



Associazione Vidya Bharata
www.ramakrishna-math.org
www.ramana-maharshi.it
www.vidya.org

Iscrivendosi alla Mailing List “Advaita Vedanta” si ricevono gratuitamente singoli brani in Acrobat formattati come Ebook, facilmente leggibili e stampabili. Nella Mailing List “Vidya Bharata” si riceve l’omonimo periodico con altri brani e notizie sulle attività. I brani sono tratti o ispirati dalla tradizione metafisica universale e possono essere uno spunto meditativo-riflessivo per coloro che vogliono confrontarsi con un percorso spirituale tradizionale. La Mailing List “Sai Baba” è un forum dove vengono anche discussi, su richiesta, aspetti pratici dell’autoconoscenza e del Vedanta, nei loro rispettivi molteplici aspetti. Il font Vidya si trova nella sezione file delle ML.

Per iscriversi

Advaita_Vedanta-subscribe@yahoogroups.com
SaiBaba-subscribe@yahoogroups.com
vidya_bharata-subscribe@yahoogroups.com

NOTIZIA SUL COPYRIGHT

Copyright © Centre Vedantique Ramakrishna, Gretz, France
Copyright © 2007 Associazione Vidya Bharata, Catania, Italia.
I contenuti di questo documento sono protetti dalla legge italiana sul diritto d’autore. Questo documento può essere diffuso, stampato e copiato liberamente, purché venga mantenuto integro, senza modifiche, nella sua interezza, includendo interamente questa pagina e quella di copertina, purché non venga posto in vendita o commercializzato direttamente o indirettamente. I diritti di traduzione in altre lingue sono riservati.

RAMAKRISHNA MISSION - ITALIA
Centre Vedantique Ramakrishna - Gretz



Swami Vidyatmananda Come comportarsi in un ashram

Quaderno n° 22

25 Maggio 2007

Advaita_Vedanta@yahoogroups.com



Come comportarsi in un *ashram*¹

Swami Vidyatmananda è stato per tanti anni membro del Centre Vedantique Ramakrishna del Ramakrishna Mission, a Gretz a pochi chilometri da Parigi. Nato nel 1913 come John Yale nel Michigam (USA), a fine 1950 entra come novizio in prova nella Vedanta Society del Sud California del Ramakrishna Math quale allievo di Swami Prabhavananda, a sua volta discepolo di Swami Brahmananda, uno dei discepoli diretti di Sri Ramakrishna considerati illuminati. Di loro Sri Ramakrishna disse: “Narendra (Swami Vivekananda), Bhavanath, Rakhal (Swami Brahmananda) ed altri devoti del genere appartengono al gruppo dei nityasiddha e sono eternamente liberi”.² Nel 1955 diviene brahmachari col nome di Prema Chaitanya, negli anni 1963-64 va in India dove viene ordinato Swami. Nel 1966 l’Ordine lo invia a Gretz, dove lascia il corpo il 22 Marzo 2000, all’età di 86 anni.

Scorrendo le tracce che ha lasciato della sua vita³, vediamo descritto un ambiente che non sembra affatto quello odierno, sembra la descrizione non di eventi del secolo scorso ma di tempi ancora più lontani.

forniture, preziosi come i vasi santi esposti sull’altare, che si utilizzano e di cui bisogna avere cura con uguale rispetto. Gli abitanti degli *Ashram* seguono questa regola e l’estendono anche agli edifici e alle proprietà.

Sant’Agostino visualizzò la Chiesa come una città terrestre di Dio, in cui i Cristiani vivevano insieme in armonia, preparando il loro trasferimento in cielo. Noi abbiamo un’idea simile nel centro. È una comunità di gente virtuosa. Ramakrishna diceva che i suoi devoti formavano una nuova casta o una casta a parte, cioè che i membri della Mission Ramakrishna erano una fraternità per la loro adesione al proprio ideale. Il nostro movimento non vive nella speranza di giungere al cielo nel senso cristiano della parola, ma nella trasformazione di sé che porta alla perfezione in questa stessa vita. Il Vedanta insegna come realizzarlo; il centro dovrebbe essere considerato un ambiente spirituale dove tutto deve condurre a questo fine.

