



## POURQUOI NE POUVONS-NOUS PAS VIVRE DANS LA PAIX ?

### *Extrait 2*

Nous n'allons pas entrer dans les détails de ses diverses formes; l'objet de notre examen c'est la peur elle-même et non pas telle ou telle peur particulière. Et quand elle existe et que nous en prenons conscience, il y a un mouvement qui nous pousse à l'éviter, à la supprimer, à la fuir, à l'ignorer grâce à différentes formes de divertissements, des distractions religieuses, ou encore en développant en nous le courage qui est une résistance à la peur. Evasion, distraction et courage sont toutes des formes différentes de résistance devant le fait immédiat de la peur.

Plus elle est grande, plus la résistance est intense et ainsi certaines activités névrotiques sont mises en branle. Quand elle est là, l'esprit - ou le « moi » - dit: «il ne faut pas qu'il y ait de peur », et nous voilà dans la dualité. Il y a un « moi » qui est autre chose que la peur, qui s'en évade, qui y résiste, qui cultive son énergie, dévide des théories ou va trouver un psychanalyste; et puis il y a le « non moi » ! Le « non moi » c'est la peur; et le « moi » est maintenu séparé d'elle. Il y a donc un conflit

immédiat entre la peur et le « moi » qui cherche à s'en rendre maître. Il y a l'observateur et la chose observée. La chose observée étant la peur et l'observateur étant le « moi » qui se propose de s'en débarrasser. Il y a donc une opposition, une contradiction, une séparation et par conséquent un conflit entre la peur et le « moi » qui veut l'annihiler. Est-ce que nous communiquons l'un avec l'autre?

Donc, il y a le problème de ce conflit entre le « non moi » qui est la peur et le « moi » qui pense en être différent et qui veut y résister, qui cherche à la dominer, à s'en évader, à la supprimer ou à la maîtriser. Cette division entraînera invariablement un état de conflit, comme il arrive pour les nations avec leurs armées, leurs marines et leurs gouvernements souvent différents.

Il y a donc l'observateur et la chose observée - l'observateur qui dit: « Il me faut me débarrasser de cette chose affreuse, il faut absolument que je la détruise. » L'observateur est toujours à lutter, il est devant un état de conflit. Ceci est devenu pour nous une habitude, une tradition, un conditionnement. Et c'est une des choses les plus difficiles au monde que de briser aucune habitude, parce que nous nous complaisons à vivre dans nos routines, fumant, buvant, nous abandonnant à des habitudes sexuelles ou psychologiques; et il en va de même pour les nations, les gouvernements souverains qui disent « mon pays et votre pays », « mon Dieu et votre Dieu », « ma croyance et votre croyance ». Il est dans notre tradition de combattre, de résister à la peur et par conséquent d'intensifier le conflit et de vitaliser nos angoisses.

Si ceci est bien clair, nous pouvons alors envisager la prochaine question que voici: y a-t-il une différence réelle entre l'observateur et la chose observée, dans ce cas particulier? L'observateur se figure être autre chose que la chose observée, c'est-à-dire la peur. Y a-t-il vraiment une différence entre lui et la chose qu'il observe ou ne sont-ils pas tous deux une seule et même chose? Très évidemment ils sont une seule et même chose. L'observateur est la chose observée - si quelque chose d'entièrement neuf se présente il n'y a plus d'observateur du tout. Mais du fait que l'observateur reconnaît sa propre réaction comme étant la peur, qu'il a connue auparavant, il y a division. Aussi, si vous voulez comprendre la chose à fond vous découvrirez par vous-même - j'espère

que vous le faites - que l'observateur et la chose observée essentiellement ne font qu'un. Et par conséquent, s'ils sont la même chose, vous éliminez la contradiction, le « moi » et le « non moi », et en même temps vous balayez totalement toute sorte d'effort. Toutefois ceci ne veut pas dire que vous acceptez la peur, ni que vous vous identifiez à elle.

