


# *The book of life*



EEN INLEIDING IN HET  
LEVEN EN WERK VAN  
J. KRISHNAMURTI

DOOR JAVIER GÓMEZ RODRÍGUEZ

*Copyright © 2018 Javier Gómez Rodríguez*  
*Omslag: Andrea Boniforti*

Met steun van Stichting Krishnamurti Nederland  
[www.krishnamurti.nl](http://www.krishnamurti.nl)

# **The Book of Life**

**Een inleiding in het leven en werk van J. Krishnamurti  
door  
Javier Gómez Rodríguez**

---

## **Inleiding**

Deze inleiding neemt ons mee op reis door het leven en werk van J. Krishnamurti (1895-1986), een van de grootste leraren en denkers van alle tijden. Tijdens deze reis zullen we het weidse en diepe panorama van de menselijke conditie onderzoeken. De titel *The Book of Life* komt van een metafoor die Krishnamurti (K) gebruikte om zowel zijn levenswerk als onze taak te beschrijven; namelijk het verhaal over onszelf te leren lezen, een verhaal dat ook het boek van de mensheid is.

“Uit boeken leren is belangrijk, maar veel belangrijker is het te leren uit het boek met het verhaal van jezelf, want jij bent de hele mensheid. Dat boek lezen is de kunst van het leren. Het is er allemaal: de instituten, met hun druk, de religieuze voorschriften en leerstellingen, hun wreedheid en hun heilige overtuigingen. De maatschappelijke structuur van alle samenlevingen wordt gevormd door de relatie tussen mensen, met hun hebzucht, hun ambities, hun gewelddadigheid, hun genoegens, hun ongerustheden. Het is er allemaal, als je weet hoe je moet kijken. Het boek is niet daarbuiten of weggestopt in jezelf, het is overal om je heen, jij maakt deel uit van dat boek. Het boek vertelt je het verhaal van de mens en het is te lezen in je relaties, in je reacties, in je ideeën en maatstaven. Het boek is de kern zelf van je wezen en leren is dat boek met grote aandacht lezen. Het boek vertelt je het verhaal van het verleden, van hoe het verleden je geest, je gevoelens en je zintuigen vormt. Het verleden bepaalt de vorm van het heden, het past zich aan overeenkomstig de uitdaging van het moment. En in dat eindeloze proces van tijd zit de mens gevangen. Dat is de geconditioneerdheid

van de mens. Die geconditioneerdheid is de eindeloze last van de mens, van jou en je broer.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen, pp. 120-121*

Het werk van K is zeker geen systeem van ideeën of esoterische levensbeschouwing uit het Oosten. Integendeel, het is bedoeld als een spiegel van waarheid die eenieder van ons voor zichzelf kan gebruiken. Het spiegelen van onszelf zal het doel zijn van deze cursus. Hierdoor kunnen we onszelf zien en begrijpen zoals we in werkelijkheid zijn en op die manier daadwerkelijk verantwoordelijkheid voor het leven op ons nemen.

Het is zeker niet de intentie van K dat zijn werk gezien wordt als iets dat voor zoete koek moet worden aangenomen. Nee, het gaat er om dat de onderwerpen die in dit werk naar voren komen, worden bevraagd, onderzocht en getest in het leven van alledag. Deze cursus is daarom een onderzoek naar de actualiteit, de uitdagingen en fundamentele vragen waarmee wij als mens op allerlei gebieden worden geconfronteerd; bijvoorbeeld van onze relatie met betrekking tot de maatschappij, haar normen en waarden tot de aard en structuur van het menselijk bewustzijn; van onze egocentrische manier van leven tot de ware betekenis van samenwerking en liefde; van de wereldse strijd om iets anders te worden tot het immanente gevoel een levend mens te zijn.

Als onderdeel van het proces van zelfopvoeding en leren is het de bedoeling dat deelnemers gedurende de cursus een logboek bijhouden zodat ieder voor zich een direct verband legt tussen de thema's waarover wordt gediscussieerd en de dingen die in het eigen leven plaatsvinden (zie bijlage A).

Daarnaast wordt het aanbevolen dat deelnemers de meditatie verkennen die door K wordt voorgesteld aan de studenten in zijn scholen (zie bijlage B).

## **Programma en inhoud**

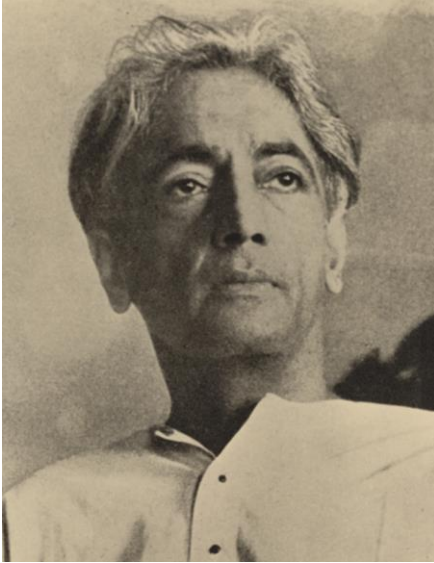
Deze inleiding bestaat uit een serie van 10 tweewekelijkse bijeenkomsten gerangschikt naar de volgende thematische hoofdstukken en data:

- Hoofdstuk 1: K's biografie en leringen.
- Hoofdstuk 2: De kunst van het leven.
- Hoofdstuk 3: De aard en oorzaken van conflict.
- Hoofdstuk 4: Leven, relatie en actie.
- Hoofdstuk 5: Conditionering en vrijheid.
- Hoofdstuk 6: De aard en inhoud van het bewustzijn.
- Hoofdstuk 7: Denken, tijd en zelf.
- Hoofdstuk 8: Zijn en worden; het einde van psychologische tijd.
- Hoofdstuk 9: Meditatie en de religieuze geest.
- Hoofdstuk 10: De diepere dimensie.

Omdat het de bedoeling is dat we het 'boek van onszelf' lezen, zullen de bijeenkomsten zo interactief mogelijk zijn. We beginnen met een presentatie in het Engels, gevolgd door een dialoog in het Nederlands. Een videoclip van Krishnamurti over het thema is een vast onderdeel van de presentatie. Ter voorbereiding van elke bijeenkomst ontvangen de deelnemers een aantal stukken over het thema alsmede een samenvatting van de belangrijkste punten. Dat materiaal zal hoofdzakelijk in het Engels zijn.

## Hoofdstuk I: K's biografie en leringen

Onze reis begint met het bespreken van Krishnamurti's levensloop en het uitdiepen van twee van zijn belangrijkste verklaringen: 'De waarheid is een land zonder paden' (1929) en 'De kern van Krishnamurti's leringen' (1980).



Jiddu Krishnamurti (1895-1986) wordt gezien als een van de grootste religieuze leraren (dan wel filosofen) van alle tijden. Hij is een geboren brahmaan uit Centraal India. Later werd hij geadopteerd door theosofen die hem identificeerden als het voertuig van wijsheid in onze tijd. Direct na deze ontdekking werd er een organisatie rondom hem opgebouwd: 'De Orde van de Ster uit het Oosten'. Deze organisatie had tot doel de weg voor te bereiden voor het manifesteren van de Wereldleraar. Het hoofdkwartier

van de organisatie werd gevestigd op Kasteel Eerde in Ommen (NL). Hier werden bijeenkomsten (Sterkampen) gehouden van 1924 tot 1938. Op 3 augustus 1929 ontbond K de voor hem opgerichte Orde en maakte daarbij bekend dat waarheid een land zonder paden is.

De kern van Krishnamurti's leringen is te vinden in de verklaring die hij in 1929 aflegde, toen hij zei:

“Waarheid is een land zonder paden. De mens kan haar door geen enkele organisatie benaderen, door geen enkel geloof, door geen enkel dogma, priester of ritueel, niet door welke filosofische kennis of psychologische techniek dan ook. Hij dient haar te vinden door middel van de spiegel van relaties, door inzicht in de inhoud van

zijn eigen geest, door observatie en niet door middel van intellectuele analyse of introspectieve ontleding.”<sup>1</sup>

K wees alle autoriteit af en wenste dan ook geen volgelingen; waarheid kan volgens hem niet door een ander aan wie dan ook worden doorgegeven. Het was zijn hartstochtelijke intentie om de mens onvoorwaardelijk vrij te maken. Zijn toespraken weerspiegelen een diepe betrokkenheid met de actuele toestand waarin de mensheid verkeert; ze zijn bedoeld om licht te werpen op de factoren die conflict en lijden in de wereld veroorzaken. Voor K is de essentiële factor van het menselijk lijden de egocentrische beweging van het menselijk bewustzijn. Het vrij zijn van deze op zichzelf gerichtheid maakt een toestand mogelijk waaruit een zeker gevoel van harmonie ontstaat waardoor onze relaties en de samenleving als geheel een transformatie ondergaan. Voor K was dit de fundamentele taak van de mensheid: de enige revolutie die in staat is een waarheidslievende cultuur en een vredige wereld tot stand te brengen. En hij stelt dat iedereen daar zelf direct voor verantwoordelijk is, want zoals we zelf zijn, zo is de wereld.

Zijn toespraken zijn een uitnodiging om deze reis van zelf-ontdekking te ondernemen en een licht voor jezelf te zijn, want in dit licht ligt de tijdloze bron van morele wetten.

“Men moet een licht zijn voor zichzelf: dit licht is de wet. Er is geen andere wet. Alle andere wetten zijn geschapen door het denken en daardoor fragmentarisch en tegenstrijdig. Een licht voor jezelf zijn is niet het licht van een ander volgen, hoe redelijk, logisch, historisch en overtuigend dit ook mag zijn. Je kunt geen licht voor jezelf zijn als je in de duistere schaduw leeft van autoriteit, van dogma's en van meningen. Moraliteit is niet het product van denken; het is niet het resultaat van uitwendige druk. Het heeft niets van gisteren of traditie in zich. Moraliteit is het kind van liefde en liefde is geen verlangen en plezier.”