La vita in un *Ashram* è un’esperienza nell’arte di sviluppare la via e la chiarezza. Benché possano essere codificati altri costumi, come ho cercato di chiarire, il reale successo per vivere in un *ashram* si ottiene naturalmente con l’interiorizzazione. Il carattere si affina, ci si rende conto che le regole che portano al successo nel mondo non servono in un *ashram*. È una specie di comunità del tutto differente con diversi obbiettivi e diversi modi di perseguirli. In generale né il *guru* né nessun altro ve lo dirà. Vi occorrerà impararlo, sentirlo con l’intuito, facendo semplicemente delle sciocchezze, sviluppando la modestia, il silenzio, il rispetto. Riassumendo: *sattva* più *sattva*.

FINE

¹Tratto dalla rivista *Vedanta*, n. 143, del Centre Vedantique Ramakrishna. Traduzione a cura del Gruppo Vedantalila di Torino.

²Il 25 febbraio 1883, dal Vangelo di Ramakrishna.

³È disponibile una sua autobiografia “*The making of a devotee*” presso <http://worldstd.com/~elayj/> che descrive la sua vita sino al 1993.

diceva: “È bene nascere in una chiesa, ma non restarci”. Il programma di un centro vedantico indica i dogmi e templi come dettagli secondari, essendo il nostro obiettivo manifestare il divino in noi.

Il *Vedanta* di Ramakrishna è dunque una nuova chiesa? Sì e no. Al di fuori dell’iniziazione, gli *swami* non officiano alcun rito quale battesimo, matrimonio, estrema unzione o sepoltura. Non considerano l’Ordine o essi stessi come addetti alla salvezza. E certamente non è un’organizzazione con un potere temporale, i membri monastici non si occupano di politica in nessun modo. Ciascuno è libero di entrare o lasciare il centro in ogni momento. Ma il centro vedantico può essere considerato come una chiesa, nel senso che offre un luogo dove le persone possono radunarsi per operare per la loro salvezza in presenza di un riferimento spirituale e di altre persone impegnate anch’esse nella stessa ricerca.

A Gretz e in certi altri centri ci sono alcune facilitazioni: i capi famiglia possono vivere in stretto contatto coi monaci in ritiri spirituali, che assomigliano alle comunità Esseniane del tempo di Gesù e alle comunità del primo Cristianesimo. Questo aderisce al suggerimento di Ramakrishna: anche i capi famiglia dovrebbero di tanto in tanto ritirarsi dagli obblighi familiari per passare qualche giorno in santa compagnia.

I discepoli capi famiglia sono chiamati *sadhaka* laici. Hanno un posto onorevole nel movimento. Non figurano nella gerarchia, ma la sostengono e ne ricevono un profitto spirituale. I centri, i templi e gli *ashram* sono il risultato fisico della cooperazione tra monaci e laici. Il ministero spirituale e la direzione quotidiana sono portati avanti dagli *swami* in carica attraverso l’aiuto degli altri monaci, dei novizi e dei laici.

I laici incaricati svolgono il proprio lavoro nei pressi del tempio. I monaci si applicano alla loro vita quotidiana assicurando il servizio ai laici, mentre questi ultimi acquisiscono un’affiliazione religiosa aiutando i monaci con le loro donazioni e il loro lavoro. È uno scambio equo ove non ci sono né perdenti né avvantaggiati, né superiori né inferiori. Gli *swami* a volte fanno anche un lavoro secolare a dimostrazione di questo.

