

LA RICERCA DELLA FELICITA'

P.Krishna

Sapete...gli esseri umani, per migliaia di anni, hanno cercato di trovare la felicità.

Ma soltanto pochi, a quel che sembra, hanno trovato davvero una felicità durevole nella vita.

E quindi voglio chiedermi, qui, con voi, stasera, perché la maggioranza di noi non riesca a conseguire questo sentimento di gioia e di felicità.

Se ci guardiamo intorno vediamo che la gente si dà molto da fare per conseguire un obiettivo o un altro obiettivo, che ritengono possa dar loro la felicità.

Uno studente, per esempio, lavora molto per laurearsi, per conseguire il suo diploma pensando che questo gli possa dare la felicità; un uomo d'affari si darà da fare per far funzionare la sua impresa pensando che, una volta che questa si sarà affermata, lui potrà avere la felicità; l'impiegato di un ufficio avrà l'ambizione di far carriera, di diventare a sua volta un direttore: pensa che questo gli darà la felicità; un uomo di religione prende dei voti e segue delle pratiche pensando che per questa via la sua mente diventerà una mente religiosa e questo gli darà felicità; un docente universitario, un ricercatore, lavora sodo alla sua costruzione teorica per scrivere i suoi libri, pensando che una volta che avrà fatto questo allora sarà felice.

E il povero cerca di diventare ricco perché pensa che dopo, così, sarà felice.

A guardarle dall'esterno queste persone sembrano molto diverse l'una dall'altra...però hanno una cosa in comune; considerano la felicità un qualche cosa che sta là fuori, che sta nel futuro e che quindi deve essere raggiunto.

Ma se situiamo la felicità nel futuro allora questo vuol dire che non siamo felici nel momento presente e che vogliamo diventare felici nel futuro.

E quindi, nel momento presente, si agisce perché ci si trova in uno stato di insoddisfazione...per conseguire la soddisfazione, ritenendo che questa ci darà la felicità.

Ogni essere umano si ritrova su una linea di confine, un confine che separa le cose che gli danno piacere e a cui ha accesso da quelle invece a cui non ha accesso e che desidera.

Questa linea di confine è situata per ciascuno di noi in un posto diverso, però per tutti vale questo: ciascuno di noi ha alcune cose ma ce ne sono altre che invece non ha.

E quando dico: *"cose che si hanno e che non si hanno"* non mi riferisco soltanto a oggetti materiali ma anche a obiettivi di carattere spirituale.

Quindi questa è una cosa che hanno in comune tanto un povero dell'India che si dà da fare per riuscire a comprarsi una bicicletta quanto la regina d'Inghilterra che vuole invece procurarsi un'isola per sé.

Psicologicamente ci troviamo tutti nello stesso stato: inappagati con quello che c'è da questa parte della linea di confine, quel che si ha

e impegnati a spostare più in là questa linea di confine per avere di più.

E ci diamo da fare, ci diamo da fare per spostare questa linea sempre più in là e, quando siamo riusciti a spostarla, una parte delle cose che prima erano al di là, cose a cui prima non avevamo accesso, ora sono passate da questa parte della linea, ce le abbiamo!

Temporaneamente questo ci dà un senso di appagamento, di soddisfazione, perché abbiamo conseguito qualcosa di nuovo.

Però c'è sempre qualcosa d'altro che è al di fuori della nuova linea di confine.

Per cui si finisce con l'annoiarsi con quello che si ha in questo nuovo stato, così come ci si era annoiati con quello che si aveva prima.

Sorge quindi un nuovo desiderio per qualcosa che non abbiamo adesso; questo desiderio crea insoddisfazione e ci spinge a muoverci di nuovo per ottenere altre cose che non abbiamo ancora.

E la vita si svolge così, in questo circolo vizioso.

E credo sia stato Oscar Wilde a definire questa condizione umana con il suo stile umoristico: *"Ci sono due tragedie nella vita, due drammi che noi viviamo: uno, quello di non avere ciò che desideriamo; l'altro, di aver soddisfatto il nostro desiderio!"*

Quindi dobbiamo chiederci: come mai non siamo soddisfatti di quel che abbiamo ora e abbiamo sempre bisogno di cercare qualcosa di nuovo?

E se ci poniamo questa domanda ci accorgiamo che, siccome ci proiettiamo verso un nuovo desiderio per ottenere qualcosa che ancora non abbiamo, diventiamo insensibili, non percepiamo quello che invece abbiamo.

Quindi sono annoiato, sono insoddisfatto di ciò che ho perché non vi presto attenzione e concentro invece il mio sforzo su quello che non ho e cerco quel che non ho perché sono stufo, sono annoiato di quel che ho.

Perciò vedo questo circolo vizioso e mi chiedo: è possibile uscirne?

Mi chiedo se non si tratti di un'illusione quella che mi fa credere che la felicità è nel futuro.