- *Krishnamurti's Journal*, p. 35

---

<sup>1</sup> Zie bijlage C voor de volledige tekst

## Hoofdstuk II: De kunst van het leven

Het boek van onszelf lezen vereist dat we in rechtstreeks contact staan met de feiten, met dat wat is. Om dit boek te lezen stelt K voor dat we meester moeten worden in de kunst van het zien, in de kunst van het luisteren en in de kunst van het leren. Dit betekent observeren zonder vervorming of interpretatie van wat er wordt geobserveerd; dit impliceert tevens dat onze meningen, vooringenomenheden en overtuigingen niet interveniëren met de observatie. Er is niet iemand die de observatie censureert door zich te identificeren met dat wat waargenomen wordt of door dat af te wijzen. Er is alleen observatie zonder de schaduw van het verleden, zodat er geen afstand is tussen degene die observeert en dat wat wordt geobserveerd, tussen de lezer en de tekst. K ziet in deze non-dualiteit de sleutel tot de oplossing van alle psychologische fragmentatie en relationele problemen. Daarom plaatst K 'keuzevrije waarneming' aan het begin van de reis van zelfontdekking. De bron van de vrijheid en heelheid die hij tot stand wilde brengen, ligt in de kunst van het zien, luisteren, leren. Dit is de sleutel tot een alertheid en aandacht die volledig vrij is van het verleden.

“Het is heel belangrijk om te begrijpen dat het zien zelf de enige waarheid is; er is niet iets anders. Als ik weet hoe je een boom, een vogel, een mooi gezicht, of de glimlach van een kind ziet - dan is dat de waarheid, je hoeft dan niet meer iets extra's te doen. Maar dat zien van de vogel, van het blad, het luisteren naar het geluid van de vogels, wordt bijna onmogelijk vanwege het beeld dat men ervan heeft opgebouwd, niet alleen over de natuur, maar ook over andere mensen. En deze beelden voorkomen daadwerkelijk dat we werkelijk zien en voelen; voelen dat totaal verschilt van sentimentaliteit en emotie.”

- *The Awakening of Intelligence*, p. 188.

“Aandacht is een vreemde zaak. We kijken bijna alleen maar door een zeef van woorden, verklaringen en vooroordelen; we luisteren eigenlijk nooit anders dan door oordelen, vergelijkingen en herinneringen. Het benoemen van de bloem, of van de vogel, is in wezen een afleiding. De geest is nooit stil om te kijken of te luisteren. Op het moment dat het kijkt, is het rusteloos bezig; tijdens



het luisteren is er al een interpretatie, een herinnering, een plezier, waardoor aandacht in feite wordt ontkend. De geest kan geabsorbeerd zijn door iets dat het ziet of waarnaar het luistert zoals een kind door speelgoed. Dit is echter geen aandacht. Ook is concentratie geen echte aandacht, want bij concentratie is er sprake van uitsluiting en weerstand. Er is alleen aandacht wanneer de geest niet wordt geabsorbeerd door een of ander idee of object. Aandacht is in zichzelf het goede.”

- *Commentaries on Living, 3<sup>rd</sup> Series, p. 261*

Leven is het aangaan van relaties en een relatie aangaan is communicatie; en dat houdt in: het samen delen van dezelfde waarneming en betekenis op hetzelfde moment en met dezelfde intensiteit. Dat is de kunst van de dialoog en het samen denken. Het is noodzakelijk om deze kunst opnieuw te ontdekken vanwege de dwingende globale uitdagingen waaraan de mensheid niet kan ontkomen. Want zonder deze kwaliteit van communicatie, die liefde inhoudt, is er geen samenwerking.

“We moeten in staat zijn om samen te denken. Onze vooroordelen, onze idealen, en ga zo maar door beperken echter de capaciteit en de energie die nodig is om te denken, om waar te nemen en om samen te onderzoeken en op die manier al doende zelf te ontdekken wat de werkelijke oorzaak is achter alle verwarring, ellende, terreur, vernietiging en het enorme geweld dat in de wereld plaatsvindt. Het gaat niet alleen om de uiterlijke gebeurtenissen, maar ook om de diepte en de betekenis van dit alles te begrijpen. We moeten dan ook in staat zijn om samen te observeren – niet dat jij iets op een bepaalde manier ziet en ik op een geheel andere manier, maar samen hetzelfde waar te nemen. Die waarneming, dat onderzoek wordt verhinderd als we vasthouden aan onze vooroordelen, eigen ervaringen en begrip. Samen denken is enorm belangrijk, omdat we in een wereld leven die snel uiteenvalt, degenereert; een wereld waarin geen gevoel voor moraal is, waar niets heilig is, waar niemand respect voor elkaar heeft.”

- *The Network of Thought, p. 1*

### **Hoofdstuk III: De aard en oorzaken van conflict**

In dit gedeelte gaat het over conflicten en de daarbij behorende oorzaken. Ook gaat het over de eeuwige vraag van geweld en vrede. Wat in de wereld gebeurt en ook in onze directe omgeving laat zien dat er aanhoudende en overal aanwezige tegenstrijdigheid, ordeloosheid en conflict bestaat tussen mensen, ook in hun relatie met de natuur. Geweld en het onnoemelijke leed dat hierdoor ontstaat, is het kenmerk van onze geschiedenis. Voor generatie na generatie is dit altijd zo geweest. K heeft eens gezegd: *“Ik denk dat er in wezen twee fundamentele problemen bestaan, geweld en leed, verdriet. Als we deze problemen niet oplossen en achter ons laten, dan hebben al onze pogingen daartoe, al onze voortdurende inspanningen en strijd weinig betekenis”*. (Talks in Europe 1967, p.8).

K zag verdeeldheid als de oorsprong van conflict: *“Waar verdeeldheid heerst, moet conflict bestaan, dat is een wet.”* (Truth and Actuality, Pt.II, CH.4). K hield staande dat orde op een natuurlijke manier ontstaat door een diep begrip van de aard van ordeloosheid. Onze eerste en belangrijkste verantwoordelijkheid is dan ook om tot een diepgaand begrip te komen van die toestand van universele ordeloosheid.

“Overall op de wereld raken mensen, in meerdere of mindere mate, in verval. Als genoegens, persoonlijke of collectieve, in het leven van overheersend belang worden – de genoegens van de seks, het genoegens van je eigen wil laten gelden, de genoegens van de spanning, de genoegens van het eigenbelang, de genoegens van macht en status, de aanhoudende behoefte je eigen genoegens tot vervulling te laten komen – dan is er verval. Als de relaties tussen mensen oppervlakkig worden en op de genoegens gebaseerd zijn, dan is er verval. Als het verantwoordelijk zijn volledig zijn betekenis verloren heeft, als er geen zorg is voor elkaar of voor de aarde of voor alles in de zee, dan is die veronachtzaming van hemel en aarde ook een vorm van verval. Als er op hoge posities schijnheiligheid heerst, als er in de handel oneerlijkheid is, als leugens deel uitmaken van onze dagelijkse gesprekken, als we geconfronteerd worden met de tirannie van de minderheid, als alleen *dingen* nog van overheersend belang zijn, is dat een verraad ten opzichte van heel het leven. Dan wordt elkaar doden de enige taal in

het leven. Als liefde beschouwd wordt als een genoegen heeft de mens zich afgesloten van de schoonheid en van de heiligheid van het leven.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen, pp. 130-131.*

Volgens K zijn tegenstrijdigheid en ordeloosheid onvermijdelijk zolang er egoïsme bestaat. Zo'n egocentrische houding is zichtbaar door de identificatie met een bijzondere groep of traditie. Dit creëert verdeeldheid en daardoor conflict met andere tradities en groeperingen. Een andere factor van verdeeldheid en conflict is autoriteit.

“Volgen van gezag is de ontkenning van intelligentie. Gezag aanvaarden, is zich onderwerpen aan overheersing, zichzelf onder het juk brengen van een individu, van een groep, of van een ideologie, hetzij godsdienstig of politiek; en deze onderwerping van zichzelf aan het gezag, is de ontkenning niet alleen van intelligentie, doch ook van individuele vrijheid.”

- *Education and the Significance of Life, p. 60.*

“Traditie is erg sterk, sterker dan liefde. De traditie van oorlog is sterker dan liefde; de traditie van het doden om te eten en het doden van de zogenaamde vijand is een ontkenning van menselijke tederheid en genegenheid; de tradities van de armen en de rijken houden hen van elkaar gescheiden; elk beroep heeft zijn eigen traditie, zijn eigen elite, en dat veroorzaakt afgunst en vijandigheid. De traditionele ceremoniën op plaatsen waar, over de hele wereld, erediensden worden gehouden, hebben de mensen van elkaar gescheiden, en die woorden en gebaren hebben geen enkele betekenis. Al zijn er duizenden dagen van vroeger die mooi en waardevol waren, ze zijn een ontkenning van liefde.”

- *Krishnamurti's Journal, p. 48*

“De meeste mensen zijn zelfzuchtig. Ze zijn zich niet bewust van hun eigen zelfzucht, het is hun manier van leven. En als je beseft dat je zelfzuchtig bent, verberg je dat zorgvuldig en voeg je je naar het patroon van de samenleving, dat in wezen zelfzuchtig is. De zelfzuchtige geest is heel sluw. Óf hij is brutaal en openlijk zelfzuchtig, óf hij neemt vele vormen aan. Als je een politicus bent

streeft de zelfzucht naar macht, status en populariteit; ze vereenzelvt zich met een idee, met een opdracht, alles voor het algemeen welzijn. Als je een tiran bent komt ze tot uitdrukking in wrede overheersing. Als je religieuze neigingen hebt neemt ze de vorm aan van een of ander geloof of dogma. Ze komt ook tot uitdrukking in het gezin: de vader brengt zijn eigen zelfzucht tot uiting in de manier waarop hij leeft en de moeder doet dat ook.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen, p. 96*

Het vraagstuk van geweld houdt ons al sinds mensenheugenis bezig en we lijken niet in staat om geweld tot een einde te brengen, niet in ons innerlijk en ook niet in onze uiterlijke omstandigheden, nationaal of internationaal. Het geweld neemt vele vormen aan en kent talloze oorzaken. De oorsprong hiervan ligt misschien in onze dierlijke achtergrond, maar ook is het een deel geworden van onze sociale en psychologische organisatie. Volgens K is de hoofdoorzaak van geweld de behoefte aan psychologische zekerheid.

