

# Jiddu Krishnamurti

Meditação, uma qualidade de atenção que permeia tod...

*From the series:*

## *Um modo de viver totalmente diferente*

---

*Thursday, February 28, 1974*

### *Seventeenth Conversation with Dr Allan W. Anderson in San Diego, California*

Krishnamurti em diálogo com Dr. Allan W. Anderson J. Krishnamurti nasceu no Sul da Índia e foi educado na Inglaterra. Nos últimos 40 anos ele tem falado nos Estados Unidos, Europa, Índia, Austrália e outras partes do mundo. Desde o começo de seu trabalho de vida ele repudiou todas conexões com religiões e ideologias organizadas e disse que sua única preocupação era libertar o homem absoluta e incondicionalmente. Ele é autor de muitos livros, entre eles "O Despertar da Inteligência", "A Urgência da Mudança", "Liberte-se do Passado", e "O Voo da Águia." Este é um de uma série de diálogos entre Krishnamurti e Dr. Allan W. Anderson, que é professor de estudos religiosos na Universidade Estadual de San Diego onde ensina escrituras indianas e chinesas e a tradição oracular. Dr. Anderson, poeta publicado, graduou-se na Universidade de Columbia e no Seminário de União Teológica. Ele foi homenageado com o distinto Prêmio de Ensino da Universidade Estadual da Califórnia.

A: Senhor Krishnamurti, em nossa última conversa chegamos quase a um ponto, o assunto da meditação. E eu estava esperando que hoje pudéssemos compartilhar isso juntos.

K: Certo, senhor. Senhor, não sei se você está ciente das muitas escolas de meditação, na Índia, no Japão, na China, o zen e as várias ordens contemplativas cristãs, aqueles que rezam infinitamente, continuam dia após dia, e aqueles que esperam receber a graça de Deus - ou seja lá como o chamam. Acho, se me permitir sugerir, que deveríamos começar não com qual é o tipo certo de meditação, mas o que é meditação. Então, podemos prosseguir e investigar juntos, e portanto compartilhar juntos, esta questão da meditação, a palavra que significa ponderar, unir, abraçar, considerar, muito, muito profundamente, o significado de tudo isso está envolvido nessa única palavra "meditação". Se pudéssemos começar dizendo que realmente não sabemos o que é meditação.

A: Muito bem.

K: Se aceitarmos a meditação ortodoxa, tradicional, cristã, hindu ou budista, - e há, claro, a meditação entre

os muçulmanos como os sufis - Se aceitarmos isso, então está tudo baseado na tradição. O que alguns experienciaram, e eles estabelecem o método, ou o sistema para praticar o que eles alcançaram. E então há provavelmente milhares de escolas de meditação. E elas estão proliferando neste país; meditar três vezes ao dia, pense em uma palavra, um slogan, um mantra. E para isso você paga 35 ou 100 dólares e então você ganha uma palavra sânscrita qualquer ou uma palavra grega qualquer, e você repete, repete, repete. Então, há todas essas pessoas que praticam várias formas de respiração. E a prática do zen. E tudo isso é uma forma de estabelecer uma rotina, uma prática que essencialmente embotará a mente. Porque se você praticar, praticar, praticar, você se tornará uma mente mecânica. Então, eu nunca fiz nenhuma dessas coisas porque, pessoalmente, se me permitir falar um pouco sobre mim...

A: Por favor, fale.

K: ...eu observei, comparei, fui a certos grupos de vários tipos, apenas para olhar. E eu disse: "Não é isto." Eu descartei instantaneamente. Então, se descartássemos tudo isso: descartássemos o hindu, o budista, o cristão, e as várias importações de meditação pelos gurus da Índia, e o contemplativo - tudo isso - como uma continuação da tradição, que é a transmissão do que outros disseram, e as experiências dos outros, os esclarecimentos dos outros, a iluminação dos outros, e etc. Se pudéssemos descartar tudo isso, seus métodos, seus sistemas, suas práticas, suas disciplinas. Porque eles estão todos dizendo a verdade, ou Deus, - ou seja lá como quiserem chamá-lo - é algo lá. Você pratica para chegar lá. Isso é uma coisa fixa - de acordo com eles. Claro, tem de ser fixa. Se eu continuar praticando para chegar lá, isso precisa ser estático.

A: Sim, claro. Sim, entendo bem.

K: Portanto a verdade não é estática, não é uma coisa morta.

A: Não, vejo bem isso.