Forse la felicità non consiste nello spostare più in là questa linea, proprio per questo circolo vizioso che ho appena descritto.

La felicità forse non si trova lì dove corre quella linea, ma forse dipende dal modo in cui noi guardiamo al di là di quella linea.

Così accade la prima volta che facciamo un giro in bicicletta: ci sembra una cosa meravigliosa...mentre, passati due o tre anni, la bicicletta è lì, messa da parte e al ragazzo non gliene importa più nulla.

Così un giovane che è innamorato di una ragazza le fa la corte, tutto il suo cuore è concentrato verso di lei, su di lei. Ma dopo che c'è stato il matrimonio, passati un paio d'anni, già guarda da un'altra parte!

Vediamo che questo accade con tutti i piaceri.

Ci diamo molto da fare per farci una casa sul mare, perché il mare è bellissimo...ma una volta che questa casa ce l'abbiamo e ci viviamo, dopo un po', il mare non ci interessa più.

La gente che vive sul mare vuole andare a vivere in città e quelli che vivono in città vogliono andare a vivere sulla riva del mare. E la stessa cosa vale per il matrimonio: l'uomo che non è sposato cerca moglie e chi invece lo è, vorrebbe uscirne.

E quindi mi chiedo se non è un gioco che noi tutti giochiamo e sembra un gioco senza fine.

Questo non ci porterà mai alla felicità perché rimaniamo sempre nello stesso stato, dal punto di vista psicologico, a parte quella soddisfazione temporanea che proviamo quando il nostro desiderio è stato raggiunto...ma quei momenti sono rari e molto distanziati tra di loro.

E questa non può essere la vita di gioia e di felicità di cui ci hanno parlato i saggi!

E quindi mi chiedo: forse il motivo è che sto guardando la vita da un punto di vista sbagliato? Forse la felicità non è situata nel futuro?

E se non sono felice oggi, non sarò felice l'anno prossimo, tra dieci anni per gli stessi motivi per cui non sono felice adesso.

Perché la felicità non sembra dipendere da quanto si possiede e di questo è facile accorgersi guardandosi intorno; vediamo subito che i ricchi non sono più felici dei poveri, sebbene i poveri abbiano molte meno cose.

E quindi mi chiedo: non è forse possibile prima essere felici e poi affrontare la vita?

Perché se il mio agire deriva dall'insoddisfazione, allora quella insoddisfazione distrugge la felicità e la felicità non sembra dipendere dalle circostanze.

Colui che ritiene che la felicità dipenda dalle circostanze, cerca allora di modificare le circostanze pensando che così sarà felice...se dico, per esempio, che sarò felice quando il tempo non sarà troppo caldo né troppo freddo o che sarò felice quando tutti mi lodano e nessuno mi critica...e quando mia moglie è sempre dolce e affettuosa con me e il mio capo ha molta stima di me, allora vi posso assicurare che si sarà felici molto raramente, perché le circostanze non saranno mai del tutto favorevoli.

Bisogna allora che mi chieda se è possibile conseguire la felicità indipendentemente dalle circostanze.

Il che non vuol dire che poi non debba affrontare le circostanze e le difficoltà della vita. Piuttosto le affronterò semplicemente senza questa sensazione che sarò felice solamente dopo che le avrò affrontate.

Forse è questo il significato dell'assenza dei desideri!

Dopo tutto ciascuno di noi ha un qualcosa che...possiamo fare due passi, fare una passeggiata e guardare la natura in tutta la sua bellezza...abbiamo le gioie dell'amicizia...le gioie più semplici della vita o anche le gioie più grandi...la gioia di vedere il sorriso di un bambino...la gioia di un tramonto o di una pianta in fiore...la gioia semplice di condurre la nostra vita quotidiana.

Perché abbiamo perduto queste sensazioni di gioia? Questo è il problema.

E siccome abbiamo perduto queste sensazioni, per questo motivo, siamo sempre a perseguire il piacere e, mentre il piacere può essere perseguito, dubito che possa essere perseguita la felicità.

Perché nel momento in cui mi pongo come obiettivo la felicità, vuol dire che non sono felice in questo momento...e fra il momento presente e il momento futuro le uniche differenze sono le circostanze le quali, lo abbiamo appena visto, non creano la felicità.

Quindi mi sembra che la felicità non è qualcosa che possa essere coscientemente perseguita, ma che si tratti piuttosto di un sottoprodotto della saggezza, la quale saggezza è la comprensione di tutto ciò nella vita.

La libertà dal desiderio non è l'assenza del desiderio...il desiderio è forse un qualcosa di naturale, come è naturale il piacere nella vita.

Dopotutto quando incontriamo un vecchio amico o guardiamo un albero molto bello, il nostro cuore si riempie di piacere...quindi il piacere fa

parte della vita e non si può eliminare il piacere dalla vita, sarebbe come essere morti.