“De voornaamste oorzaak van de gewelddadigheid is, denk ik, dat ieder van ons innerlijk, psychisch, naar veiligheid streeft. In ieder van ons roept de behoefte aan psychische veiligheid – dat innerlijke gevoel van veilig zijn – de vraag, de uitgesproken vraag naar veiligheid wakker. Ieder van ons wil innerlijk veilig zijn, zekerheid hebben. Daarom hebben we die hele huwelijkswetgeving, waardoor we een man of een vrouw kunnen bezitten en zeker van onze relatie kunnen zijn. Als die relatie wordt aangevallen worden we gewelddadig, dat is de psychische behoefte, de innerlijke behoefte om in alle opzichten zeker van onze relatie te kunnen zijn. Maar er bestaat niet zoiets als zekerheid, veiligheid, in welke relatie dan ook. Innerlijk, psychisch, zouden we graag veilig willen zijn, maar er is niet zoiets als permanente veiligheid.”

- *The Collected Works, Vol. XVII, p. 256.*

“Vrede kan niet worden bereikt door lapwerk-hervorming, noch door louter herschikking van oude denkbeelden en bijgeloven. Slechts dán kan er vrede zijn, wanneer wij begrijpen, wat verder dan het oppervlakkige ligt, en daarbij die golf van vernieling tegenhouden, welke is ontketend door onze eigen strijdlust en

angsten. Slechts dán zal er hoop zijn voor onze kinderen en redding voor de wereld.”

- *Education and the Significance of Life*, p. 84.

#### **Hoofdstuk IV: Leven, relatie en actie**

Dat het leven relatie is, is een van K's fundamentele uitspraken. Zulk een relatie is universeel en beslaat ieder aspect van ons zijn. Relatie heeft niet alleen betrekking op mensen maar betreft ook dingen, natuur en ideeën. De kwaliteit van relaties is daarom het belangrijkste omdat we door onze relaties onze samenleving vormgeven en aldus ons leven. Relatie zoals we die kennen met een heel scala aan fricties en conflicten, met z'n momenten van troost, affectie en kameraadschap, is een enorme uitdaging en vereist de hoogste vorm van sensitiviteit. De oorzaken van conflict in relaties ontstaan door het opbouwen van beelden en hun opvolgende tegenstrijdige bewegingen van afhankelijkheid en verwijdering. K beweert dat we geen apart levende individuen zijn, omdat de structuur van ons bewustzijn hetzelfde is en dat we daardoor dezelfde ervaringsprocessen meemaken. Hij vat dit samen in de uitdrukking: "*Jij bent de wereld en de wereld ben jij*". Die volledige overeenkomst van het zelf met de wereld is de basis van compassie en totale verantwoordelijkheid.

“Bestaan is in relatie staan, er is niet zoiets als in afzondering leven. Het ontbreken van goede relaties leidt tot conflicten, ellende en strijd; hoe klein onze wereld ook mag zijn, als we onze relatie tot die beperkte wereld radicaal kunnen veranderen zal dat als een zich steeds verder verbreedende vloedgolf zijn. Ik denk dat het belangrijk is in te zien dat we in relatie staan tot de wereld, in hoe beperkte mate misschien ook, en als we daar een radicale verandering in tot stand kunnen brengen, niet een oppervlakkige verandering, maar een radicale, dan zullen we daadwerkelijk de wereld beginnen te veranderen. Een echte revolutie vindt niet plaats volgens een bepaald plan, van links of van rechts, maar is een revolutie van waarden, een revolutie die van met de zintuigen waar te nemen waarden overgaat op de waarden die niet zintuiglijk waar te nemen zijn en niet door beïnvloeding van buitenaf tot stand komen. Om die echte waarden te kunnen ontdekken, die een radicale revolutie

teweeg zullen brengen, een omwenteling, een geestelijke hergeboorte, is het van essentieel belang jezelf te kennen. Met zelfkennis begint de wijsheid en daarmee ook die totale omwenteling, die geestelijke hergeboorte.”

- *Vrijheid van het bekende, p. 38.*

De vraag wat liefde is, staat centraal als je relaties wilt begrijpen. K benadert de vraag wat liefde is langs de weg van de ontkenning. Uit de ontkenning van wat geen liefde is komen liefde en mededogen tevoorschijn. Hij onderzoekt dus zaken als gehechtheid en de zoektocht naar veiligheid, wat geen liefde is, zodat liefde kan verrijzen uit de as van haar ontkenning.

“In de ontkenning van wat liefde niet is, is liefde. Wees niet bang voor het woord ontkenning. Ontken alles wat geen liefde is, wat dan overblijft, is mededogen. Wat je bent, is geweldig belangrijk; want jij bent de wereld en de wereld dat ben jij. Dit is mededogen, compassie.”

- *Krishnamurti's Journal, p. 70.*

“Al wat we bezitten, dat zijn we zelf, we zijn datgene waaraan we gehecht zijn. Gehechtheid is niet edel of nobel. Gehechtheid aan kennis verschilt niet van andere vormen van bevredigende verslaving. Gehechtheid is in jezelf geabsorbeerd zijn, ongeacht of zich dat op het laagste of op het hoogste niveau afspeelt. Gehechtheid is zelfbedrog, het is een vlucht uit de holheid van het 'zelf'. De dingen waaraan we gehecht zijn - bezittingen, mensen, of denkbeelden - krijgen een allesoverheersend belang, omdat het 'zelf' zonder het vele dat zijn leegheid opvult niet bestaat. De angst voor het niet-bestaan doet bezitten; bovendien is angst een kweekplaats voor illusies, voor het verslaafd zijn aan conclusies.”

- *Commentaar op het leven I, p. 135.*

“We zien dat de geest altijd om zekerheid vraagt, om veiligheid, om houvast. Een geest die zeker en veilig is, is een kleinburgerlijke geest, een flutgeest. En toch willen we dat allemaal, volkomen veilig zijn. Maar psychische veiligheid bestaat niet. Kijk eens hoe het in de buitenwereld toegaat – het is echt interessant om dat te zien – ieder

mens wil veilig, zeker, zijn; terwijl hij in de psychische sfeer alles doet wat zijn eigen ondergang veroorzaakt, dat kan je zelf zien. Zolang er nationaliteiten bestaan, met hun eigen soevereine regering, hun leger en hun vloot, enzovoort, moet er oorlog zijn. En toch zijn we er psychisch toe geconditioneerd te accepteren dat we tot een bepaalde groepering, een bepaalde natie behoren en dat we een bepaalde ideologie of godsdienst aanhangen.”

- *De wereld dat ben jij, p. 78.*

Mededogen ontstaat uit het waarnemen van de waarheid dat psychologisch gezien wij de wereld zijn en de wereld zijn wij. Dit betekent dat we volledig met elkaar verbonden zijn en daarom volledig verantwoordelijk.

“Als mens ben je, psychologisch gezien, de hele mensheid. Je vertegenwoordigt die niet alleen, maar je bent het geheel van het menselijk ras. Je bent in wezen de hele psyche van de mensheid. Op die realiteit hebben diverse culturen het waandenkbeeld geplakt dat ieder menselijk wezen verschilt van de andere. Dat waandenkbeeld houdt de mensheid al eeuwenlang gevangen en daardoor is het een realiteit geworden. Als je heel je eigen psychologische structuur van nabij bekijkt, zal je ontdekken dat de hele mensheid in verschillende gradaties net zo lijdt als jij. Als jij eenzaam bent – de hele wereld kent die eenzaamheid. Geweldheid, jaloersheid, afgunst en angst – iedereen kent dat. Dus, psychologisch, innerlijk, ben je net als alle andere mensen. Er kunnen wel fysieke, biologische verschillen zijn – je bent lang of je bent klein, enzovoort – maar in de grond van zaak vertegenwoordig je de hele mensheid.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen, pg. 33.*

## **Hoofdstuk V: Conditionering en vrijheid**

K zag het lezen van het boek van het leven als een beweging van het uiterlijke naar het innerlijke. Leren om objectief de uiterlijke relatievormen in de maatschappij waar te nemen was voor hem essentieel om het innerlijke met dezelfde objectiviteit te kunnen benaderen. “*Je kunt de innerlijke wereld niet begrijpen zonder de uiterlijke wereld te begrijpen, dus zonder de maatschappij te begrijpen*

*die uit relaties bestaat. De relatie tussen twee mensen is de maatschappij. Als je het uiterlijke proces van het leven niet begrijpt, kan je het innerlijke proces ook niet begrijpen. Ze zijn met elkaar verbonden; het is als de getijden, als eb en vloed.” (The Collected Works XII, p. 128)*

Het onderzoek is dus een beweging van het uiterlijke verschijnsel naar de onderliggende psychologische structuur. Een van de kwesties die zich tijdens dit onderzoek voordoet is de tegenstelling tussen conditionering en vrijheid.