K: Então, se pudéssemos honestamente colocar de lado tudo isso e perguntar o que é meditação. Não como meditar. Ao fazer essa pergunta, o que é meditação, começaremos a descobrir, começaremos a meditar nós mesmos. Não sei se estou...

A: Sim, está. Está se fazendo muito claro. Estamos de volta novamente à distinção entre uma atividade, o objetivo daquilo que se encontra fora da atividade, em contraste à atividade...

K: ...em si.

A: ...o fim do qual é intrínseco em si.

K: Sim, senhor.

A: Sim.

K: Então, poderíamos começar dizendo, eu não sei o que é meditação?

A: Sim. Estou disposto a começar por aí.

K: É realmente maravilhoso se você começar por aí. Traz um grande sentimento de humildade.

A: Então, se intui, mesmo de longe, uma liberdade.

K: Sim, certo. Não sei. Isso é um tremendo reconhecimento de uma liberdade do conhecido estabelecido, das tradições estabelecidas, dos métodos estabelecidos, das escolas e práticas estabelecidas.

A: Exatamente.

K: Começo com algo que eu não sei. Isso tem para mim, isso tem grande beleza. Então, estou livre para me

movimentar. Estou livre para fluir, ou nadar junto, na investigação. Então, eu não sei. Ora, então, daí podemos começar. Primeiro de tudo, a meditação está separada da vida diária? A conduta diária, os desejos diários de realização, ambição, cobiça, inveja, a competitividade diária, o espírito imitativo e conformativo, os apetites diários, sensuais, sexuais, intelectuais, e assim por diante. A meditação está separada de tudo isso? Ou a meditação flui através de tudo isso, envolve tudo isso, inclui tudo isso? Do contrário a meditação não tem significado. Entende?

A: Sim, entendo. Isto levanta uma questão muito interessante que eu gostaria de perguntar. Talvez você tivesse a bondade em ajudar-me a esclarecer isto. Ora, eu nunca, pessoalmente, aceitei meditação em relação a seu caráter ritualístico em algumas tradições ou sua...

K: ...monástico.

A: ...sua abordagem monástica e radicalmente metódica. Eu li bem profundamente nas literaturas, que emanaram destas práticas. E estou pensando, por exemplo, sobre o que eu entendi do meu estudo do que é chamada tradição hesicasta, onde o que é chamado de a oração de Jesus é proferida pelos monges, particularmente no Monte Athos, "Senhor, Jesus Cristo, tenha piedade de mim, um pecador." Isto é repetido várias vezes na esperança de que algum dia isto se torne tão automático que, talvez, como os psicólogos colocariam, o inconsciente tome posse disto, de forma que o que eu estou fazendo, seja lá o que for, seja focado inteiramente nesta oração. A reivindicação sendo tal que quando isto for alcançado, quando eu não mais tiver de proferir a oração, a oração esteja proferindo dentro de mim.

K: A mesma coisa, senhor, é expressada na Índia de uma forma diferente, que é um mantra. Você sabe disso?

A: Sim.

K: Repetição de uma sentença ou uma palavra. E a repetição, em voz alta primeiramente, e então, em silêncio. Então ela entrou em seu ser, e o próprio som dela continua.

A: Sim.

K: E a partir desse som você age, você vive. Mas é tudo auto-imposto para chegar-se a um certo ponto. Digamos, por exemplo, na oração que você acabou de repetir: pecado. Eu não aceito pecado. Eu não sei o que é pecado.

A: Eu só posso imaginar o horror nos rostos daqueles cujos ouvidos captam essas palavras.

K: Que significa que eles estão condicionados de acordo com uma crença de que existe um Jesus, que existe um pecado, que eles têm de ser perdoados - tudo isso. É somente levar adiante uma tradição.

A: Isto me atinge muito pessoalmente. O fundamento para a decisão que eu tomei anos atrás para não fazer uma destas coisas foi incorporado em sua afirmação anterior, que é esperado que a partir desta palavra, ou a partir destas palavras...

K: ...a partir desta respiração - tudo isso.

A: ...virá de alguma forma esta permeação do meu ser total. E a questão que surgiu para mim na época foi - e eu gostaria que você esclarecesse se você acha que esta questão foi correta - o que surgiu em minha mente foi que essa própria afirmação, seja o mantra ou a oração de Jesus, é em si uma expressão finita.

K: Absolutamente.

A: Portanto, não estou fazendo alguma coisa estranha aqui?

K: Sim.

