, décomposition et misères de plus en plus profondes. Où l'amour est, il y a révolution, parce que l'amour est transformation de moment en moment.

### **Questions et réponses - Sur la vérité et le mensonge**

Q : Vous avez dit que la vérité répétée est mensonge. Comment cela? Qu'est-ce que c'est que le mensonge en réalité? Pourquoi est-ce mal de mentir? N'est-ce pas là un problème profond et subtil à tous les niveaux de l'existence?

R : Vous me posez en même temps deux questions différentes. La première est: lorsqu'une vérité est répétée, comment devient-elle mensonge? Que répétons-nous? Pouvez-vous répéter une compréhension? Vous pouvez vous servir de mots pour décrire un état, et cette description peut être répétée par vous-même ou par un de vos auditeurs, mais l'expérience vécue n'est pas ce récit. Celui-ci vous fait tomber dans le filet des mots et perdre l'essentiel. L'expérience elle-même, pouvez-vous la répéter? Vous pouvez vouloir la « répéter » dans l'autre sens de ce mot: vouloir qu'elle se répète. Vous pouvez avoir le désir de sa répétition, de sa sensation, mais celle-là même que vous avez eue ne peut évidemment pas revenir: ce qui peut être répété c'est la sensation ainsi que les mots qui correspondent à cette sensation, qui lui donnent la vie. Et comme, hélas, nous sommes tous les agents de propagande de quelque chose, nous sommes captés dans le réseau des mots. Nous vivons de mots et la vérité est niée.

Considérez par exemple le sentiment de l'amour. Pouvez-vous le répéter? Lorsque vous entendez les mots: « aimez votre voisin », est-ce une vérité pour vous? Ce n'est une vérité que si vous aimez. Cet amour ne peut pas être répété, seul le mot peut l'être. Et pourtant nous vivons heureux et contents avec la répétition: « aime ton voisin » ou « ne sois pas vide ». Ni la vérité d'un autre, ni une expérience que vous avez faite ne deviennent des réalités

par répétition. Au contraire, la répétition empêche la réalité de se produire. Répéter des idées n'est pas la réalité.

La difficulté est de comprendre cette question sans penser à une dualité d'opposition. Un mensonge n'est pas un opposé de la vérité. L'on peut voir la vérité de ce que je dis sans établir une opposition ou un contraste entre mensonge et vérité, mais en se rendant simplement compte que la plupart des personnes répètent sans comprendre. Par exemple, nous avons discuté la question de nommer ou de ne pas nommer un sentiment. Beaucoup d'entre vous répéteront ce que j'ai dit, pensant que c'est la vérité. Vous ne pourrez jamais répéter une expérience si elle est directe. Vous pourrez en parler, mais lorsque l'expérience est réelle, les sensations qui l'ont accompagnée ont disparu et le contenu émotif qui se rapporte aux mots est entièrement dissipé.

Prenez l'idée que le penseur et la pensée sont un. Elle peut être une vérité pour vous, si vous en avez fait l'expérience directe. Si je la répétais, elle ne serait pas vraie, et je n'emploie pas le mot « vrai » par opposition à « faux ». je veux dire qu'elle ne serait pas actuelle, elle ne serait qu'une répétition sans valeur. Par la répétition, nous créons un dogme, nous construisons une église et y prenons refuge. C'est le mot qui devient « la vérité », mais le mot n'est pas la chose. C'est pour cela qu'il faut soigneusement éviter de répéter ce que l'on n'a pas réellement compris. Vous pouvez communiquer l'idée, mais les mots et le souvenir ont perdu leur contenu émotif.

Comme nous ne sommes pas des agents de propagande, mais que nous cherchons la vérité par la connaissance de soi, il est important que nous comprenions ceci: dans la répétition, on s'hypnotise par des mots ou des sensations, on est victime d'illusions. Pour s'en libérer, l'expérience directe est obligatoire ; et pour qu'elle ait lieu on doit se voir tel que l'on est, pris dans des répétitions, des habitudes, des mots, des sensations. Cette lucidité confère une liberté extraordinaire et permet par conséquent de se renouveler, de vivre constamment une expérience neuve.

Votre autre question est: « Qu'est-ce qu'un mensonge? Pourquoi est-ce mal de mentir? N'est-ce pas là un problème profond et subtil à tous les niveaux de l'existence? »

Qu'est-ce qu'un mensonge? Une contradiction n'est-ce pas? Une contradiction intérieure. On peut se contredire consciemment ou inconsciemment ; cela peut être délibéré ou involontaire ; la contradiction peut être très, très subtile ou évidente. Lorsque l'écart entre les deux termes de la contradiction est très grand, on devient déséquilibré ou, se rendant compte de l'écart, on y remédie.

Pour comprendre ce qu'est un mensonge et pourquoi nous mentons, on doit examiner la question sans y penser en termes d'opposition. Pouvons-nous regarder ce problème de la contradiction intérieure, sans y penser en termes contradictoires? Notre difficulté est que nous condamnons si vite le mensonge. Mais pour le comprendre, pouvons-nous y penser, non pas en termes de vérité et de mensonge, mais en nous demandant ce qu'est une contradiction? Pourquoi y a-t-il contradiction en nous-mêmes? N'est-ce point parce que nous tentons de vivre à la hauteur d'un idéal, d'un critérium, et que nous faisons un constant effort pour ressembler à un modèle, pour « être » quelque chose, soit aux yeux des tiers soit aux nôtres? Il y a le désir de se conformer, et lorsqu'on ne vit pas selon l'exemple que l'on se donne, il y a contradiction.