Formulando le regole monastiche che vigono da centinaia di anni, san Benedetto parla dell’equipaggiamento quotidiano, di utensili e

C’è un passaggio deciso nella sua vita, una netta separazione fra il prima e il dopo il suo ingresso nel Ramakrishna Mission. Partecipa ad altissimo livello alla creazione di quella che poi sarà la IBM, incontra Swami Yogananda, il fondatore della SRF, e, alla fine, la sua nota interiore, inizialmente creduta un anelito per l’arte, lo conduce al monachesimo nel Ramakrishna Mission.

Incontrandolo a Gretz, negli ultimi anni della sua vita, si aveva l’impressione di avere a che fare con una anima indiana calata quasi con difficoltà nella cultura occidentale da cui comunque proveniva. Raramente in quei rari incontri e nei pasti comuni di quei giorni, faceva pesare l’età o la sua esperienza monastica, né si intuiva la sofferenza interiore che aveva vissuto. Questo suo articolo presenta la sua personale esperienza di monaco e devoto. Rispecchia una visione personale, che non sempre troviamo ugualmente espressa negli altri monaci del Ramakrishna Mission.

Per comprendere queste pagine dobbiamo assorbire parte dell’esperienza di due diverse persone: John Yale, un brillante professionista di successo, uomo colto, di mondo e Monsieur Swami Americain, un discepolo monastico che ha avuto la grazia di avere ben due Maestri di grande levatura: Swami Prabhananda e Swami Ritajananda. Questo ha portato Swami Vidyatmananda a scrivere nella sua autobiografia:

«Il Vedanta invita il devoto ad indagare sulla Verità, perchè è così razionalmente accattivante; permette di essere cosmopoliti, permissivi, aperti. E fornisce un cristallino programma psicologico per la crescita e il miglioramento personale. Allineato con le scoperte della scienza moderna - come migliaia di nuovi libri sulla fisica come misticismo, e sul misticismo come fisica dimostrano - fornisce le basi per una equanime pratica sociale. Il Vedanta illumina la storia. Il Vedanta fa fronte con successo - con il miglior successo possibile - al problema del bene e del male».

Swami Vidyatmananda arriva alla sua pratica del Vedanta attraverso due maestri. Swami Prabhananda viene descritto dal temperamento bengalese “latino, italiano, emotivo, appassionato”.

Un temperamento che stride sugli umori di questo americano della provincia, al punto che un volta gli dice: «Nessuno sa mai quello che finirai per fare!». Eppure Prema Chaitanya è molto preso da questo Maestro in cui incomincia a intravedere il Divino stesso che si porge in istruzione. A poco si compie il tragitto da John a Prema.

Inizia a comprendere il culto della persona, un qualcosa di inimmaginabile prima, così come lo è oggi per molti occidentali. L'idea del guru è incomprensibile, le religioni semitiche ci hanno insegnato ad adorare al limite i morti, ma non i vivi. Le tradizioni che contemplavano l'usanza del discepolato si sono ritirate in Occidente. Come adorare un altro come se fosse il Divino stesso incarnato, ignorando i difetti che indossa insieme alla spoglia umana? Difficile per chi cerca la perfezione del Divino accontentarsi di rispecchiarla nell'imperfezione di un altro uomo. Ed è qui che ci compie il vero miracolo del sacro rapporto fra guru e chela: «Se non riuscirò ad integrare nell'accettazione i difetti che riscontro nel Maestro grazie all'amore che provo per lui, come potrò mai pensare di accettare, integrare e perdonare a me stesso i miei?». Nello Sivaismo, è lo stesso Siva, il Supremo Divino, ad essere presente nel Maestro che dona l'iniziazione. Molti si atteggiavano a guru, alcuni vengono addirittura pregati da impetuosi giovani aspiranti ad agire da Maestri, come se l'essere un guru sia una scelta e non una vera e propria missione, per cui necessitano determinate qualifiche che non si trovano all'angolo di ogni strada. È il rapporto col guru che trasforma Prema in Vidyatmananda. L'anno che trascorre in India, però lo sconvolge, non riesce a trovare il monachesimo vedantico da lui praticato in Occidente nel monasticismo indiano del Belur Math, ma nonostante sia stato ordinato monaco è ancora un devoto, che vedendo traditi gli ideali del suo Maestro, diretto discendente del lignaggio di Ramakrishna, torna in Occidente sconvolto al punto da innescare una controversia tra il Belur Math e i monaci occidentali della California. Questo evento lo porterà all'incomprensione col suo guru, incomprensione che lo vedrà reietto, in un altro continente, impossibilitato a reincontrare il Maestro, senza capire e col cuore spezzato. Sarà solo molti anni dopo che si riappacifi-