Il y a donc la peur, la chose observée et l'observateur qui en fait partie. Que faire alors? (Travaillez-vous aussi dur que l'orateur? Si vous vous contentez d'écouter ses paroles, je crains bien que jamais vous ne puissiez résoudre cette question). Il n'y a donc plus que la peur - et non plus l'observateur qui la regarde, parce que l'observateur est la peur. Il se passe alors bien des choses mais, tout d'abord, qu'est-ce que la peur et comment se produit-elle? Nous ne parlons pas de ses résultats, ni de sa cause, ni de la façon dont elle obscurcit notre vie avec sa laideur et sa souffrance. Mais nous nous demandons ce qu'elle est et comment elle se produit. Devons-nous pour cela l'analyser constamment afin de découvrir ses innombrables causes? Parce que dès l'instant où vous vous mettez à analyser, l'analyste doit être extraordinairement dégagé de tout préjugé, de tout conditionnement, il lui faut regarder et observer. Autrement s'il existe une sorte de déformation dans son jugement, cette déformation ne cesse de croître à mesure qu'il poursuit son analyse.

Donc, analyser dans le but de mettre fin à la peur n'y met pas fin, bien au contraire. J'espère qu'il y a ici des psychanalystes! Parce qu'en découvrant sa cause et en agissant à la suite d'une telle découverte, la cause devient l'effet et l'effet devient la cause. L'effet et toute action sur cet effet poursuivie dans le but de découvrir la cause, la découverte de la cause et l'action qui se poursuit conformément à cette cause, nous place dans la situation suivante. C'est une chaîne ininterrompue d'effets et de causes. Si nous rejetons cette compréhension de la cause et de son analyse, que nous reste-t-il à faire?

Voyez-vous, ce n'est pas ici un amusement mais il y a pourtant une grande joie dans la découverte, une grande satisfaction à comprendre tout ceci. Donc, qu'est-ce qui crée la peur? Elle est engendrée par le temps et la pensée - le temps: hier, aujourd'hui et demain; on a peur

que quelque chose ne se passe demain, une perte de situation, une mort, la fuite de la femme ou du mari, on a peur que la souffrance et la maladie que j'ai connues jadis, il y a longtemps, ne se reproduisent. C'est ici qu'intervient le temps; le temps comprenant ce que mon voisin peut dire de moi demain, ou bien le temps qui jusqu'ici a dissimulé une chose que j'ai pu faire il y a bien des années. Je redoute certains désirs profonds, des désirs qui pourraient ne pas recevoir d'accomplissement (donc dans la peur, le temps joue un rôle). La crainte de la mort qui se produit à la fin de la vie, qui peut-être se cache au coin de la rue, et j'en ai peur. Par conséquent, le temps implique la pensée et la peur. S'il n'y a pas de temps, il n'y a pas de pensée. Et quand je m'attarde à penser à ce qui s'est passé hier, dans la crainte que j'ai de le voir se reproduire demain - ceci implique le temps aussi bien que la peur.

Je vous en prie, observez ceci, regardez par vous-même - n'acceptez, ne rejetez rien; mais écoutez, découvrez par vous-même la vérité de la chose et non pas simplement les paroles, ne vous demandez pas si vous êtes d'accord ou non, mais allez de l'avant. Pour discerner la vérité il vous faut le sentiment, la passion de découvrir et une grande énergie. Vous vous apercevrez alors que la pensée engendre la peur; penser au passé ou à l'avenir - l'avenir pouvant être la minute qui suit ou le lendemain où dans dix ans - en y pensant vous en faites un événement.

Et penser à un événement qui vous a été agréable hier, le maintient, le prolonge, que ce plaisir soit sexuel, sensoriel, intellectuel ou psychologique; en y pensant, en construisant une image comme le font la plupart des gens, vous donnez à cet événement passé une continuité due à cette pensée et qui engendre ' un nouveau plaisir.

Mais la pensée donne naissance à la peur aussi bien qu'au plaisir; tous deux appartiennent au domaine du temps. C'est ainsi que la pensée engendre cette monnaie à deux faces, le plaisir et la souffrance, qui est peur. Alors que faire? Nous révérons la pensée. Elle a pris pour nous une importance telle que nous nous figurons : que plus elle est rusée, le mieux cela vaut. Dans le monde des affaires, le monde religieux, le monde de la famille, l'intellectuel utilise la pensée, il se complaît à manipuler cette monnaie, à tresser une couronne de paroles. Combien nous honorons ces gens qui sont verbalement et intellectuellement

habiles en pensée! Et pourtant c'est celle-ci qui est responsable de la peur et de cette chose que nous appelons le plaisir.