Or, pourquoi avons-nous un exemple, un modèle, une idée pour façonner notre vie? Pour trouver une sécurité, pour nous mettre en vedette, pour avoir une bonne opinion de nous-mêmes, etc.? C'est là qu'est le germe de la contradiction. Tant que nous voulons ressembler à quelque chose, essayant d'« être » quelque chose, il y a obligatoirement contradiction, donc scission entre le faux et le vrai.

Je crois qu'il est important de voir ce point. Je ne dis pas qu'il y ait identité entre le faux et le vrai, mais ce qui importe c'est de trouver la cause, en nous, de la contradiction. Cette cause est notre perpétuelle tentative d'« être » quelque chose ; d'être noble, bon, vertueux, créatif, heureux, que sais-je? Dans le désir même d'être « quelque chose », il y a contradiction, sans aller jusqu'au désir d'être « autre chose ». C'est cette contradiction qui est si destructrice. Si l'on est susceptible d'identification complète avec quelque chose, avec ceci ou cela, la contradiction cesse, mais cette identification est une résistance qui s'enferme en elle-même et qui provoque un déséquilibre: cela paraît évident.

Pourquoi y a-t-il contradiction en nous? J'ai agi d'une certaine façon et ne veux pas être découvert ; j'ai eu une idée qui n'a pas réussi ; cela m'a mis dans un état de contradiction qui m'est désagréable. L'imitation engendre forcément la crainte, et c'est cette crainte qui est contradiction. Tandis que s'il n'y a pas de « devenir », pas de tentative d'être quelque chose, il n'y a aucun sentiment de peur, aucune contradiction, aucun mensonge en nous à aucun niveau, conscient ou inconscient, rien à refouler ni à exhiber. Comme nos vies sont une succession d'humeurs et d'attitudes, nous « posons » selon notre humeur, ce qui est une contradiction. Lorsque l'humeur disparaît, nous redevenons ce que nous sommes. C'est cette contradiction qui est réellement importante, non le petit mensonge de politesse qu'il peut vous arriver de dire. Tant que cette contradiction est là, l'existence est forcément superficielle et des craintes superficielles en résultent, qui nécessitent des mensonges mondains de sauvegarde, et tout ce qui s'ensuit. Examinons cette question sans nous demander ce qu'est un mensonge et ce qu'est une vérité: sans ces opposés, entrons dans le

problème de la contradiction en nous. C'est très difficile parce que nous dépendons tellement de nos sensations que nos vies sont contradictoires. Nous dépendons de souvenirs, d'opinions, nous avons mille craintes que nous voulons ensevelir ; tout cela crée en nous un état de contradiction ; et lorsque la contradiction devient intolérable, nous faisons une maladie psychique. Nous voulons la paix et tout ce que nous faisons engendre la guerre, non seulement en famille mais au-dehors. Au lieu de comprendre la cause du conflit, nous essayons de plus en plus d'être une chose ou son contraire, en accentuant encore l'opposition.

Est-il possible de comprendre pourquoi nous avons cette contradiction en nous, non seulement en surface, mais profondément, psychologiquement? Et d'abord, sommes-nous conscients de vivre une existence contradictoire? Nous voulons la paix et sommes nationalistes ; nous voulons parer à la misère sociale et chacun de nous est individualiste, limité, enfermé en lui-même. Nous vivons perpétuellement dans un état de contradiction. Pourquoi? N'est-ce point parce que nous sommes esclaves des sensations? N'acquiescez pas et ne niez pas: il faut plutôt comprendre tout ce qu'impliquent les sensations, c'est-à-dire les désirs. Nous désirons tant de choses, qui se contredisent toutes. Nous sommes à la fois tant de masques ennemis ; nous apparaissions sous celui qui nous convient et le renions lorsque se présente quelque chose de plus profitable, de plus agréable. C'est cet état de contradiction qui engendre le mensonge. En opposition à tout cela, nous créons « la vérité ». Mais la vérité n'est pas le contraire du mensonge. Ce qui a un contraire n'est pas la vérité. Chaque terme d'une opposition contient son contraire, donc n'est pas la vérité. Pour comprendre ce problème très profondément, on doit être conscient des contradictions dans lesquelles on vit. Lorsque je dis: « je vous aime », cela est accompagné de jalousie, d'envie, d'anxiété, de craintes, c'est-à-dire d'un état contradictoire. C'est cette contradiction qu'il nous faut comprendre, et nous ne pouvons la comprendre qu'en en prenant totalement conscience, sans la condamner ni la justifier, en la regardant tout simplement. Pour la regarder passivement, l'on doit comprendre tout le processus de justification et de condamnation.

Il n'est pas facile de s'observer passivement ; si l'on y parvient, on commence à comprendre tout le processus des sentiments et des pensées. Lorsqu'on vit en toute lucidité la signification complète de la contradiction intérieure, il se produit un changement extraordinaire car alors « on est soi-même », on n'est pas quelque chose qu'on essaye d'être. On ne suit plus un idéal, on ne cherche pas le bonheur, on est ce que l'on est, et de là on peut repartir. Alors il n'y a pas de possibilité de contradiction.



---

Source : Krishnamurti, *La première et la dernière liberté*, Éditions Stock