“Belangrijk is het om te onderzoeken waarom de geest na zovele miljoenen jaren nog altijd zwaar geconditioneerd blijft. Dat is de gevangenis waarin hij zijn leven slijt. De geest is geconditioneerd door de maatschappij met zijn culturen, wetten, religieuze sancties, economische druk, enzovoort. De geest is tenslotte het resultaat van het verleden en dat verleden is de traditie. Hij leeft binnen die traditie, met al de daaraan verbonden strijd, oorlogen en kwellingen. We moeten de vraag stellen of hij vrij kan zijn van zijn eigen geconditioneerdheid. Sommigen hebben gezegd dat hij altijd geconditioneerd zal moeten blijven en nooit vrij zal kunnen zijn en anderen hebben gezegd dat dit vrij zijn van conditionering nooit hier te vinden zal zijn, maar alleen in een of andere toekomstige hemel of aan het eind van een langdurige zelfopoffering en discipline in een programma van nog verdergaande aanpassing aan een patroon van zogenaamd religieuze praktijken. Zonder vrijheid van conditionering zal de mensheid altijd een gevangene blijven en zal het leven een slagveld blijven.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen, p. 245.*

“De vrijheid is buiten de muren, buiten het maatschappelijk patroon, maar om vrij te zijn van dat patroon moet je inzien wat het helemaal inhoudt. Dat wil zeggen, je moet inzicht hebben in je eigen geest. De geest heeft de huidige beschaving voortgebracht, deze door tradities gebonden cultuur of samenleving. En zonder inzicht in je eigen geest betekent het erg weinig als je louter als communist, als socialist of als dit of dat in opstand komt. Daarom is het heel belangrijk om zelfkennis te hebben, je bewust te zijn van al je



activiteiten, van je gedachten en je gevoelens. En dat is opvoeding, nietwaar?”

- *Denk daar maar eens over na, p. 103.*

## **Hoofdstuk VI: Het aard en inhoud van het bewustzijn**

Het begrijpen van het bewustzijn is de sleutel tot zelfkennis, tot het lezen van het boek over jezelf. Voor K bestaat het bewustzijn uit zijn inhoud en die hebben alle mensen gemeenschappelijk. Een belangrijk onderdeel van de inhoud en structuur van het bewustzijn is het proces van verlangen, met de drie voornaamste vertakkingen, namelijk genot, pijn en angst. Dit emotionele proces is een van de hoofdfactoren van de psychologische conditionering die ons leven en onze relaties bepaalt. K definieerde verlangen als een zintuiglijke gewaarwording plus de gedachte: het denken vormt een beeld van de gewaarwording en jaagt die gewaarwording na via het beeld. Dat is de weg van het genot, en die gaat samen met pijn en angst. Angst wordt veroorzaakt door de gedachte aan de toekomst en is daarom nauw verbonden met tijd. Voor K zijn tijd en denken de factoren die angst teweegbrengen. Om angst te begrijpen moet je dus tijd begrijpen en de relatie hiervan met denken. Juist in deze relatie zijn de wortels van psychologisch genot, angst en leed te vinden.

“Het bewustzijn wordt gevormd door de inhoud ervan en de inhoud is wat je gelooft, je bijgeloof, ambities, hebzucht, wedijver, gehechtheid, leed, de diepe eenzaamheid, de goden, de rituelen – dat zit allemaal in je bewustzijn, en dat bewustzijn ben je zelf. Maar dat bewustzijn is niet van jou, het is het bewustzijn van de mensheid. Jij bent de wereld en de wereld ben jij. Je bent je bewustzijn met de inhoud ervan. Die inhoud is de grondslag waarop de hele mensheid rust. Daarom ben je psychologisch, innerlijk niet een individu. Je uiterlijke vorm mag dan wel verschillen van een ander, geel, bruin, zwart, lang of kort, vrouw of man, maar innerlijk, diep van binnen zijn we hetzelfde – misschien met wat variaties, maar de overeenkomst is als een snoer dat de parels bijeen houdt.”

- *The Flame of Attention, pp. 59-60*

“Op een uitdaging volgt onmiddellijk een zintuiglijke reactie. Die reactie is heel natuurlijk en wordt niet beheerst door het denken of door begeerte. Ons probleem begint als die zintuiglijke reacties het gebied van de psyche binnengaan. De uitdaging kan een vrouw zijn of een man, of iets prettigs, iets appetijtelijks, of een mooie tuin. De reactie daarop is zintuiglijk en als die zintuiglijke reactie het gebied van de psyche binnengaat begint de begeerte en streeft het denken, met zijn beeldvorming, ernaar die begeerte te bevredigen.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen*, p. 86.

“De mens is gevormd door plezier, en alle bestaan, religieus of anderszins, is het nastreven van ervan. Het enorm belangrijk vinden het hebben van genot is het resultaat van morele en intellectuele conformiteit. Wanneer de geest niet vrij en aandachtig is, dan wordt sensualiteit een factor van corruptie. Dit is wat gaande is in de moderne wereld. Plezier in geld en seks domineren. Wanneer de mens een tweedehands mens is geworden, dan is de expressie van sensualiteit zijn enige vrijheid. Dan is liefde genot en verlangen. Georganiseerde activiteiten op het gebied van entertainment, religieuze of commerciële, doen sociale en persoonlijke immoraliteit ontstaan; men houdt op verantwoordelijk te zijn. Volledig reageren op welke uitdaging dan ook is verantwoordelijk zijn, volledig toegewijd zijn. Dit kan niet bestaan als het denken fragmentarisch functioneert en het nastreven van plezier, in al zijn voor de hand liggende en subtiele vormen, de belangrijkste beweging van het bestaan is.”

- *Krishnamurti's Journal*, p. 68.

“Angst veroorzaakt uitzonderlijke dingen bij de meesten van ons. Angst roept allerlei illusies en problemen op. Zolang we ons niet grondig in de angst verdiepen en hem echt begrijpen zal hij de dingen die we doen altijd verkeerd laten lijken en zal hij ons leven op dwaalwegen sturen. Angst werpt barrières tussen mensen op en maakt beslist een einde aan de liefde. Dus hoe meer we ons in de angst verdiepen, hem begrijpen en er echt vrij van zijn, des te intenser zal ons contact zijn met alles om ons heen. Zoals het nu is hebben we maar heel weinig contacten met het leven die van vitaal belang zijn, nietwaar? Maar als we ons van de angst kunnen

bevrijden zullen we bredere contacten hebben en diepgaand inzicht, echte sympathie en liefdevolle aandacht en zal onze horizon een ver reikende uitbreiding ondergaan.”

- *Life Ahead*, pp. 53-54.

“Leed is het gevolg van een schok; even wordt de geest die zich heeft gesetteld, die de routine van het leven heeft aanvaard, door elkaar geschud. Maar dan gebeurt er iets – iemand sterft, het verlies van een baan, het twijfelen aan een lang gekoesterd geloof - en de geest raakt van slag. Maar wat doet zo’n geest dan? Het vindt een manier om toch als het ware ongestoord verder te kunnen gaan; het neemt zijn toevlucht tot een ander geloof, in een vaste baan of in een nieuwe relatie. Dan komt het leven opnieuw voorbij en haalt ook de nieuwverworven zekerheden onderuit. Al snel vindt de geest weer nieuwe manieren om zich te verdedigen; en zo gaat het maar door.”

- *Commentaries on Living, 3<sup>rd</sup> Series*, p. 195.

## **Hoofdstuk VII: Denken, tijd en zelf.**

Het denken is tijd omdat het op het geheugen – dat het verleden is – is gebaseerd en dat zich vervolgens richt op de toekomst. Doordat denken uit het geheugen voortkomt is het in feite ook hierdoor beperkt waardoor het niet in staat is het leven, dat voortdurend in beweging is, volledig te volgen. Tijd is een beperking en vandaar dat het de essentiële factor is van psychologische verdeeldheid in onze relaties. Deze verdeeldheid veroorzaakt fragmentatie en conflict op ieder niveau. Het begrijpen van denken en het de juiste plaats geven in het leven is van vitaal belang om orde, vrede en creativiteit te kunnen doen ontstaan.

“Het denken is beperkt doordat het voortkomt uit de herinneringen en de kennis die door ervaringen bijeengebracht zijn. Kennis is het verleden en dat wat geweest is, is altijd beperkt. Herinneringen kunnen ons een toekomst voorspiegelen, maar die toekomst is aan het verleden gebonden. Het denken is dus altijd beperkt. Denken is meetbaar – meer en minder, groter en kleiner. In dat meten is de tijd werkzaam: ‘ik ben dit geweest’, ‘ik zal dat zijn’. Als denken de

hoofdrol speelt, hoe subtiel, listig en vitaal ook, bederft het de heelheid.”

- *Een leven lang leren: Brieven aan de scholen, p. 75.*

“Tijd heeft het bewustzijn en haar inhoud voortgebracht. Het is de cultuur van tijd. Haar inhoud bepaalt het bewustzijn; zonder tijd bestaat bewustzijn, zoals wij het kennen, niet. Dan is er niets. We bewegen de kleine deeltjes in dit bewustzijn van het ene gebied naar het andere, al naar gelang de druk van verstand en omstandigheden, maar binnen dezelfde sfeer van pijn, smart en kennis. Deze beweging is tijd, de gedachte en het meetbare. Het is een zinloos spel van verstopperij spelen met jezelf, de schaduw en substantie van denken, het verleden en de toekomst van denken. Het denken kan dit moment niet omvatten, want dit moment gaat tijd te boven. Dit moment is de beëindiging van tijd; tijd is op dat moment tot stilstand gekomen, er is op dat moment geen beweging en daarom heeft het geen relatie met een ander moment. Het heeft geen oorzaak en daarom geen begin en geen einde. Bewustzijn kan het niet bevatten. Op dat moment van nietsheid is alles.”

- *Krishnamurti's Journal, pp. 99-100.*

Bij zijn poging om innerlijk orde te scheppen en zichzelf een zekere mate van permanentie te verlenen, construeert het denken het begrip ‘ego’ of ‘zelf’ als de centrale psychologische entiteit. Dit denkbeeld over identiteit is gebaseerd op een reeks identificaties met dingen, mensen en ideeën waarin het zelf zijn vastigheid vindt. Het zelf scheidt verdeeldheid, dat ligt in zijn aard, en is daarom de voornaamste bron van conflicten in relaties. K heeft altijd gezegd dat deze psychologische constructie in wezen een vlucht is voor de pijn van eenzaamheid, voor de fundamentele leegheid en nietsheid van ons wezen. Door deze leegheid onder ogen te zien kan er volgens hem een innerlijke transformatie plaatsvinden.