diversa, e tutti i vari contatti tra mani e bocca o il leccarsi le dita non sono auspicati. Ridere o scherzare, parlare forte a tavola sono da evitare, per il rischio di mandare materia estranea nel piatto del vicino o nei piatti di servizio.

A tavola, servendosi si farà cadere il cibo nel piatto, evitando di toccare il piatto con il tovagliolo. Non si userà il cucchiaino o la forchetta che si è messa in bocca per mettere nel proprio piatto il cibo che viene passato.

L'abitudine occidentale di appoggiarsi o sedersi sulle tavole tra i pasti non è accettata, perché non è delicato posare la parte inferiore del corpo sulla tavola dove si prendono i pasti.

Ci si domanda a volte: il Movimento Ramakrishna è una setta? e quanto gli *swami* che dirigono i centri sono diversi da quei personaggi che hanno una cattiva reputazione?

Questo sembra implicare che una setta sia qualcosa negativo. Ma non necessariamente. Il dizionario definisce una setta come un insieme di persone che formano un gruppo distinto, unito da credenze e da interessi comuni. E la parola culto usata a volte per designare una devozione verso una persona o l'Ideale può anche riferirsi a un sistema o una comunità culturale religiosa i cui motivi sono degni. Non è denigrare dire che la Cristianità ha iniziato come setta e, quando si separò dal Cattolicesimo, il Movimento Luterano fu considerato una setta. Nel medioevo l'immensa devozione alla Madre di Cristo fu designato come culto della Vergine Maria.

Ogni organizzazione umana può fare una cattiva strada cioè provocare una regressione tra gli aderenti invece di elevarli. E questo si produce quando un capo stabilisce un culto nei propri confronti o per glorificarsi, è allora che la parola setta o culto viene utilizzata in senso denigratorio.

Ma le sette o i capi cattivi a volte possono anche fare del bene ai loro seguaci, per esempio quando si aiutano dei giovani drogati o delinquenti a purificarsi e a trovare un ideale nella vita.

L'obiettivo del Vedanta è la liberazione spirituale dei suoi praticanti. L'organizzazione non è che un tutore e lo *swami* in carica il giardiniere che è utile quando la pianta è piccola. Swami Vivekananda

L'Ordine di Ramakrishna è un'organizzazione maschile. Nei centri vi è permessa la mescolanza dei due generi. Questo si deve svolgere correttamente. La modestia nel comportamento e nel vestire sono importanti.

Un *ashram* è mantenuto come un ritiro dal mondo, un luogo del mondo non mondano, per quelli che desiderano allontanarsi dal *samsara*. Dunque è importante che quelli che vengono regolino il loro comportamento in modo da non portare il mondo con loro.

Gli aspiranti devono aderire alle pratiche che conducono alla liberazione. Il parco non deve essere considerato come un camping o una spiaggia. I rapporti con le persone devono svolgersi su una base relativamente formale. Gli incontri si tengono nella parte comune dell'edificio, non nel parco o nelle camere. È sconsigliato portare animali, perché comportano un'atmosfera frivola e distratta e possono essere fonte di difficoltà, variando tra gli individui i sentimenti nei loro confronti. Tra i praticanti deve esistere purezza nei rapporti, accettazione delle debolezze altrui, evitare gli scandali, interiorizzare la parola e l'azione, una meditazione regolare, nessuna richiesta da fare.