A: E se me atendo a algo ao qual vale a pena se ater, deveria ser apesar disso, mais do que por causa disso. Isso era talvez pensar sobre o pensamento. Mas eu não senti isto na época, eu pensei que estava dando uma resposta intuitiva a isto. E portanto eu simplesmente não fui adiante. Sim. Por favor, siga.

K: Certo, senhor. Veja, tudo isso implica que há um caminho para a verdade - o caminho cristão, o caminho hindu, o zen, os vários gurus e sistemas - existe um caminho para esta iluminação, ou para essa verdade, ou para esse imensurável - um ou outro. E está aí, tudo o que você tem de fazer é continuar, continuar andando, andando, andando na sua direção. Isso significa que essa coisa é estabelecida, fixa, estática, não está em movimento, não está vivendo.

A: Tive um lampejo do texto bíblico, no qual Deus é descrito como um lanterna aos meus pés e a luz no meu caminho. Não diz que ele é o caminho. Mas sim que ele é a lanterna...

K: ...para o caminho, exato.

A: Certo. Como uma lanterna aos pés e uma luz no caminho. Mas não diz que Deus é o caminho. Isso é muito interessante.

K: Muito.

A: Mas talvez ninguém olhe realmente essas palavras de perto.

K: Veja, senhor, como você já está olhando para elas. Você vê a verdade dessa afirmação. A sensação dela.

A: Sim, sim.

K: Então, isso é uma coisa. A meditação abrange o campo total da existência? Ou é algo totalmente separado da vida? A vida sendo os negócios, a política, o sexo, o prazer, a ambição, a ganância, a inveja, a ansiedade, a morte, o medo - tudo isso é minha vida, o viver. A meditação está separada disso ou abarca tudo isso? Se ela não abarcar tudo isso, a meditação não tem sentido.

A: Algo simplesmente veio até mim que eu estou certo seria considerado como incrivelmente herético. Mas você sabe que as palavras do próprio Jesus "Eu sou o caminho, a verdade e a vida", quando entendidas no contexto do que foi revelado através destas discussões que tivemos, têm, em relação a uma outra coisa que ele disse, um significado incrivelmente diferente daquele que nos foi ensinado. Por exemplo, quando ele pergunta a Pedro quem ele é, isto é: "Quem sou eu, Jesus?" e Pedro diz: "Vós sois o Cristo, o filho do Deus vivo" ele imediatamente diz: "A carne e o sangue não revelaram isto a você, mas meu Pai, que está no céu" que - ele diz em outro lugar - é uno com ele, assim como ele é uno com o Pai. E então ele prega que os discípulos sejam unos com ele, assim como ele e seu pai são um, que todos eles devem ser um. Então - estou quase gaguejando - é que, o que estou prestes a dizer, falando teologicamente, seria considerado como fantástico, quando ele diz: "Eu sou o caminho, a verdade e a vida" se for visto no contexto desse "uno" como ato, como ato, então o negócio todo é completamente transformado. Não é?

K: Exato, exato.

A: Vou ficar digerindo isso por um longo tempo. Por favor, continue.

K: Então, se for separada da vida, então a meditação não tem sentido. É apenas uma fuga da vida, fuga de todas nossas labutas e misérias, tristezas, confusões. E portanto não vale a pena nem tocá-la.

A: Certo.

K: Se não for, e não é para mim, então, o que é meditação? Entende? É uma conquista, um alcance de um objetivo? Ou é um perfume, uma beleza que penetra em todas minhas atividades, portanto tem um tremendo significado? A meditação tem um significado tremendo. Então a próxima questão é: é o resultado de uma

busca? Juntar-se ao grupo zen, então um outro grupo - entende? - um depois do outro, pratique isto, pratique aquilo, não pratique, faça votos de castidade, pobreza, ou não fale de modo algum, rápido, para chegar lá. Para mim tudo isso é totalmente desnecessário. Porque o que é importante é ver - como dissemos ontem - o falso. Não eu julgar o falso como verdadeiro ou falso, mas a própria percepção revela a verdade ou a falsidade dela. Eu preciso olhar para ela. Meus olhos precisam olhar sem qualquer preconceito, sem quaisquer reações. Então eu posso dizer que isto é falso, eu não o tocarei. Isso é o que eu... Não vou! Pessoas vieram a mim e disseram - você não tem ideia de todas as coisas - elas disseram: "Você precisa" eu disse: "Não fazendo nada". Para mim isto é falso porque não incluí sua vida.

A: Sim.