“Het zelf is een bundel van vele entiteiten, alle met elkander in tegenstelling. Het is het strijdperk van vechtende begeerten, het middelpunt van voortdurende worsteling tussen ‘mijn’ en ‘dijn; en zolang wij belangrijkheid toekennen aan het zelf, aan het ‘mij’ en

het 'mijne', zullen er in ons en in de wereld toenemende conflicten zijn.”

- *Education and the Significance of Life*, p. 124.

“Dat proces van vereenzelviging belet het te beseffen wat het in feite is. Door dat steeds verder doorgevoerde proces van vereenzelviging wordt het 'zelf' gevormd, in positieve of in negatieve zin. De activiteiten van het 'zelf' zijn er altijd op gericht zichzelf te isoleren, hoe ruim dat isolement ook mag zijn. Met iedere inspanning van het 'zelf' om iets te zijn of niet te zijn, verwijderd het zich verder van dat wat het is. Wat is het 'zelf' eigenlijk, afgezien van zijn naam, zijn eigenschappen, zijn persoonlijke eigenaardigheden en zijn bezittingen? Bestaat er nog een 'ik', een 'zelf', als je het zijn hoedanigheden afneemt? Het is de angst om niets te zijn, die het zelf tot activiteiten aanzet, maar het is niets, het is een leegte. Als we die leegte onder ogen kunnen zien, als we eens niet weglopen voor die schrijnende eenzaamheid, dan verdwijnt de angst volledig en vindt er een wezenlijke ommekeer plaats.”

- *Commentaar op het leven I*, p. 62.

## **Hoofdstuk VIII: Zijn en worden; het einde van de psychologische tijd.**

In het boek van de mensheid beschrijft K een hoofdstuk dat gaat over het einde van tijd. Dit volgt uit het onderzoek naar angst en het geheel van de gefragmenteerde beweging van tijd-denken die psychologisch gezien hetzelfde zijn. K meent dat psychologische tijd leidt tot ongevoeligheid, het begrip vervormt en relaties vernietigt. Tijd is daarom niet het antwoord op onze problemen omdat het “deel van *het probleem is*”. K wees op het grote gevaar dat daarin schuilt met zijn uitspraak dat dergelijke tijd de vijand van de mensheid is.

Het beëindigen van de psychologische tijd is daarom van het allergrootste belang, aangezien daardoor de heelheid van het leven wordt hersteld. K benadrukte dat een dergelijk beëindigen van tijd voor hem een levende werkelijkheid was en iets is dat in principe bereikbaar is voor elke serieuze persoon door middel van het juiste observeren en inzicht. Volgens hem houdt dit onderzoek of het mogelijk is de tijd op

een gegeven moment te beëindigen, echte meditatie in, die de essentie is van de religieuze geest.

“We zijn allemaal aan het proberen iets te worden; materieel gezien willen we een beter huis, een betere positie met meer vermogen, een hogere status. Als we ons lichamelijk niet lekker voelen, proberen we om beter te worden. En in psychologisch opzicht is in het geheel van onze denkprocessen, bewustzijn, drijfveren, innerlijk, iets van een besef dat men eigenlijk niets is en dat je door iets te willen worden, men zich daar vandaan kan bewegen. Psychologisch, innerlijk, is er altijd de ontsnapping aan 'wat is', altijd het weglopen van wat ik ben, weglopen van dat waarmee ik niet tevreden ben, naar iets dat me voldoening zal schenken. Hoewel die voldoening kan voelen als een diepe vervulling, geluk, of verlichting, het is en blijft een projectie van het denken. Ook in het verwerven van meer kennis is nog steeds het proces van het worden aan de gang: ik ben, ik zal zijn. In dit proces is telkens tijd betrokken.”

- *The Network of Thought*, p. 29.

“Wij kennen slechts twee tijden, de fysieke en de psychologische, en de tijd houdt ons gevangen. De fysieke tijd speelt een belangrijke rol in de psyche en de psyche heeft een belangrijke invloed op het fysieke. Wij zitten gevangen in die strijd, in die invloed. Je moet de fysieke tijd accepteren om de bus of de trein te kunnen halen, maar als je de psychologische tijd volledig verwerpt kan je bij een tijd komen die iets heel anders is, een tijd die met geen van beide verwant is. Ik zou willen dat jullie met mij die tijd binnen zouden gaan! Dan is de tijd geen wanorde, maar een bijzondere orde.”

- *The Collected Works*, Vol. XV, p. 120.

## **Hoofdstuk IX: Meditatie en de religieuze geest.**

K's werk gaat om de vraag hoe we een volkomen integriteit kunnen bewerkstellingen, niet alleen psychologisch en in relatie met anderen, maar ook tussen mensen en de kosmos. Deze heelheid was voor hem de ware betekenis van goedheid, de essentie van een religieus leven, waarin meditatie de kern vormt. Een dusdanige meditatie legt de ethische basis waardoor de geest kan ontstijgen aan de tijdgebonden en

egocentrische conditionering, en brengt de innerlijke vrijheid en heelheid tot stand van wat hij de religieuze geest noemde.

“Meditatie is hard werken. Ze eist de hoogste vorm van discipline - geen onderwerping, geen nabootsing, geen gehoorzaamheid, maar een discipline die ontstaat door voortdurend gewaar zijn, niet alleen van wat er uiterlijk om u heen, maar ook wat innerlijk in u speelt. Meditatie is dus geen afzondering, maar handelen in het leven van iedere dag, dat samenwerking, gevoeligheid en intelligentie vraagt. Zonder grondslag voor een fatsoenlijk leven is meditatie een vlucht en heeft het geen enkele waarde. Een eerzaam leven is niet het volgen van een sociale zedelijkheidscode, maar ligt in het vrij zijn van jaloersheid, van hebzucht en het streven naar macht - die allemaal vijandschap aankweken. Vrij zijn van dit alles ontstaat niet door een wilsdaad, maar doordat men ervan gewaar is op grond van zelfkennis. Zonder kennis van de handelingen van het zelf wordt meditatie een opwinding die alleen de zinnen streelt en dus van weinig betekenis is.”

- *The Second Penguin Krishnamurti Reader, pp. 41-42.*

“Probeer het - niet ergens in een verre toekomst, maar morgen of vanmiddag. Als er te veel mensen in je kamer zijn, als het druk is bij je thuis, ga dan alleen naar buiten, ga onder een boom zitten of aan de oever van de rivier en bekijk in alle rust hoe je geest werkt. Ga hem niet verbeteren, zeg niet: "Dit is goed, dat is verkeerd", maar kijk er gewoon naar, zoals je naar een film zou kijken. Als je naar de bioscoop gaat, speel jij niet mee in de film, de acteurs en actrices spelen erin, jij kijkt er alleen maar naar. Kijk op dezelfde manier hoe je geest werkt. Het is echt heel interessant, veel interessanter dan onverschillig welke film, want je geest is de neerslag van de hele wereld en hij bevat alles wat mensen ooit hebben ervaren. Begrijp je wel? Je geest is de mensheid en als je dat inziet zul je van een diep gevoeld medeleven vervuld worden. Uit dat inzicht ontstaat een intense liefde en dan zul je, als je mooie dingen ziet, weten wat schoonheid is. “

- *Denk daar maar eens over na, p.104.*

“We hebben het over de religieuze geest, die bijzonder moeilijk nader uit te leggen is, omdat er zoveel bij betrokken is. Een religieuze geest hebben veronderstelt, dat is wel zeker, een geestestoestand die volledig vrij van angst is en daardoor geen enkel moment een gevoel van veiligheid heeft; zo’n geest is vrij van welke vorm van geloof dan ook en kent alleen dat wat is, dat wat werkelijk is. En in die geest heerst een toestand van stilte die niet een product van het denken is, maar het natuurlijke gevolg is van heel veel gewaar zijn en aandacht. Ze komt voort uit meditatie waarin de mediterende totaal ontbreekt; daaruit ontstaat dan een stilte waarin geen waarnemer is en niets is wat wordt waargenomen. En in die stilte begin je zelf te ontdekken wat de oorsprong en de aanvang van het denken is. Dan beseft je dat het denken altijd oud is en daardoor nooit iets nieuws zal kunnen ontdekken. En als je achter dit alles komt in die stilte – die deel uitmaakt van de religieuze geest – dan ken je een toestand van energie die niet de energie is van de conflicten en evenmin de energie is die wordt opgewekt door streven, ambities, hebzucht en afgunst. Het is een energie die vrij is van ieder soort van conflict. Dat alles lijkt me de toestand van de religieuze geest.”

- *KFT Bulletin No. 12, Winter 1971-72, p. 14.*

## **Hoofdstuk X: De diepere dimensie**

Hoewel het lezen van het boek van de mensheid eindigt met het beëindigen van tijd, betekent dat niet het einde van het verhaal, maar een noodzakelijke opening naar een andere en diepere dimensie. De beweging van meditatie leidt tot het leegmaken van de psychologische of zelfzuchtige inhoud van het bewustzijn. Dit leegmaken wordt soms wel beschreven als vrijheid van het bekende of de dood van het psychologische zelf, van de entiteit die geconstrueerd is door het denken als gevolg van zijn identificatie(s) met het verleden. K’s benadering van deze diepere of spirituele dimensie is het ontkennen van alles dat niet spiritueel is. Toch is hij er erg helder over dat zonder deze dimensie het leven tijdgebonden, oppervlakkig en zonder veel betekenis blijft. Begrippen als schoonheid, intelligentie en mededogen behoren tot dit andere gebied, waarvan de leegte en stilte het mogelijk maken om in aanraking te komen met het heilige, waarnaar K verwees door



woorden als het ‘andere’, het ‘anders-zijnde’ of de ‘grondslag’. Uiteindelijk is wat K en de leringen beschrijven een reis naar de tijdloze bron van schepping.