Una delle abitudini più dannose è chiacchierare sull'elevazione spirituale di altri o rivelare la propria. Chi non ha queste qualità disturba la comunità e ritarda la propria realizzazione.

Mangiare è una parte importante nella vita indù ed è significativa nella vita dell'*ashram*. La preghiera che precede il pasto, il ventiquattresimo versetto del quarto capitolo della *Bhagavad Gita*, dice che il nutrirsi è un atto spirituale. Nei centri si è creata un'etichetta che incorpora idee orientali e occidentali.

L'etichetta del nutrimento è basata su idee già ricordate: il contatto con la lingua è sporco e nessuno deve portare le proprie vibrazioni agli altri; il cibo trasmette molto le vibrazioni.

In India i commensali si siedono e sono serviti da qualcuno che mangerà più tardi. Non ci si passano i piatti di un convitato, l'uno con l'altro, e non ci si serve da soli. Le persone mangiano con le dita e non avendo tovaglioli, si leccano le dita spesso (ben inteso, le mani sono state lavate). In Occidente ci si passano i piatti e ciascuno si serve [e si usano posate e tovaglioli]. Così la situazione è molto

cheranno e sarà allora che Swami Vidyatmananda, forse l'unico fra tutti i monaci del Ramakrishna Mission, si ritroverà a ricevere per la seconda volta il sannyas.

Non si può comprendere quanto grande sia il dolore di essere accusato di tradimento dal guru. Certamente è una delle grandi prove a cui può essere sottoposto il discepolo e poveretto colui che si sia trovato a compiere azioni così irresponsabili. Si mette in discussione ogni istante della propria vita, ogni decisione del passato, ogni considerazione, ogni parola, ogni pensiero, ogni emozione e sentimento vengono pesati, commisurati, valutati, riconsiderati, dal reietto tacciato di tradimento. Per quanto lungo sia il viaggio interiore non sempre c'è la grazia di trovare l'errore, trovare il momento, il punto in cui non si è seguito il cuore ma ci si è lasciati distrarre da una inferenza, da una sovrapposizione o adesione ad un evento oggettivo. Se non si trova quell'evento, allora non rimane che la totale resa dell'io, senza alcuna soddisfazione, senza alcuna scusa, senza alcun sostegno; l'aspirante, e ancor più il monaco, non può che arrendersi alla sadhana che la Vita gli presenta innanzi.

Queste riflessioni ci vengono da un monaco che ha saputo rinunciare alla sua chiesa, al suo Maestro, alla sua nazionalità, ad ogni cosa, giungendo quasi ad essere un apolide nel suo stesso ordine.

∴

All'inizio del lavoro vedantico in Inghilterra e in America, gli Swami facevano attenzione a non insistere con gli occidentali a imporre i costumi sociali e religiosi dell'India. Non avevano l'intenzione di induizzare nessuno. Fecero pochi sforzi per introdurre le pratiche religiose osservate in India dai devoti e fecero in modo che i santuari e gli altari dei Centri fossero in stanze private lontane da quelle aperte al pubblico, che avrebbe mal compreso quello che vi succedeva. Non fu che nel 1936, quando fu terminato il tempio vedantico a Hollywood che il santuario fu designato a far parte dell'auditorium, paragonabile agli altari delle chiese cristiane, ma dapprima le porte di quei santuari

furono chiuse durante i servizi pubblici. Ancora 40 anni fa, la cappella di Gretz era chiusa a tutti quelli che non erano dei veri addetti, perché potevano essere impressionati dalle caratteristiche indù.

Ora le cose sono molto cambiate, si vedono spesso orientali in occidente e non impressiona vederli portare il loro abbigliamento tradizionale e seguire i loro costumi. Probabilmente anche perché molti occidentali sono andati in oriente, hanno visto i loro costumi e vi si sono adattati. L'esplosione hippy e il movimento dei giovani degli anni '60 – inizio '70 confermano quella tendenza.