Dopotutto noi abbiamo tante aspirazioni e queste aspirazioni sono desideri e se desidero andare a fare una passeggiata stasera, questo lo chiamereste un desiderio?

E che cosa c'è di male in questo? Non c'è nulla di male nell'avere un'aspirazione del genere.

Quindi, quand'è che un'aspirazione diventa un desiderio?

Secondo me l'unica differenza tra un'aspirazione e un desiderio è che per quest'ultimo noi insistiamo che venga soddisfatto e questa insistenza è l'attaccamento che proviene dall'io.

Laich ha espresso questo in modo poetico; ha detto: *"Colui che lega se stesso a una gioia, allora la vita alata lo distruggerà (chi si lega al desiderio sarà distrutto dalle ali della vita), ma chi bacia la gioia mentre essa vola vive nell'alba dell'eternità"*.

Il problema forse non è il piacere ma il nostro attaccamento al piacere, il nostro desiderio di vederlo ripetersi, di volerne sempre di più.

E quindi mi chiedo: è possibile avere esperienza del piacere durante la vita senza chiedere che si ripeta? E quindi senza una forma di dipendenza?

Questo richiede molta vigilanza e molta consapevolezza, in modo che non si formi nessun tipo di attaccamento perché, se ci riflettete, noterete che in ogni forma di dipendenza, che sia dall'alcool, che sia dal fumo, che sia anche dalla propria moglie, questa è una forma di dipendenza...e dove c'è dipendenza e attaccamento allora c'è anche la paura di perdere quel che si ha.

E quindi la libertà dalla paura non è possibile finché c'è l'attaccamento.

E' possibile nella nostra vita osservare il modo in cui ci mettiamo in relazione con le cose, senza che si formi alcuna sorta di attaccamento o di dipendenza?

Questo vuol dire che non ho bisogno di nulla, che non voglio nulla ma che, al tempo stesso, non ho nulla in contrario ad avere qualcosa.

Se la vita mi offre un certo piacere e io posso goderlo senza che questo comporti crudeltà o violenza, allora lo apprezzerò. E se si tratta di un qualcosa che non può essere ottenuto, semplicemente ci rinuncio...e quindi non c'è alcuna insistenza per avere qualcosa.

Forse questo è il vero significato della parola libertà, perché altrimenti, in sostanza, ci si rivolge alla vita con l'atteggiamento di un mendicante...il mendicante almeno è molto onesto, stende la mano e dice: *"Ho bisogno di soldi, per favore datemi dei soldi"*.

E allora dobbiamo chiederci se per caso non ci stiamo comportando come quel mendicante, soltanto che la nostra mano tesa non si vede!

Una volta la nostra mano tesa chiede apprezzamento, un'altra volta la nostra mano è tesa per chiedere piacere, un'altra volta si chiede sicurezza, un'altra chiede *"datemi soldi"*, un'altra chiede sesso...e vivo così la mia vita, tendendo la mano per tutte queste cose e quando qualcuno mette nella mia mano quello che chiedo, allora dico: *"Questo è un amico!"* e se qualcuno invece mi porta via qualcosa, allora lo considero un nemico.

E così il mondo si divide in amici, nemici ed estranei!

E finché noi abbiamo questo approccio nei confronti della vita, sarà mai possibile la fratellanza universale?

E questo è uno dei principi fondamentali della Società Teosofica: la fratellanza universale degli uomini!

E se l'altro essere umano è mio fratello, per lui potrò avere soltanto sentimenti di amicizia.

Finché mi comporto come un mendicante nei confronti della vita, avrò solo amici o nemici e quindi non saranno veri amici, saranno sostenitori...e questa non è vera amicizia.

Penso a quello che dice Kahlil Gibran nel suo libro *"Il Profeta"*: *"Fate che non vi sia alcun obiettivo nell'amicizia se non l'approfondimento dello spirito, perché l'amore non cerca altro che il dispiegamento del suo mistero. Quello invece non è amore ma una rete tesa nel mare. E quel che viene preso è quello che non dà alcun profitto, alcun vantaggio"*.

E quindi mi chiedo: è possibile non stendere mai la mano? Non vivere la vita con la mano tesa?

Perché allora vuol dire che non c'è nulla che io sto cercando nella vita, allora non cerco l'appagamento perché non sono soddisfatto, allora posso incontrare la vita con gioia e felicità e allora la mia gioia e la mia felicità non dipenderanno dalle circostanze.

Vorrei concludere questa conversazione con la seguente affermazione: *"La felicità non è qualcosa che possa essere perseguita e il perseguirla distrugge la felicità. Eppure è possibile essere felici nella vita"*.

Questo articolo è composto dal testo della conferenza che il prof. P. Krishna, Rettore della Krishnamurti Foundation di Rajghat, Varanasi, India, ha tenuto a Firenze il 24 maggio 1999.

La traduzione e la trascrizione da nastro sono state curate dal Gruppo Teosofico di Firenze.