“Om over die innerlijke schoonheid te beschikken is beslist een volledige overgave nodig, het gevoel nergens door tegengehouden te worden, geen terughoudendheid, geen verdediging, geen verzet, maar de overgave wordt chaotisch als ze niet gepaard gaat met soberheid. En weten we wat het betekent sober te zijn, tevreden te zijn met weinig en niet te denken in termen van ‘meer’? Die overgave is nodig, samen met een diepgaande innerlijke soberheid – de soberheid die bijzonder eenvoudig is omdat de geest niet bezig is met vergaren, met winnen, niet denkt in termen van ‘meer’. Die eenvoud die voortkomt uit overgave in combinatie met soberheid brengt de toestand van creatieve schoonheid tot stand. Maar de liefde ontbreekt als je niet eenvoudig, niet sober, kan zijn. Je kan wel praten over eenvoud en soberheid, maar zonder liefde zijn het alleen maar vormen van dwang en daardoor is er geen overgave. Liefde beleeft alleen degene die zich overgeeft, zichzelf volkomen vergeet en daardoor de toestand van creatieve schoonheid tot stand brengt.”

- *The Penguin Krishnamurti Reader*, p. 129.

“Als we over levenskunst spreken, moeten we ook vragen wat schoonheid is. Als je die imposante bouwwerken ziet, de kathedralen van Europa, de prachtige tempels en moskeeën overal op de wereld, ontworpen door grote architecten, grote schilders, grote beeldhouwers, Michelangelo bijvoorbeeld, dan is dat schoonheid. Is schoonheid dus iets dat ontstaat als het werk van mensenhanden? Zet je hersenen aan het werk om hierachter te komen. Een tijger is niet door de mens gemaakt, godzijdank! Een boom in een weide, alleen, eenzaam, met al de waardigheid van zo'n prachtige oude boom, is geen product van mensenhanden. Maar zodra je die boom schildert is dat wel mensenwerk, en dat bewonder je, je gaat naar een museum om die boom te zien zoals hij door een grote meester is geschilderd. Wat dus ook deel uitmaakt van levenskunst is inzicht hebben in de diepgang, de schoonheid en de goedheid van vrijheid. Het esthetische in het leven komt voort uit

sensitiviteit, uit de toestand waarin al je zintuigen in actie zijn, niet één specifiek zintuig, maar het hele zintuiglijke proces. Schoonheid is er als het 'zelf' er *niet* is, dat is wel zeker. Als 'ik' er *niet* ben, is er schoonheid. Als het 'zelf' er *niet* is, is er liefde.”

- *Inzicht is nu*, p. 86-87.

“Intelligentie is het vermogen om te onderkennen, te begrijpen, te onderscheiden. Het is ook de capaciteit van het observeren, van het bij elkaar voegen van alles wat wij hebben verzameld en daarnaar handelen. Dat verzamelen, dat onderscheidingsvermogen, dat observeren kan bevooroordeeld zijn en intelligentie wordt ontkend wanneer er sprake is van vooroordelen. Als je iemand anders volgt, ontken je daarmee intelligentie; het volgen van een ander, hoe edel ook, ontkent je eigen waarneming, je eigen observatie – je volgt slechts iemand die jou zal vertellen wat te doen, wat te denken. Als je dat doet, dan bestaat intelligentie niet, omdat daarin geen waarneming plaatsvindt en dus geen intelligentie is. Intelligentie vereist twijfelen, vragen stellen, het niet onder de indruk zijn van het enthousiasme en de energie van anderen. Intelligentie vereist dat er een onpersoonlijk observatie is. Intelligentie is niet alleen het vermogen om te begrijpen wat rationeel, mondeling is toegelicht maar impliceert ook dat we zoveel mogelijk informatie dienen te verzamelen, in het besef dat die informatie nooit compleet, volledig over iets of iemand kan zijn. Waar sprake is van intelligentie, is er aarzeling, waarneming en de helderheid van het rationele, onpersoonlijke denken. Het begrijpen van het geheel van de mens, van al zijn complexiteit, al zijn lichamelijke responses, zijn emotionele reacties, zijn intellectuele capaciteiten, zijn liefde en zijn bezigheden, het waarnemen van dat alles in één oogopslag, in één handeling, is opperste intelligentie.”

- *The Network of Thought*, p. 27.

“Intens meegevoel is niet moeilijk te ervaren wanneer je hart niet vol is van de slimme bedenksels van het verstand. Het is immers het verstand, de geest met zijn eisen en angsten, zijn gehechtheden en ontzeggingen, zijn neigingen en driften, die de liefde ondermijnt. En wat is het moeilijk dit alles simpel tegemoet te treden! Voor vriendelijkheid en zachtheid hebben we geen filosofieën en

leerstellingen nodig. De slagvaardigen en machtigen in het land zullen alles wel organiseren om het volk te voeden en te kleden en te zorgen voor onderdak en medische verzorging. Gezien de snelle toename van de productie is dat onvermijdelijk; dat is nu eenmaal de functie van een goed georganiseerde overheid en een evenwichtige maatschappij. Maar gulheid van hart en hand ontstaat niet door de zaak te organiseren. Gulheid ontstaat uit een heel andere bron, een bron van een andere orde dan die van maatstaven. Eerzucht en nijdijver ondermijnen die gulheid, dat staat zo vast als de wetenschap dat vuur brandt. Die bron moet aangesproken worden, maar je kunt haar alleen benaderen met lege handen, zonder gebeden en zonder offers. Boeken kunnen ons niets leren en er bestaat geen enkele goeroe die ons de weg tot die bron kan wijzen. Zij is niet aan te boren door het aankweken van deugden, ook al is deugd wel noodzakelijk, en al evenmin door bekwaamheid en gehoorzaamheid. Zij dient zich aan wanneer de geest sereen is en roerloos. Serene rust kent geen beweegredenen, geen drang naar meer.”

- *Commentaar op het leven II, p. 277.*

“Dus wanneer men het leven begrijpt, dat wil zeggen wanneer men jaloezie begrijpt, angst, schuldgevoelens en wanhoop; en wanneer men dit alles achter zich heeft gelaten, dan zijn het leven en de dood heel dicht bij elkaar. Dan is leven sterven. Weet je, als je leeft op basis van herinneringen, tradities, en wat je 'zou kunnen zijn', dan leef je niet. Maar als je dit alles weg doet, wat betekent sterven aan alles wat je weet – de vrijheid van het bekende – dan is dit de dood, en dan leef je; niet in de een of andere fantastische wereld van concepten, maar leef je werkelijk, niet volgens de Veda's, de Upanishads, die hier geen geldigheid kennen. Wat wel telt, is het leven dat je elke dag leidt, dat is het enige leven dat je hebt, en zonder dit dagelijkse leven te begrijpen, zul je nooit liefde of schoonheid, of de dood begrijpen.”

- *The Awakening of Intelligence, p. 205-206.*

“Creatie is een woord dat we allemaal zo nonchalant, zo gemakkelijk, gebruiken. Een schilder zet een paar kleuren op een doek en raakt daar enorm opgewonden door. Het is zijn vervulling, het middel waardoor hij zichzelf tot uitdrukking kan brengen, het is

zijn markt, waar hij geld of een reputatie kan opdoen – en hij noemt dat een creatie! Iedere schrijver ‘creëert’ en er zijn scholen voor ‘creatief’ schrijven, maar niets daarvan heeft iets met creatie uit te staan. Het is allemaal de geconditioneerde reactie van een geest die in een bepaalde maatschappij leeft.

De creatie waar ik over spreek is iets heel anders. Het is een geest die in een toestand van creativiteit verkeert. Hij kan al dan niet uitdrukking geven aan die toestand. Iets tot uitdrukking brengen heeft heel weinig waarde. De toestand van creativiteit heeft geen oorzaak en daarom zal een geest die in die toestand verkeert ieder moment sterven en leven, liefhebben en zijn. Dat geheel is meditatie.”

- *The Collected Works, Vol. XIII, pp. 324-325.*

“Dus er is iets dat we heilig noemen; niet in de dingen die de mens in elkaar heeft gezet, maar dat ontstaat wanneer de mens zichzelf volledig losmaakt van zijn verleden dat geheugen is. Dit betekent niet dat de mens gedachteloos wordt; hij moet zich immers bepaalde dingen kunnen herinneren. Maar men zal zien dat dat geheugen deel uitmaakt van die toestand waarin geen relatie met het verleden is. En dat stopzetten van het verleden kan alleen als je de dingen ziet zoals ze zijn en je er rechtstreeks mee in contact komt- net als bij een prachtige zonsondergang. Vervolgens ontstaat er uit deze orde, discipline, deugd, liefde. Liefde is vol hartstocht en werkt daardoor meteen. Er is dan geen tijdsinterval tussen het zien en het handelen. En als je die liefde bezit, dan kun je al je heilige boeken en al je goden weg doen. En om tot die liefde te komen, moet je wel afstand doen van je heilige boeken, je goden, je dagelijkse ambities; die liefde is het enige heilige wat er is. En om daarop te komen, moet er goedheid kunnen opbloeien. Goedheid kan er alleen zijn wanneer er vrijheid is; goedheid is niet in traditie. De wereld moet veranderen, er is een immense ommekeer in jezelf nodig; de wereld heeft behoefte aan zo’n enorme revolutie (niet economisch, communistisch, bloedig; dat heeft de mensheid door de eeuwen heen al geprobeerd en heeft alleen maar geleid tot meer ellende). Maar we hebben echt een fundamentele psychologische revolutie nodig, en zo’n ommezwaai is orde. En orde is vrede; en deze orde, met zijn deugd en vrede, kan alleen tot stand komen als je rechtstreeks in

contact komt met de ordeloosheid in je dagelijkse leven. Dan komt uit dat contact goedheid tevoorschijn en dan hoef je niet meer te zoeken. Want dat wat is, is heilig.”