Quei giovani decisero di adottare i valori morali di bontà, realtà e semplicità e lo proclamavano portando vestiti qualsiasi, avendo un comportamento naturale, in sfida a quello che consideravano l'ipocrisia delle generazioni precedenti, il cui vessillo sembrava loro nascondere la presunzione e l'ingiustizia. Gli hippy trovavano ispirazione in quel genere di vita che avevano incontrato nel modo di comportarsi in India.

Per l'adepto del *Vedanta* in occidente è entrato in vigore un codice di comportamento che tiene conto dell'occidente, ma è conforme allo spirito delle idee religiose indù, un codice di etichetta che è evoluta in modo naturale, che deriva dai viaggi, l'interesse verso lo yoga, la presenza di Swami in occidente e una ricerca progressiva degli occidentali verso un comportamento religioso più impegnato nella vita.

Quelle che chiamiamo discipline d'*ashram*, che guidano i comportamenti nei centri vedantici, è il risultato di iniziative di devoti più che un regolamento degli Swami del Ramakrishna Mission.

La disciplina dell'*ashram* è un amalgama di abitudini orientali e occidentali. Le persone che vengono nei centri e *ashram* vedantici si domandano spesso come e perché questo funziona. Da cui l'articolo presente.

Il pensiero indù parte dall'idea che il mondo visibile non è che una massa di energie, o di qualità chiamate *guna*. Ci sono tre *guna* di cui si potrebbe dire che sono il bianco, il rosso e il nero, che formano l'interiorizzazione o virtù, la passione o attività e l'ignoranza o inerzia. Il mondo a ogni momento è la somma totale di tutti i *guna* nelle loro manifestazioni e combinazioni diverse. Nei santi il *guna* della non passione o *sattva* predomina. Nell'ambizioso è l'attività o *rajas* che predomina. Il pigro, quello che prende tempo, possiede a un alto grado la qualità nera, *tamas*.

Chi rappresenta Ramakrishna agli occhi del mondo è il Presidente dell'Ordine di Ramakrishna, eletto da un comitato di anziani *swami*, a loro volta democraticamente eletti dai *sannyasin* dell'Ordine. In India solo il Presidente e il Vicepresidente hanno il potere di dare l'iniziazione. C'è poi un Segretario generale e diversi altri funzionari. Ma la gerarchia opera per rango secondo l'anzianità nell'Ordine cioè secondo la data di entrata nell'Ordine. Così è possibile che un funzionario debba rispettare come proprio superiore, uno *swami* non funzionario, perché entrato nell'Ordine prima di lui.

Un parola sul rispetto. Al momento la giovinezza è glorificata per l'aspetto fisico e il suo fascino. Ma sono qualità che non si acquisiscono, anzi si perdono e sono un dono della natura ignorante. I devoti che vogliono progredire lottano contro la natura e si rendono conto, dopo un certo tempo, come sia lenta e difficile la purificazione. Vedono che è necessario un lungo lavoro per svilupparla e cominciano a rispettare coloro che la possiedono. Le civiltà orientali hanno la caratteristica di valorizzare gli anziani e i saggi. Il rispetto della grandezza spirituale viene insegnato a chi pratica il Vedanta e cresce man mano che l'ego diminuisce.

Uno *swami* è un essere che ha fatto voto di rinuncia, il *sannyas*. Questo è preso una volta all'anno a Belur Man, abitualmente il giorno dell'anniversario di *Thakur*. I candidati seguono nove o dieci anni di noviziato. Il *sannyas* permette di essere chiamato *swami* o *sannyasin* e di portare l'abito color oca. Nell'organizzazione per le donne, Sri Sarada Math, il termine equivalente è *pravajika*, *sannyasini*. Si raggiunge il *sannyas* dopo essere stati *brahmachari*. Questo stato è conferito con una cerimonia ora permessa anche in Occidente (America) oltre al Belur Math. Avviene dopo cinque o sei anni di noviziato. Un *brahmachari* veste di bianco.

