



Meditations

Jiddu Krishnamurti , Evelyne Blau , Jim Zaccaria (Designed by)

[Download now](#)

[Read Online ➔](#)

Meditations

Jiddu Krishnamurti , Evelyne Blau , Jim Zaccaria (Designed by)

Meditations Jiddu Krishnamurti , Evelyne Blau , Jim Zaccaria (Designed by)

Krishnamurti (1895–1986) went from his origins in a small south Indian village to become one of the great spiritual teachers of the twentieth century. He taught that the only way to peace on earth is the transformation of the human psyche—and that there is no path to this transformation, no method for achieving it, no gurus or spiritual authorities who can help. The transformation is a truth each of us must discover within ourselves.

This classic collection of brief excerpts from Krishnamurti's books and talks presents the essence of his teaching on meditation—a state of attention, beyond thought, which brings total freedom from authority and ambition, fears and separateness. This doubly expanded edition features even more of the great teacher's wisdom than the original version, and also includes some never-before-published material.

Meditations Details

Date : Published September 10th 2002 by Shambhala (first published 1979)

ISBN : 9781570629419

Author : Jiddu Krishnamurti , Evelyne Blau , Jim Zaccaria (Designed by)

Format : Paperback 128 pages

Genre : Spirituality, Philosophy, Nonfiction, Religion, Buddhism

 [Download Meditations ...pdf](#)

 [Read Online Meditations ...pdf](#)

Download and Read Free Online Meditations Jiddu Krishnamurti , Evelyne Blau , Jim Zaccaria (Designed by)

From Reader Review Meditations for online ebook

Gary says

Great book - easy read.

H.A. Leuschel says

Gentle, peaceful, beautiful and so very calming are the descriptive words that come to my mind when trying to describe the impact this little book has had on me. I will keep it in the drawer right next to my bed so that I can always reach for it and feel the soothing effect when reading a few pages!

Marlena says

- Leadership Moreau
 - spiritual leadership development
-

Steve says

Always great.

Awenydd Orchantra Faeryn says

3.5 Stars

Unlike novels, or books, where you read all the way through, this book was made, basically, as each page, nearly, having its own piece upon it, a "meditation", or in this case, a quote from a speech or previous book by Krishnamurti. It wasn't entirely cohesive at all, and so I found it more suitable to read a page every so often during the day/week. Still, it was only relatively impactful, as my rating displays. I feel as though, perhaps, maybe another book or spoken teaching would be preferred.

Gayatri says

Its a beautiful little book on Meditation. Krishnamurti is one of the few thinkers who persuaded his followers to actually not be his followers, but rather follow one's own journey within. I haven't read a book on meditation, so simple, before this. This one doesn't give any technique but rather instructs us to free the mind from all the techniques, to not control the mind, but rather go with the flow inside.

Through the ideas and examples, he tries to make it clear that the meditator should attach himself to the One, the Supreme Power, the one great God, who is without end and without beginning. For God, is the beginning and the end, the eternal truth. The true meaning of Meditation is not to become quiet or anything which is perceived to be its purpose. Meditation means connecting oneself to the source of all good things within you. The heart is where this source is, the lord is. It is the kingdom of heaven within us.

Hence when the heart enters the mind, the mind has a different quality. This quality cannot be described in our limited language. It is only to be experienced and once experienced it is like experiencing heaven on earth. Our finite self then meets the infinite and we become Infinite beings which we already are but only a few of us have realized this. This realization truly is ending of all conflicts and the beginning of a new meaning of life.

Atul Pandey says

It's actually a book describing "beingness" untouched by mind rather a place of no mind but it does it by using mind i.e thoughts and wordsthe whole situation is very paradoxical & funny Krishnamurti as always, being precise with godly lucidity

Marina says

????? ???? ??????? ?????? ??? ?????? ?????? ???
????? ???? ??????? ??????. ???? ?? ?????? ?????? ???? ?? ?? ???? ???
????? ??????? ??? ??????? ?? ??????. ?? ???? ?????? ???? ?????? ?????? ??????
????????? ?? ??? ?????? ????. ?? ???? ?? ?????? ???? ?????? ?????? ?????? ??????
?? ??? ?????? ??? ??????? ?? ?? ?????? ???? ?????? ?????? ?????? ???? ?? ???
?? ???? ? ? ? ??????? ?????? ?? ?? ??? ?????? ?????? ???? ?? ?????? ??????????
????????? ??? ?????? ?? ?????? ??????. ?? ?????? ?????? ???? ???? ???? ??????
????????? ??????? ??? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????
????? ???? ?? ??? ?????? ?? ?????? ?????? ?? ?? ????. ?? ???? ???? ?? ?? ??
????? ???? ?????? ??? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? . ???
????? ???? ?????? ?????? ?????? ?? ?????? ??????. ???? ???? ???? ?????? ????
?? ?? ?????? ?????? ?????? ?????? ?? ????. ?? ???? ???? ?? ?? ??
????? ?????? ??? ?????? ??????. ?? ?????? ?????? ???? ?? ?????? ???? ??????
????? ???? ?? ??? ?????? ?????? ?? ?????? ???? ?????? ???? ?? ?????? ????