- *The Awakening of Intelligence, pp. 216-217.*

## Epiloog

Deze inleiding tot het leven en werk van Krishnamurti is een weergave van een reis van zelf-ontdekking en verandering door middel van directe waarneming van de inhoud en het in beweging zijn van het bewustzijn zoals dat zichtbaar wordt in ons dagelijkse leven. Een dergelijk onderzoek beweegt zich van de uiterlijke manifestatie daarvan in de maatschappij naar de meer intieme dimensies van relaties en van relaties naar het interne functioneren van het bewustzijn en de emotionele basis hiervan in het geheugen: het denken en tijd. De voornaamste bron van ordeloosheid op elk van deze niveaus kan worden waargenomen aan de hand van het gevoel van afgescheiden en geïsoleerd te zijn dat veroorzaakt wordt door het creëren van meerdere onverenigbare identiteiten. Deze identificaties veroorzaken dualiteit en leiden tot verdeeldheid en conflict, wat de achtergrond is van het aanhoudende universele lijden. Het waarnemen van het gevaar van deze structuren van verdeeldheid en het beëindigen daarvan in het licht van de intelligentie is de sleutel tot de volledige vrijheid en verandering waar K over sprak.

Deze reis van verandering kan gezien worden als het ongedaan maken van een aantal dualistische structuren. Allereerst zijn er de verschillende onderverdelingen binnen de groep en, belangrijk daarbij, het traditionele onderscheid tussen het zogenaamde individu en de maatschappij. Het objectieve bewijs van buitenaf geeft aan dat zulke onderverdelingen inderdaad een grote oorzaak van conflicten zijn, niet alleen intern maar ook in het dramatische en bloederige schouwspel van de oorlog. Deze onderverdelingen zijn echter een illusie omdat een ieder van ons de rest van de mensheid is en het vernietigen van een ander het vernietigen van zichzelf betekent. Hier zien we een eerste niveau van universele verantwoordelijkheid en haar bijbehorende mededogen.

De externe onderverdelingen zijn echter het gevolg van onze geconditioneerde blik op de wereld. Innerlijk gaan we te gronde aan angsten en verlangens, door genot en pijn, door de stroming van het bewustzijn tussen de zelfgemaakte oevers van tegenstellingen. Dualiteit zit ingebakken in de structuur van het bewustzijn in de vorm van het

onderscheid tussen de waarnemer en het waargenomene, de denker en de gedachte. De denker wordt gezien als anders dan de gedachte die hij waarneemt, terwijl er zonder denken géén denker of waarnemer bestaat. K omschreef deze identiteit in de uitspraak “*de waarnemer is het waargenomene*”, die de weg wijst naar het directe, pure waarnemen van “*wat is*”.

Nog dieper dan deze psychologische dualiteit gaat de splitsing tussen het denken en intelligentie. Het denken is beperkt van aard en kan niet tegemoetkomen aan het geheel van het leven. Het is een reactie op geheugen, van psychologische tijd en daarom is het een bron van versnippering binnen relaties. Omdat het denken gebaseerd is op het geheugen is denken in essentie een stoffelijk proces, dat een reflex of geconditioneerd systeem veronderstelt. Door zijn eigen aard neigt het denken ertoe om naar zichzelf te verwijzen en repetitief te zijn, wat de noodzakelijke gevoeligheid of het bewustzijn van “*wat is*” afstompt en intelligentie belet. Dus moet het stoffelijke proces van tijd-denken op orde worden gebracht of zijn juiste plek krijgen om intelligentie, met haar compassie, te laten bestaan.

Als we terugkeren naar de metafoor van het lezen van het boek van onszelf (“*The Book of Life*”), dan zien we dat dit boek eindigt met het opheffen van het psychologische zelf, wat inhoudt: de identificatie met de beelden van de ervaring, van het verleden, dat gezien kan worden als het opdrogen van de psychologische stroom van het bewustzijn, van het denken en tijd. Het boek van het zelf, dat K ook wel het boek van tijd noemt, vol met geraas en gebral, zou weleens van geen betekenis kunnen blijken te zijn. Maar K is geen nihilist; hij ziet in dit sterven aan het bekende het begin van leven in totale vrijheid. Het is dit sterven aan het bekende dat ons existentiële huis op orde brengt en de deur opent naar het onbegrensde, naar de ware innerlijke dimensie van het bestaan en de onmetelijkheid van de universele geest. De leegte en stilte die naar voren komen bij het sterven aan tijdgebonden bewustzijn is de ware plaats van meditatie. Deze leegte, hield K vol, wordt gekenmerkt door een kwaliteit van allerhoogste energie die universeel mededogen en intelligentie is. Het is in deze ruimte dat er een ontmoeting kan zijn met het heilige, met de grondslag van alles en de bron van de schepping. Volgens K heeft het leven zonder een dergelijk contact,

zonder wat hij eens noemde “*de aanraking van het allerhoogste*”, zeer weinig betekenis.

De leringen houden aldus een holistische visie in, waarin de innerlijke kwaliteit van volledige orde in het leven van het individu de link is met de kosmos en zijn relaties en dat juist hier het gebied is waar de kosmische orde wordt doorgegeven aan de samenleving. Wereldvrede is het gevolg van innerlijke vrede omdat de wereld de uitdrukking is van bewustzijn. Geen uiterlijke hervormingen of gewapende strijd kunnen een dergelijke vrede teweegbrengen omdat het innerlijke het uiterlijke altijd overwint. Daarom is er een radicale transformatie of mutatie van het bewustzijn nodig om de wereld te veranderen, wat betekent dat een ieder van ons zichzelf moet transformeren. Dit is, volgens K, de enige revolutie en de ware opdracht van de mensheid.



## **Bijlage A: Krishnamurti over het opschrijven van onze gedachten en gevoelens.**

“Ik heb laatst gesuggereerd dat we om inzicht in onszelf te krijgen tot gewaar worden moeten komen en dat wanneer we onszelf willen kunnen bestuderen het denken-voelen snelheid zal moeten minderen. Als je je eigen denken-voelen gewaar wordt zal je merken hoe snel het gaat, het ene onsamenhangende denken-voelen volgt op het andere, rondzwerfend en in verwarring. En het is onmogelijk een dergelijke warboel goed te bekijken en te onderzoeken. Om orde te scheppen en daardoor duidelijkheid te krijgen stelde ik voor ieder denken-voelen op te schrijven. Die wervelende machinerie moet snelheid minderen om bekeken te kunnen worden, het kan dus helpen elk denken-voelen op te schrijven. Zoals je bij een slow-motion film iedere afzonderlijke beweging kan zien, zal je als de snelheid van de geest vermindert wordt in staat zijn iedere gedachte te bekijken, de onbeduidende zowel als de belangrijke. De onbeduidende brengt je bij de belangrijke, schuif hem dus niet opzij als onbetekenend. Het feit dat hij er is duidt op het onbetekenende van de geest en hem opzij schuiven maakt de geest niet minder onbeduidend en dom. Als je hem opzij schuift draagt dat ertoe bij de geest klein en bekrompen te houden, maar als je hem gewaar bent zal het een rijke ervaring zijn er inzicht in te krijgen.

Als sommigen van jullie dat opschrijven dat ik een paar weken geleden suggereerde, hebben geprobeerd, zullen jullie weten hoe moeilijk het is iedere gedachte en elk gevoel op te schrijven. Je zal niet alleen veel papier gebruiken, maar je zal ook niet in staat zijn alles wat je denkt en voelt op te schrijven, want je geest is te snel in zijn gebrek aan concentratie. Maar als je van plan bent ieder denken-voelen op te schrijven, hoe onbeduidend en dom, beschamend of onprettig ook en hoe weinig het je in het begin ook mag lukken, zal je al gauw ontdekken dat er iets merkwaardigs gebeurt. Aangezien je niet de tijd hebt ieder denken-voelen op te schrijven, want je moet ook aandacht voor andere dingen hebben, zal je ontdekken dat een van de niveaus van je bewustzijn ieder denken-voelen vastlegt. Ook al is je aandacht niet rechtstreeks op het opschrijven gericht, innerlijk ben je gewaar en als je weer tijd hebt om te schrijven zal je ontdekken dat wat je innerlijke gewaar zijn heeft vastgelegd aan de oppervlakte komt.

Wanneer je doorkijkt wat je geschreven hebt zal je merken dat je het óf veroordeelt óf goedkeurt, je rechtvaardigt het of je vergelijkt het. Die goedkeuring of afwijzing verhindert het tot bloei komen van het denken-voelen en houdt daarmee het inzicht tegen. Als je niet veroordeelt, rechtvaardigt of vergelijkt, maar nadenkt en probeert te begrijpen, zal je ontdekken dat dit denken-voelen een aanduiding is van iets wat veel dieper gelegen is. Je begint de spiegel tot stand te brengen die je denken-voelen zonder de minste vertekening weergeeft. En door ze te bekijken begrijp je je handelingen en reacties en dus wordt je zelfkennis breder en gaat ze veel dieper. Je begrijpt niet alleen je handelingen en reacties van het huidige moment, maar ook dat het verleden het heden heeft voortgebracht. En daar heb je rust en eenzaamheid bij nodig. Maar de maatschappij gunt je die niet. Je moet onder de mensen zijn, tegen elke prijs actief zijn in de uiterlijke wereld. Als je alleen bent word je beschouwd als antimaatschappelijk of zonderling of jaagt je eigen eenzaamheid je angst aan. Maar in dit proces van zelf-gewaar zijn zal je veel dingen ontdekken over jezelf en dus over de wereld.”

- Ojai 5th Public Talk, 11th June, 1944.