K: Você não mudou! Você pode dizer: "Estou cheio de amor. Estou cheio de verdade. Estou cheio de conhecimento. Estou cheio de sabedoria". Eu digo: "Isso é tudo bobagem. Você age? Você está livre do medo? Você está livre da ambição, ganância, inveja, e do desejo de atingir o sucesso - em todos os campos? Se não, você está apenas jogando um jogo, você não é sério". Então, a partir daí podemos proceder.

A: Sim.

K: Essa meditação inclui todo o campo da existência, seja o campo artístico ou o campo dos negócios. Porque, para mim, a divisão como artista, negócio, o político, o padre, o estudioso e o cientista - você sabe como fragmentamos tudo isso como carreiras. Para mim, como os seres humanos são fragmentados, a expressão desta fragmentação é esta: negócios, cientista, o acadêmico, o artista. Entende?

A: Sim, sim, sim. Estou pensando sobre o que acontece na academia em relação a isto. Estamos sempre dizendo uns aos outros como acadêmicos, pelo amor de deus, encontremos um princípio ordenado pelo qual coloquemos tudo isto em algum tipo de integração, de modo que o aluno realmente possa sentir que ele está fazendo algo com significado. E não apenas adicionando outro vagão de frete ao longo trem daquilo que ele nem sequer vê.

K: Exato, exato.

A: Sim.

K: E a meditação precisa ser, ou é, quando você nega todos estes sistemas, métodos, gurus, autoridades, isto torna-se uma questão religiosa.

A: Sim, profundamente religiosa.

K: Profundamente religiosa.

A: Oh, sim.

K: Ora, que lugar tem um artista na... não somente na estrutura social, na sua expressão do religioso? Entende? O que é um artista, senhor? Ele é algo separado de nossa vida diária? A beleza de viver. A qualidade de uma mente que é realmente religiosa. Entende? Ele é parte disso? Ou ele é uma aberração, fora disso? Porque ele tem certos talentos, a expressão desse talento torna-se extraordinariamente importante para ele e para as pessoas.

A: Em nossa cultura com frequência parece que a expressão desse talento o leva ao conflito com certas convenções.

K: E também o expressar esse conflito em si próprio.

A: Claro. Sim, temos uma longa tradição na civilização ocidental do artista como alguém à parte da sociedade, não é?

K: Sim. Algo à parte. Mas ele é muito mais sensível, muito mais alerta à beleza, à natureza, mas além disso, ele é simplesmente um homem comum.

A: Sim, claro. Sim.

K: Para mim, isso é uma contradição. Primeiramente ser um ser humano total. E então, seja lá o que você criar, seja lá o que você fizer, será bonito. Se você pintar, ou seja lá o que você fizer. Não dividamos o artista em algo extraordinário, ou o homem de negócios em algo feio. Chamemos isto simplesmente de viver no mundo do intelecto, ou do cientista no mundo da física, e assim por diante. Mas primeiramente, precisa haver o ser humano. Entende, senhor? Ser humano no sentido de compreensão total da vida, morte, amor, beleza, relacionamento, responsabilidade, não matar - tudo isso implica o viver. Portanto ele estabelece um relacionamento com a natureza. E a expressão desse relacionamento, se é total, saudável, é criativo.

A: Isto é muito, muito diferente do que muitos artistas concebem como sendo a tarefa deles. Especialmente em tempos modernos os artistas têm esta noção de que eles são, em certo sentido, refletores da fragmentação do tempo deles.

K: Realmente.

A: E então eles fazem uma afirmação que sustenta a fragmentação como um espelho para nós, que é simplesmente reforçar a fragmentação.

K: Realmente.

A: Sim. Entendo bem.

K: Veja que meditação abrange o campo todo da existência. Meditação implica liberdade do método, do sistema, porque eu não sei o que é meditação. Começo por aí.

A: Sim.

K: Por isso começo com a liberdade. Não com seus fardos.

A: Isso é maravilhoso. Começar com a liberdade e não com seus fardos. Este negócio de sustentar a fragmentação para nós a partir dessa perspectiva é na verdade nada mais do que uma espécie de jornalismo.

K: Jornalismo, realmente.

A: Não é? Sim, claro.

K: Propaganda.

A: Claro, sim.

K: Portanto, mentira. Então, eu descarto tudo isso. Então, eu não tenho fardo. Portanto a mente está livre para investigar o que é meditação.

A: Maravilhoso.

K: Eu fiz isto, entende, senhor? Não é uma expressão verbal, não digo nada que eu não tenha vivido.

A: Oh, isso é muito óbvio para mim como sentar-se aqui e conversar com você. Sim.