?? ???? ?????? ???? ?????? ?? ???? ?????? ?? ?? ????
????? ? ??? ?????? ???? ??? ?????? ?? ?????? ???? ????. ?????? ???? ???? ??????
????? ???? ?? ??????? ?????? ?????? ???? ???? ?? ??? ?????? ???? ????
??? ?????? ?????? ?? ?????? ?????? ?????? ????

Zezi says

Descrições assertivas e em muitos casos poéticas, do que é a meditação (e o amor) na visão de Krishnamurti. Tendo em conta que o próprio diz, no livro, que "a descrição não é o que é descrito".

A última frase do livro descreve bastante bem a visão do autor:

"Para uma mente assim não há tempo e o viver tem, portanto, um sentido completamente diferente."

rarasekar says

A life-altering book. Beware, this book contains too many ideas that we humans refuse to accept due to our conditioned mind that has made us to choose to embrace the dull mind instead of to wake up the inquisitive mind, the meditative mind.

Sohaib says

An assortment of meditations on the nature of enlightenment...

Antonio Gallo says

Tra i tanti libri che costruiscono la biblioteca di un bibliomane ce n'è uno che per misura e grandezza non supera gli 11x 8 cm e le 90 pagine. Formato più che tascabile, quindi. Un mini-book edito nel 1991 dalle edizioni Shambala, Boston & London. Il libretto, che vedete riprodotto qui a fianco, è un gioiello del pensiero orientale.

Contiene una selezione di scritti di un grande filosofo di quella parte del mondo, ma occidentalizzato abbastanza per essere apprezzato anche da questa parte del pianeta. Mi riferisco a J. Krishnamurti. Le sue sono "Meditazioni" che in più di una occasione mi hanno aiutato a riflettere sulla condizione umana. Qui di seguito, tradotti dall'inglese, una serie di brani più significativi su questo tipo di esercizio che tutti dovremmo conoscere e praticare per migliorare la qualità della vita interiore di ognuno di noi. Vita interiore che diventa vita comunitaria nella misura in cui ognuno da "isola" esistenziale è prescelto a diventare parte del "continente" della vita. L'uomo, per sfuggire ai suoi conflitti, ha inventato diversi tipi di meditazione.

Molti la basano sul suo desiderio, sulla spinta e sulla necessità di conquistarla e sono destinati solamente a provare delusioni e sofferenze per un fallimento sicuro. Questa scelta consapevole e deliberata si muove sempre entro i limiti di una mente condizionata e senza libertà. Qualunque sforzo viene fatto per acquisire la corretta meditazione significa la fine stessa della meditazione. Questa ultima la si ottiene solo con la sospensione del pensiero e soltanto quando si raggiunge una diversa dimensione oltre il tempo.

Una mente che medita è una mente silenziosa. Non è il silenzio che genera il pensiero, il silenzio di una serata tranquilla. E' il silenzio pensato quando il pensiero, con tutte le sue immagini, parole e percezioni, è cessato completamente. La mente che medita è una mente religiosa, una religione che non è toccata dalla

chiesa, dai canti o dalle preghiere.

La mente che medita è un'esplosione di amore. E' l'amore che non conosce separazione. Per esso, la lontananza significa vicinanza. Non è uno o molti, ma piuttosto quella condizione dell'amore nella quale ogni divisione non ha ragione d'esistere. Come la bellezza, non lo misura con le parole. E' soltanto da questo tipo di silenzio che nasce una mente che medita.