## **Bijlage B: Krishnamurti over stil zitten en waarnemen zonder waarnemer**

“Als je heel rustig zit, of heel rustig ligt, is je lichaam volkomen ontspannen, nietwaar? Hebben jullie wel eens geprobeerd doodstil te blijven zitten? Zonder dat je jezelf ertoe dwingt, want zodra je het forceert is het weg. Heel stil te zitten, hetzij met gesloten ogen, hetzij met je ogen open. Als je je ogen open hebt, word je iets meer afgeleid, dan begin je dingen te ontwaren. Als je daarom even naar dingen gekeken hebt – naar de gebogen lijn van een boomstam, naar zijn bladeren of naar de struiken – als je dat allemaal zorgvuldig bekeken hebt, sluit je ogen dan. Dan zeg je niet meer bij jezelf: ‘wat gebeurt er om me heen, even kijken.’ *Kijk* eerst goed naar alles – naar het meubilair, naar de kleur van een stoel, naar de kleur van een trui, kijk eerst naar de vorm van een boom. Nadat je zo gekeken hebt is het verlangen even te kijken minder sterk. Ik heb de blauwe hemel nu gezien en heb ermee afgedaan en hoef nu niet nóg eens te kijken. Maar

eerst moet je beslist wel kijken – daarna kun je stil zitten. Als je zo rustig zit, of ergens heel rustig ligt, stroomt het bloed gemakkelijk naar je hoofd, is het niet? Dan is er nergens sprake van inspanning. Daarom zeggen ze, dat je met gekruiste benen moet zitten en met je hoofd kaarsrecht overeind, omdat op die manier je bloed gemakkelijker stroomt. Als je gehurkt zit, vloeit het bloed minder gemakkelijk naar je hoofd. Ga dus heel, heel stil zitten of liggen. Dwing niets, zit niet zenuwachtig te wiebelen. En als je je wel zenuwachtig of gejaagd voelt, sla dan dan gade, zeg dan niet: ‘dat moet niet’. En als je dan werkelijk doodstil zit, sla dan je geest gade. Sla vóór alles je geest gade, zonder hem te kritiseren. Zeg dus niet: ‘dit is een goede gedachte, en dat is een verkeerde’ – sla de zaak eenvoudig gade. Dan zul je onderkennen, dat er iemand is die oplet en iets waarop gelet wordt; met andere woorden, dat er sprake is van verdeeldheid. En zodra er verdeeldheid is, is er een conflict.

De grote vraag is of je kunt waarnemen zonder een ‘waarnemer’. Bestaat er een waarnemen zonder degene die waarneemt? Want de waarnemer zegt: ‘dit is goed, dat is verkeerd’, ‘hier voel ik voor en daar voel ik niet voor’, of die zegt: ‘had ik dit of dat maar niet gezegd’, ‘ik wou dat ik meer te eten had’.

Waarnemen zonder ‘waarnemer’, dat moeten jullie eens proberen. Dat is een onderdeel van de meditatie. Begin alleen maar daar mee, dat is al heel wat. En als je dat gedaan hebt, zul je zien, dat er iets heel buitengewoons gebeurt.”

- *De kiem van het leren, pp.77-78.*

### **Bijlage C: De kern van Krishnamurti's leringen**

*In 1980 op verzoek van zijn biograaf Mary Lutyens opgeschreven door Krishnamurti.*

“De kern van Krishnamurti's leringen is besloten in de verklaring die hij in 1929 aflegde, toen hij zei: “Waarheid is een land zonder paden. De mens kan haar door geen enkele organisatie benaderen, door geen enkel geloof, door geen enkel dogma, priester of ritueel, niet door welke filosofische kennis of psychologische techniek dan ook. Hij dient haar te vinden door middel van de spiegel van relaties, door inzicht in de inhoud van zijn eigen geest, door observatie en niet door middel van intellectuele analyse of introspectieve ontleding. De mens heeft in

zichzelf beelden geschapen als een muur van veiligheid – religieus, politiek, persoonlijk. Deze treden naar buiten als symbolen, ideeën en geloven. De last daarvan beheerst het denken van de mens, zijn relaties en dagelijkse leven. Deze beelden zijn de oorzaak van onze problemen want ze geven aanleiding tot verdeeldheid in elke relatie tussen mensen. Zijn kijk op het leven wordt bepaald door de ideeën die in zijn geest verankerd liggen. De inhoud van zijn bewustzijn is zijn hele bestaan. Individualiteit is de naam, de verschijningsvorm en de oppervlakkige beschaving die hij verkrijgt door traditie en milieu. Het unieke van de mens zit niet in het oppervlakkige, maar in het volledig vrij zijn van de inhoud van zijn bewustzijn, dat wordt gedeeld door de hele mensheid. Daarom is hij niet een individu.

Vrijheid is niet een reactie, vrijheid is geen keuze. De mens verbeeldt zich dat hij vrij is omdat hij kan kiezen. Vrijheid is louter waarnemen zonder richting, zonder angst voor straf en zonder beloning. Vrijheid kent geen drijfveer; vrijheid ontstaat niet aan het einde van de menselijke evolutie, maar bij de eerste stap in ons bestaan. Door waar te nemen begint men het gebrek aan vrijheid te ontdekken. Vrijheid kan men vinden in de keuzeloze waarneming van ons dagelijks leven en onze activiteiten.

Denken is tijd. Denken ontstaat uit ervaring en kennis, en die zijn niet te scheiden van tijd en het verleden. Tijd is de psychologische vijand van de mens. Ons handelen berust op kennis en daarmee op tijd, zodat we altijd slaaf van het verleden zijn. Denken is altijd beperkt en daarom leven we voortdurend in conflict en strijd. Er bestaat geen psychologische evolutie.

Als een mens zich bewust wordt van de stroom van zijn gedachten, ziet hij het onderscheid tussen de denker en de gedachte, de waarnemer en het waargenomene, degene die ervaart en de ervaring. Hij zal ontdekken dat dit onderscheid een illusie is. Dan pas is er zuiver waarnemen, en dat betekent inzicht zonder de schaduwen van verleden en tijd. Dit tijdloze inzicht brengt in de geest een diepe en radicale verandering teweeg.

Volslagen ontkenning is de essentie van het positieve. Pas als er ontkenning is van alles wat het denken psychologisch heeft voortgebracht, van alles wat geen liefde is – begeerte, genoeg – is er liefde met haar compassie en intelligentie.”

- ©1980 Krishnamurti Foundation Trust Ltd.

## Een korte biografie van Javier Gómez Rodríguez



Javier (1958) komt oorspronkelijk uit Spanje. In zijn tienerjaren kwam hij in aanraking met het werk van Krishnamurti en werd onmiddellijk gegrepen door de alomvattendheid en vonk van waarheid daarvan. Van 1975 tot 1978 was hij student in Brockwood Park, de school die K in 1969 in Engeland had opgericht. Daar heeft hij K ontmoet, bijeenkomsten met hem bijgewoond en een aantal openbare toespraken in Brockwood en Saanen bezocht. Hij was ook

nauw betrokken bij het onderzoek van K's gespreksgenoot David Bohm, een van de vooraanstaande theoretische natuurkundigen van de twintigste eeuw en zelf ook een diepzinnig filosoof.

Javier studeerde in de VS humanities (geesteswetenschappen) en haalde zijn master in de Spaanse taal en literatuur. Hij werd docent in dit vak op de University of Texas. Nadat hij korte tijd een academische carrière had overwogen, besloot hij terug te keren naar Europa en werd leraar in Brockwood Park. Daar ontmoette hij David Bohm en was actief betrokken bij Bohms onderzoek naar zijn 'dialoogvoorstel'.

Na Bohms voortijdige overlijden in oktober 1992 werd Javier resident scholar (gastonderzoeker) bij het hoofdkwartier van de Krishnamurti Foundation India in Chennai, waar hij verbleef van 1993 tot 1995. Daarna keerde hij terug naar Galicia, zijn geboortestreek in Spanje, waar hij werkte voor de Fundación Krishnamurti Latinoamericana en verscheidene boeken van K in het Spaans vertaalde. Uiteindelijk werd hij trustee van deze K foundation en hij sloot zich aan bij de Krishnamurti Link International (KLI), een informele groep die was opgezet door de Duitse industrieel Friedrich Grohe, een van K's naaste vrienden in de laatste twee jaar van K's leven. Javier was redacteur van The Link, het tijdschrift dat door de KLI werd gepubliceerd als internationaal forum voor het bestuderen van de leringen.

In die tijd faciliteerde Javier een Bohm-dialooggroep in zijn geboortestreek. Deze dialooggroep was een toonbeeld van wat er mogelijk is met Bohms voorstel tot het zelfinzicht en transformatie. Hij legde zijn bevindingen met deze dialoogvorm vast in het boekje

Through the Mirroring Word: A Personal Journey with Dialogue (2017). De algemene appendix van dit boekje werd apart uitgegeven onder de titel Reflecting Consciousness: An Overview of Dialogue (2017), dat wijdverspreid is en veel waardering vond bij degenen die geïnteresseerd zijn in deze bijzondere benadering van de dialoog.

In 2000 volgde Javier zijn vriendin naar Nederland. Hun huwelijk liep uit op een scheiding, maar ze hebben twee prachtige kinderen, die ze in co-ouderschap opvoeden. Hij is nog steeds verbonden aan de KLI, met de bijbehorende bijeenkomsten en verantwoordelijkheden. Hij faciliteert een dialooggroep en werkt nauw samen met de Stichting Krishnamurti Nederland rond een aantal activiteiten.

Het idee voor deze introductie tot het leven en werk van K komt voort uit zijn levenslange betrokkenheid bij de leringen, die volgens hem universeel zijn en toegang kunnen geven tot belangrijk inzicht en fundamentele verandering. Daarom is hij van mening dat ze nauwkeurige studie en wij de verspreiding verdienen, want ze zijn de waarachtige opvoeding tot het mens zijn.

Copyright © 2018 Javier Gómez Rodríguez

## *Aantekeningen*

<b>Inhoudsopgave</b>	<b>Blad</b>
Inleiding	1
Programma en inhoud	3
K's biografie en leringen	4
De kunst van het leven	6
De aard en oorzaken van conflict	8
Leven, relatie en actie	11
Conditionering en vrijheid	13
De aard en inhoud van het bewustzijn	15
Denken, tijd en zelf	17
Zijn en worden; het einde van psychologische tijd	19
Meditatie en de religieuze geest	20
De diepere dimensie	22
Epiloog	28
Bijlage A	31
Bijlage B	32
Bijlage C	33
Korte biografie	35

...