La parola monaco è riservata a coloro che hanno preso il *sannyas* e quello di *brahmachari* a tutti i novizi che abbiano preso o no il *brahmacharya* formale. La parola *sadhu* è un termine generale applicato spesso ai monaci nel loro insieme. Ci si può indirizzare ad un *sadhu* in quanto *Maharaj*. Un *Sadhak* è un aspirante e i discepoli che seguono un percorso spirituale o *sadhana* si chiamano *sadhak*.

l'accettazione di una gerarchia; è una sorta di estensione del rispetto per il *guru*. Il fondatore e capo del movimento, considerato sempre vivo, è Ramakrishna che è spesso chiamato *Thakur* (Signore), il Maestro o *Guru Maharaj*, non in senso esclusivo, ma come incarnazione ideale del pensiero della religione universale e della riconciliazione. I devoti possono considerarlo come ideale prescelto (*istham*), anche se non è necessario. Qualsiasi Principio, qualsiasi Grande dello Spirito può essere prescelto come soggetto da venerare; in questo caso Ramakrishna può essere considerato come strumento che facilita la realizzazione dell'aspetto particolare prescelto dell'Unico. Sarada Devi è riverita, dai monaci, come espressione della Madre Divina (*Shakti*) o principio attivo. Swami Vivekananda è riverito come colui che ha reso popolare la rivelazione di Ramakrishna, la dottrina insegnata dai *sannyasin* del movimento.

Si può dire che il *Vedanta* offra gli strumenti razionali per comprendere certi aspetti del Divino e che Ramakrishna abbia tonificato e rivificato i metodi pratici per realizzare il Divino. Vivekananda ha codificato l'insegnamento del Maestro in una veste più conforme ai tempi, dando insieme un indirizzo pratico da perseguire, secondo le differenze individuali.

Questo è quanto si intende per *Vedanta*, secondo Ramakrishna. L'effigie dell'Ordine monastico rappresenta il *Vedanta* in forma grafica. Mostra un loto su di un lago, illuminato dal sole levante e circondato da un cobra. Sulle onde un cigno bianco. Sopra una frase in sanscrito scritta da Vivekananda: "Che ci illumini." È un potente ideogramma per stimolare l'equilibrio armonioso e lo sviluppo dell'aspirante religioso. L'acqua simboleggia il *karma yoga*, per un progresso spirituale, per un lavoro disinteressato, il loto il *bakti yoga* per lo sviluppo dell'amore divino, il sole levante l'*jnana yoga*, la pratica della discriminazione e della conoscenza. Tutti sono legati insieme dal *raja yoga*, la concentrazione e la meditazione che risveglia il serpente della spiritualità; il cigno al centro simboleggia l'aspirante potenziale all'Anima Suprema. Supportato da quei mezzi, l'uomo ideale deve emergere, sereno nella felicità, perfezionato nella bellezza del proprio Sé. La frase indica lo scopo ultimo che, secondo Vivekananda, tutti i devoti devono perseguire e al quale conduce il lavoro, il culto, gli sforzi e le lotte: "Possa illuminarci tutti".

I *guna* sono influenzabili; così una persona letargica, in presenza di una persona attiva, può sentirsi spinto verso lo sforzo o lo spirito d'iniziativa. L'individuo agitato, in presenza della tranquillità, può sentirsi rilassato. Questo apre all'opposto, mentre, per esempio, la felicità che sentiamo si trova diminuita sotto l'atmosfera che emana da un individuo depresso.

Il pensiero indù e la struttura tradizionale e sociale indù fu basata sulla credenza che gli individui si pongono nella vita secondo il *guna* che predomina in essi e devono agire seguendo i comportamenti di quella situazione, cioè il *dharma* individuale.