Nous ne prétendons pas qu'il faille se priver de plaisir. Nous ne tombons pas dans le puritanisme, nous cherchons à le comprendre, et dans la compréhension, même de ce processus, la peur prend fin. Vous verrez alors que le plaisir est quelque chose d'entièrement différent, et c'est une chose que nous approfondirons si nous en avons le temps. C'est donc la pensée qui est responsable de ces tourments - une face est tourmentée, l'autre est plaisir et prolongation du plaisir; ce besoin, cette recherche du plaisir, s'adressent à des plaisirs de toutes sortes, le plaisir religieux compris. Alors que faire avec notre pensée? Peut-elle prendre fin? Est-ce là une question juste? Qui doit y mettre fin? - est-ce un « moi » qui ne serait pas pensée? Mais ce « moi » est le résultat de la pensée. Et par conséquent vous retombez dans le même vieux problème; le « moi » et le « non moi », l'observateur qui dit: « Si seulement je pouvais mettre fin à la pensée, je vivrais une vie différente. » Mais en tout cela il n'y a rien d'autre que la pensée, il n'y a pas le penseur qui dit: « Je veux mettre fin à la pensée », parce que l'observateur est le résultat de la pensée.

Et comment celle-ci prend-elle naissance? Il est facile de voir que c'est une réaction de la mémoire, de l'expérience, du savoir qui est le cerveau, le siège de la mémoire. Quand on lui demande quelque chose, il répond par une réaction qui est à la fois mémoire et reconnaissance. Le cerveau est le résultat de millénaires d'évolution et conditionnement - la pensée est toujours vieille, elle n'est jamais libre, elle est une réaction du conditionnement tout entier.

Dès lors que faire? Quand la pensée se rend compte qu'elle ne peut absolument rien sur la peur parce que c'est elle qui la crée, alors il y a silence; il y a la négation complète de tout mouvement qui puisse engendrer la peur. Alors l'esprit, cerveau compris, observe tout ce phénomène de l'habitude, de la contradiction et de la lutte entre le « moi » et le « non moi ». Il se rend compte que l'observateur est la chose observée. Et, voyant que la peur ne peut pas être simplement analysée et mise de côté, mais qu'elle sera toujours là, l'esprit se rend compte aussi

que l'analyse ne mène à rien. Et alors on demande: quelle est l'origine de la peur? Comment prend-elle naissance?

Nous avons dit qu'elle doit sa naissance au temps et à la pensée. La pensée est une réaction de la mémoire et ainsi elle engendre la peur. Celle-ci ne peut pas prendre fin par un simple contrôle ou une suppression de la pensée, inutile de faire des efforts pour la transformer ou de se complaire à toutes sortes de procédés que l'on emploie contre soi-même. Voyant tout ce tableau étalé devant soi, le voyant sans jugement, choix ou censure, la pensée elle-même dit: «Je vais rester tranquille, sans aucun contrôle, sans aucune censure, je vais être immobile, silencieuse. »

Et ainsi il y a la fin de la peur, ce qui veut dire la fin de la souffrance, la compréhension de soi-même. Faute de se connaître soi-même il n'y a pas de fin à la souffrance et à la peur. Seul un esprit affranchi de la peur peut faire face à la réalité.

Peut-être voudrez-vous maintenant poser des questions. Il faut poser des questions - s'exposer ainsi soi-même à soi-même est nécessaire, nécessaire ici et nécessaire aussi quand vous êtes seul dans votre chambre, dans votre jardin, assis tranquillement dans l'autobus ou en vous promenant - il vous faut poser des questions afin de découvrir.

Mais il faut poser la question juste, et la question juste elle-même comprend la réponse juste.

**J. Krishnamurti.**

***Le vol de l'aigle.***

*Chapitre 5 ; Pourquoi ne pouvons-nous pas vivre dans la paix ?  
(Amsterdam, 10 mai 1969) Pages 96 à 111.*

***Extrait 2, de la page 103 à 111.***

*Edition Delachaux et Niestlé 1971, 1978.*