K: Não vou. Isso é hipocrisia. Não estou interessado em tudo isso. Estou realmente interessado em ver o que é meditação. Então, começa-se por esta liberdade. E liberdade significa libertar a mente, esvaziar-se dos fardos de outros, seus métodos, seus sistemas, sua aceitação de autoridade, suas crença, sua esperança, porque é parte de mim, tudo isso. Portanto eu descarto tudo isso. E agora começo dizendo, que não sei o que

é meditação. Começo - quer dizer, a mente tem este sentimento de grande humildade. Não saber, eu não estou perguntando! Então alguém a preencherá!

A: Exatamente.

K: Algum livro, algum acadêmico, algum professor, algum psicólogo vem e diz: "Você não sabe. Aqui, eu sei. Darei a você". Eu digo: "Por favor, não". Não sei nada. Você também não sabe nada! Porque você está repetindo o que os outros disseram. Então eu descarto tudo isso. Agora começo a investigar. Estou em uma posição de pesquisar. Não para atingir um resultado, não para chegar ao que eles chamam de iluminação. Nada. Não sei se há iluminação ou não. Começo com este sentimento de grande humildade, não saber, portanto a mente é capaz de real investigação. Então eu investigo. Primeiro de tudo, olho para minha vida, porque eu disse no começo: meditação implica abranger o campo total da vida. Minha vida, nossa vida, é primeiro o viver consciente diário. Examinei, olhei para ela, há contradição, e assim por diante - temos falado sobre isso. E também há a questão do sono. Eu vou dormir, oito, nove, dez horas. O que é o sono? Começo sem saber. Não o que outros disseram. Entende, senhor?

A: Sim, entendo.

K: Estou investigando em relação à meditação, que é o espírito real da religião. Isso é, juntando toda a energia para mover-se de uma dimensão à uma dimensão totalmente diferente. O que não significa separar-se desta dimensão.

A: Não, não é como aqueles monges subindo a montanha.

K: Já estive naquelas montanhas.

A: Sim.

K: Então, o que é o sono? E o que é o acordar? Estou acordado? Ou só estou acordado quando há uma crise, quando tem um choque, quando há um desafio, quando tem um incidente, uma morte, um descarte, um fracasso. Entende? Ou estou o tempo todo acordado, durante o dia? Então, o que quer dizer estar acordado? Está seguindo, senhor?

A: Sim, estou, estou. Uma vez que você está dizendo que meditação precisa permear, obviamente, estar acordado não pode ser episódico.

K: É isso aí. Não pode ser episódico. Não pode ser algo estimulante.

A: Não pode ser descrito como experiências de pico.

K: Não, não. Qualquer forma de estímulo, externo ou interno, implica somente que você está adormecido e que precisa de um estimulante, quer seja café, sexo ou um tranquilizante. Tudo mantém você acordado.

A: Levar um choque para dormir e levar um choque para acordar.

K: Então, em minha investigação, estou perguntando: estou acordado? O que significa estar acordado? Não acordado ao que está acontecendo, politicamente, economicamente, socialmente - isso é óbvio. Mas acordado. O que isto significa? Não estou acordado se tenho algum fardo. Certo, senhor? Não tem nenhum sentido de estar acordado quando há qualquer tipo de medo. Se eu viver com uma ilusão, se minhas ações forem neuróticas, não há condição de estar acordado. Então, estou investigando, e só posso investigar tornando-me muito sensível ao que está acontecendo em mim, fora de mim. Então, a mente está alerta, durante o dia, completamente, ao que está acontecendo dentro e fora de mim?

A: A todo instante.

K: Isso mesmo. Do contrário, não estou acordado.

A: Estava apenas pensando sobre algo que sempre me deu uma grande sensação de admiração. Em casa temos alguns pássaros e uma gata também.

K: Claro.

A: Mas eles se amam. Os pássaros não ficam correndo na sala com a gata, mas a gata supervisiona os pássaros. Quando os pássaros são colocados na cama à noite a gata vai para este cômodo e fica com eles, talvez uma hora ou duas, ela vigia. Parece simplesmente que ela tem a sensação de que precisa tomar conta dos pássaros. E durante o dia, eu frequentemente observei a gata sentar e olhar para os pássaros com uma imensa intensidade, e a reação comum é "Você não os viu antes?" O que é esta intensidade permanente? Mas ela está olhando.

K: Certo, senhor.

A: E os olhos dela estão sempre com esta preciosa...

K: ...claridade.