La meditazione è una delle più grandi arti della vita, forse la più grande, e non la si può apprendere da nessuno. Questa la sua bellezza. Non ha una tecnica e pertanto non possiede autorità. Quando si conosce se stessi, si osserva se stessi, il modo in cui si cammina, si parla, si mangia, ciò che si dice, come si odia, come si diventa gelosi, si diventa consapevoli di tutto ciò che è dentro di noi, senza una scelta, allora quella è meditazione. Essa può avere luogo anche stando seduti in un bus o mentre si cammina nei boschi pieni di luce o mentre si ascolta il canto degli uccelli e si guarda in faccia la propria donna o il proprio figlio.

E' strano come la meditazione diventa completa. Essa non ha un principio né una fine. E' come una goccia d'acqua. In quella goccia ci sono tutti i corsi d'acqua, i grandi fiumi, i mari e le cascate. Quella goccia nutre la terra e l'uomo, senza di essa la terra sarebbe un deserto. Senza la meditazione il cuore diventa una terra incognita. Meditare significa scoprire se il proprio cervello, con tutte le sue attività, può essere assolutamente tranquillo e silenzioso. Senza alcuna forzatura, perché se c'è forzatura c'è dualismo.

L'entità che dice "Desidero avere esperienze meravigliose, perciò devo costringere il mio cervello ad essere silenzioso" non potrà mai arrivare alla meditazione. Ma se si comincia ad indagare, osservare, ascoltare tutti i movimenti del pensiero, i suoi condizionamenti, i suoi scopi, le sue paure, i piaceri, osservare come si comporta il cervello, allora si comincerà a vedere come il cervello sa stare tranquillo e silenzioso. Un silenzio che non è sonno, ma grande attività e quindi tranquillità. Una grande dinamo che funziona alla perfezione non produce alcun rumore. Solamente quando c'è frizione c'è rumore. Silenzio e spazio vanno insieme. L'immensità del silenzio è l'immensità della mente in cui il centro non esiste.

La meditazione implica un duro lavoro per acquisirla. Richiede un'alta forma di disciplina, che non è conformismo, imitazione, obbedienza, ma disciplina che deriva da una costante consapevolezza non solo delle cose interne, ma anche di quelle esterne. La meditazione non è un'attività svolta in isolamento ma è azione quotidiana che richiede cooperazione, sensibilità e intelligenza.

Senza gettare le basi di una corretta esistenza, la meditazione è solo una fuga e pertanto non ha alcun valore. Una vita giusta non la si ottiene seguendo una qualsiasi forma di moralità sociale, ma con la libertà dall'invidia, dall'inimicizia, dall'avidità. La libertà da questi sentimenti non la si ottiene con l'esercizio della mente bensì prendendo coscienza di essi tramite l'auto-conoscenza. Se non si conoscono le attività del proprio io, la meditazione diventa solo una specie di eccitazione sensuale e quindi di poca importanza.

La meditazione non è un mezzo per raggiungere un fine, è entrambi le cose, un mezzo ed un fine. La percezione senza le parole, cioè senza il pensiero, è uno dei fenomeni più strani. Essa è più acuta, non solo con il cervello, ma anche con tutti i sensi. Una percezione di questo tipo non è la frammentaria percezione dell'intelletto, né tanto meno delle emozioni. Essa può essere chiamata una percezione totale che è parte della meditazione. Una percezione acquisita senza che sia avvertita da chi fa meditazione, è simile ad una comunione con le vette e le profondità dell'immensità.

Questo tipo di percezione è cosa del tutto diversa dal vedere un oggetto senza chi lo vede, perché nella percezione della meditazione non c'è nessun oggetto e quindi nessuna esperienza. La meditazione può, pertanto, avere luogo quando gli occhi sono aperti e siamo circondati da oggetti di ogni tipo. Ma questi non

hanno alcuna importanza. Li vediamo ma non li riconosciamo perché non ne abbiamo esperienza.

Che significato ha questo tipo di meditazione? Non ha nessun significato, perché non ha nessuna utilità. Ma in questo tipo di meditazione c'è un movimento di grande estasi che non va confusa col piacere. E' l'estasi che dà all'occhio, al cervello e al cuore la qualità dell'innocenza. Se non vediamo la vita come qualcosa di interamente nuovo, è sempre la stessa routine, la stessa noia, una cosa senza senso. La meditazione ha una grande importanza, essa apre la porta a tutto ciò che non può essere misurato e calcolato.

Sarah says

Interesting how in these extracts he uses the word 'meditation' with different meanings - sometimes referring to the mind state of calm and concentration, sometimes to the practice of mindfulness. Some fantastic quotes - good bedtime reading! - but I really should have bought a whole text by Krishnamurti instead, as there's only so much you can get out of a series of short paragraphs! Next time!