A: ...intensidade e claridade. Mais límpido do que a chama. E nunca para. E quando ela dorme, ela realmente dorme - sim. Quando você me perguntou o que é o sono, deve haver uma relação entre a admiração que sentimos pela habilidade do gato em dormir completamente. E quando ela acorda, ela está completamente acordada.

K: Certo, senhor. Então, ao perguntar e investigar o que é o sono eu preciso também perguntar o que é estar acordado. Estou acordado, ou o passado é tão vivo que está ditando minha vida no presente? Portanto estou dormindo.

A: Você diria isso novamente? É muito importante.

K: Eu não sei como eu... Vou colocar diferente. Estou acordado? Minha mente está sobrecarregada com o passado? E portanto carregando um fardo, não estou acordado para o presente.

A: Não acordado... ..no presente, exatamente.

K: Não acordado enquanto estou falando.

A: Certo.

K: Porque estou falando a partir do conhecimento do meu passado, das minhas experiências, meus fracassos, minhas mágoas, minhas depressões. Portanto o passado está dominando e colocando-me para dormir agora.

A: Para dormir. É um narcótico.

K: Narcótico. Portanto, o que devo fazer com o passado?

A: Sim, sei.

K: O passado é necessário.

A: Claro, todo o campo do conhecimento.

K: O conhecimento. O passado é necessário. Mas quando o passado abrange o presente, então eu estou adormecido. Então, é possível saber o que é o passado e não deixá-lo transbordar no presente? Essa questão e a sua realidade trazem sua própria disciplina. Portanto eu digo, sim, sei o que isto significa. Eu posso viver, posso ficar acordado totalmente e amplamente e ainda operar no campo do conhecimento. Então não há

contradição. Não sei se estou transmitindo isto?

A: Ah, sim está, está.

K: Então, ambos estão se movendo em harmonia. Um não fica atrás do outro. Um não contradiz o outro. Existe equilíbrio.

A: O que estou vendo aqui, se estiver seguindo corretamente, é por um lado, temos o conhecimento e sua necessidade em relação ao saber fazer em questões práticas.

K: Claro.

A: Por outro lado, temos o ver, entender. E o ato da meditação é o nexos...

K: Está certo, senhor.

A: ...entre eles de forma que não haja interrupção do fluxo na atividade do entender e saber.

K: Isso é parte da meditação.

A: Claro.

K: Entende?

A: Sim.

K: Veja o que está acontecendo. Então, o que é o sono? Eu entendi agora o que significa estar acordado. Significa que estou observando. Estou atento. Estou atento sem nenhuma escolha, atenção sem escolha, observando olhando, vigiando, ouvindo o que está acontecendo, o que está acontecendo fora, o que as pessoas me dizem, quer elas me adulem, quer me insultem. Estou observando. Então, estou muito atento. Agora, o que é o sono? Eu sei o que é o sono: descansar, fechar seus olhos, ir para cama às 9, ou 10 ou mais tarde. O que é o sono? E no sono, sonhos, o que são sonhos? Eu não sei o que os outros dizem. Não estou interessado no que os outros dizem. Entende, senhor? Porque minha investigação é descobrir se a meditação abrange o campo total da vida, não apenas um segmento.

A: Minha investigação é a partir do ponto onde eu digo: "Eu não sei."

K: Eu não sei. Está certo. Então, eu vou prosseguir. Eu sonho. Existem sonhos. O que são sonhos? Por que eu deveria sonhar? Então, preciso descobrir por que eu sonho. O que são sonhos? Sonhos são a continuação do meu sono diário. Eu não entendi... - veja o que está acontecendo - Eu não entendi minha vida diária. Eu observo minha vida diária. Minha vida diária está em desordem, então eu vou dormir e a desordem continua. E o cérebro diz: "Preciso ter ordem, caso contrário, não posso funcionar!" Então, se a mente não coloca ordem durante o dia, o cérebro tenta trazer ordem durante a noite.

A: Através do sonho.

K: Através dos sonhos, através de sugestões. Quando eu acordo digo: "Sim, tenho uma certa sensação de que isto precisa ser feito". Então, veja o que acontece. Quando a mente está acordada durante o dia, ela tem ordem, ela estabelece ordem, no sentido do que discutimos anteriormente.

A: Sim. Neste sentido de ordem.

K: Ordem, que vem a partir do entendimento da desordem. A negação da desordem é ordem, não o acompanhamento de um diagrama. Ou um padrão, tudo isso é desordem. Então, durante o dia, a mente, o cérebro estabeleceu ordem. Então, quando vou dormir, o cérebro não está planejando como estabelecer ordem em si próprio a fim de se sentir seguro. Portanto o cérebro fica descansado.

A: Entendo.

K: Portanto o cérebro fica quieto, dorme sem sonhos. Ele pode ter sonhos superficiais, quando você come errado - sabe, tudo sobre o qual não estou falando. Então, sono significa regeneração do cérebro. Não sei se você está entendendo?

A: Sim, estou. Me pergunto se posso fazer uma pergunta sobre sonhos aqui, que pode introduzir uma distinção entre sonhos em termos de sua natureza. Às vezes relatamos que tivemos um sonho que indica um evento futuro.

K: Isso é outra coisa.

A: Isso é totalmente diferente do que você está falando.

K: Senhor, acho que podemos entender isso muito facilmente. Sabe, outro dia, caminhamos bem para o alto das montanhas na Índia, e tinha um rio correndo lá embaixo. E dois barcos estavam vindo na direção oposta e você saberia onde eles iriam se encontrar. Quando você sobe o suficiente, você vê os barcos chegando juntos num ponto preciso.

A: Mas isso é muito objetivo. Isso não tem nada a ver com meu assunto subjetivo e inacabado.

K: Não.

A: Que é a outra coisa sobre a qual você estava falando.

K: Está certo.

A: Sim, vejo exatamente. Que coisa fascinante seria ter todos seus negócios feitos e ir dormir. E se a ordem presentearse você com...

K: Sim, senhor.

A: ...um entendimento..

K: Claro.

A: ...então o entendimento nunca para de acordar através do sono.

K: É isso.

A: Sim! Claro. Maravilhoso.

K: Então, veja, dessa forma o cérebro é regenerado, se mantém jovem. Sem conflito. Conflito desgasta o cérebro. Então, sono significa não somente ordem, rejuvenescimento, inocência, mas também, no sono, há estados nos quais há liberdade absoluta para investigar, para ver algo que você nunca viu antes com seus olhos físicos.

A: Sim.

K: Claro.

A: Sim.

K: Então, descrevemos isso suficientemente. Vejo isso. Então, a mente vive esse tipo de vida durante o dia?

A: Isso seria raro.

K: Caso contrário, não é meditação.

A: Claro, claro.

K: E eu não quero jogar um jogo hipócrita, porque não estou decepcionando ninguém. Estou decepcionando a mim mesmo e não quero me decepcionar. Não vejo o objetivo de me decepcionar, porque não quero ser um homem grandioso, um grande homem, sucesso. Isso é tudo infantil demais. Então, digo, estou vivendo isso? Se não, o que está acontecendo? E me dá energia viver dessa maneira, porque não tenho fardo dos outros. Não sei...

A: Isto é muito notável. Lembra-me de uma história que foi contada sobre um esgrimista e seus três filhos. E havia um velho, um velho esgrimista no velho Japão e ele queria passar a responsabilidade de sua arte para seus filhos. E ele pediu a cada um de seus filhos que viesse em seu quarto, e ele falaria com eles e decidiria.

K: Exato, exato.

A: Ele era um homem de conhecimento em termos de espada, mas também era um homem de entendimento. E sem que eles soubessem, colocou uma bola sobre a esquadria da porta, e quando entraram, eles, claro, nem a perceberam. O mais jovem foi chamado primeiro, e quando o mais jovem entrou, seu pai tinha dado um jeito para que a bola caísse, e a bola caiu, e o filho, em um segundo, cortou-a em dois com sua espada. E seu pai disse: "Por favor, espere no outro quarto". O segundo filho entrou, a bola caiu na sua cabeça, mas exatamente, quando ela tocou sua cabeça, ele a alcançou e a pegou em suas mãos, e o pai disse: "Por favor, espere no outro quarto". O filho mais velho entrou. Ele abriu a porta, e quando ele abriu a porta, ele alcançou a bola e a pegou. O pai chamou os filhos, e ele declarou ao filho mais jovem: "Muito brilhante. Você é mestre em técnica. Você não entende nada". Ele disse ao segundo filho: "Bem, você está quase lá. Simplesmente continue". E disse ao mais velho: "Agora você pode começar". E - imagine! É como a palavra "prajna", que significa "pra" - à frente, "jna" - saber, saber de antemão, - não de alguma previsão que fazemos, baseada no estudo de ratos no laboratório - mas entender é...

K: Sim, senhor.

A: ...à frente e atrás no movimento total daquele único ato. Oh sim, claro!

K: Então, eu vejo isto, porque não separo meditação da vida diária. Do contrário, ela não tem significado. Então, eu vejo a importância da ordem durante as horas de vigília. E portanto libertar o cérebro do conflito - tudo isso - durante o sono, de forma que haja total descanso para o cérebro. Isso é uma coisa. Então, o que é controle? Por que eu deveria controlar? Todos eles disseram controle. Todas religiões disseram controle. Controle. Não tenha desejo. Não pense sobre você. Entende? Tudo isso. Isto é o que eles dizem. Pergunto a mim: posso viver sem controle? Entende, senhor?

A: Ah, sim, sim. É preciso começar essa questão também bem do começo.

K: É o que estamos fazendo!

A: Sim. Minha afirmação é uma reflexão. Somente um espelho para isso, sim.

K: Sim. É possível viver sem controle? Porque o que é controle? E quem é o controlador? O controlador é o controlado. Quando digo: "Preciso controlar meu pensamento", o controlador é a criação do pensamento. E o pensamento controla o pensamento. Não tem sentido. Um fragmento controla outro fragmento e portanto permanece em fragmentos. Então, pergunto: existe uma maneira de viver sem controle? Portanto sem conflito. Portanto sem opostos. Nenhum desejo contra outro desejo. Um pensamento oposto a outro pensamento. Uma conquista oposta à outra conquista. Então, sem controle. Isso é possível? Porque preciso descobrir. Entende? Não é apenas fazer a pergunta, apenas deixando-a. Tenho energia agora, porque não estou mais carregando o fardo deles. Nem estou carregando meu próprio fardo. Porque o fardo deles é meu fardo. Quando eu descartei aquilo, descartei isto. Então eu tenho energia e pergunto: é possível viver sem

controle. E então, isto é uma tremenda coisa. Preciso descobrir. Porque as pessoas que têm controle, disseram que através do controle você chega ao Nirvana, céu. Para mim, isso é errado, totalmente absurdo. Então eu pergunto: posso viver uma vida de meditação, na qual não haja controle?

A: Quando a inteligência se libera, como observamos anteriormente, então vem a ordem e essa ordem...

K: Inteligência é ordem.

A: E inteligência é essa ordem. O ver é o fazer.

K: O fazer, sim.

A: Portanto não há conflito algum.

K: Portanto eu vivo uma vida - não apenas: é possível - eu a vivo? Tenho desejos: vejo um carro, uma mulher, uma casa, um lindo jardim, roupas bonitas - seja lá o que for - e instantaneamente todos os desejos surgem. E para não ter um conflito. E assim mesmo não se render. Se eu tiver dinheiro, vou e compro. O que é óbvio, mas não é resposta. Se não tenho dinheiro, digo: "Que pena que não tenho dinheiro, e terei, um dia, então voltarei e comprarei isto." É o mesmo problema. Mas o desejo surgiu. O ver, o contato, a sensação e o desejo. Agora, esse desejo está aí, e cortá-lo, é reprimi-lo. Controlá-lo é reprimi-lo. Submeter-se a ele é outra forma de fragmentar a vida em obter e perder. Então, permitir o desabrochar do desejo sem controle. Entende, senhor?

A: Sim, entendo.

K: Então, o próprio desabrochar é o fim desse desejo. Mas se você cortá-lo, ele voltará.

A: É a diferença entre um término e uma consumação.

K: Exato, sim. Então, permito que o desejo venha, floresça, observo-o. Observo-o, não me rendo ou resisto. Apenas deixo-o florescer. E ficar totalmente atento ao que está acontecendo. Então, não há controle.

A: E nenhuma desordem.

K: Não, claro. No momento que você controla, há desordem. Você está reprimindo ou aceitando, então há desordem. Mas quando você permite que a coisa floresça e a observa, observa-a no sentido de estar totalmente cômico dela, as pétalas, as formas sutis do desejo de possuir, não possuir, possuir é um prazer, não possuir é um prazer, a totalidade desse movimento do desejo.

A: Exatamente.

K: E você tem de ter uma vigilância muito sensível, muito sensível, um observar sem escolha.

A: Esta imagem a qual você se referiu metaforicamente com a própria planta, poderíamos segui-la em nossa próxima conversa através da continuação da preocupação de olhar mais a fundo na meditação?

K: Nós não... ..terminamos meditação.

A: Não, não terminamos.

K: Há muito mais envolvido.

A: Bom, bom.