Dio, si dice, è al di là dei *guna* e chiunque realizza l'unione con Dio si dice che abbia trasceso i *guna* e non può essere dominato da essi. Essendo lo scopo della vita trascendere i *guna*, nel corso di vite successive in cui lo sforzo è elevarsi più in alto, l'Indù ha provato a sottomettersi all'influenza più elevata possibile dei *guna* e ad evitare le influenze che ritardano il suo progresso. Questo ha guidato il suo comportamento e determinato i costumi che ha seguito. Il suo scopo è stato quello di elevarsi sempre più in alto nella gerarchia dei *guna*, fino a passare interamente al di là di quella gerarchia e giungere a immergersi in Dio.

Così Dio è considerato totalmente adorabile, totalmente degno di un culto. Benché essenzialmente senza forma, per il bene dell'umanità, Dio assume diverse forme e aspetti. Le incarnazioni e le immagini sono i ritratti dei suoi diversi aspetti. Come divinità è nei templi e nei santuari. Desiderando l'uomo essere protetto da Dio, e desiderando amarlo e rassomigliargli, viene a trovarlo nel suo santuario, mostrandogli rispetto, provando a fare quello che a Lui piace. Con quelle intenzioni l'uomo può purificarsi sufficientemente e stabilire contatti con Dio. L'uomo può anche organizzare nella sua casa una succursale del tempio, non con le sue mani, ma col suo cuore.

Dunque, i comportamenti più importanti da seguire in un *ashram* concernono l'attitudine da avere in un tempio o santuario. La pulizia è il primo dovere perché essa contiene un forte elemento di *sattva*. E questo attiene non solo il corpo o i vestiti, ma la purezza mentale. Prima di entrare si lasciano le scarpe, per non portare la sporcizia in un luogo dove le persone sono sedute per terra; d'altra

parte piegare le gambe sotto di sé per meditare è scomodo se si portano le scarpe. C'è anche una ragione più sottile: togliersi le scarpe davanti ad una divinità è un gesto di umiltà interiore e di rispetto.

Per spezzare di più ogni legame con la sua posizione secolare e le preoccupazioni del mondo, il devoto può sentire più conveniente indossare un abito riservato solo alla cappella e dove sia a suo agio per meditare, o di indossare un *chadar*. Un *chadar* è una specie di uniforme che toglie le differenze individuali che distraggono e attesta una solidarietà nello sforzo. Questo suggerisce anche la sensazione di essere separato dagli altri, solo con Dio.

È normale entrando nella casa dell'Ideale salutarlo con un gesto di rispetto, una prosternazione chiamata *pranam* o di giungere le mani in un gesto chiamato *namaskar*.

È necessario dire che davanti all'Ideale si deve osservare il silenzio, evitando i movimenti disordinati. La parola *asana* significa postura ed anche il cuscino su cui ci si siede. Le gambe e le mani giunte, il tronco e la testa dritti sono un atteggiamento di ricettività. Stendere le gambe davanti alla divinità o esporre le membra o afflosciarsi sono considerati mancanza di rispetto.

È normale, quando si visita qualcuno che si ama, portare un regalo. Il più grande regalo, quello che il Signore gradisce di più, è il sentimento del cuore e nella *Gita* è detto che se quel sentimento esiste, una piccola foglia simbolica o un'offerta d'acqua saranno più che soddisfacenti. Certo, i devoti offrono anche denaro, ma l'offerta abituale consiste in fiori e cibo. I fiori offerti nel rituale chiamato *puja* dall'adoratore chiamato *pujari*, sono restituiti ai devoti dopo il rito, se lo desiderano, e si conservano come delle sante reliquie, come i cattolici conservano le palme benedette. Quando i fiori sono appassiti, non devono essere gettati nella pattumiera; si devono rendere alla terra, in un luogo dove non siano pestati dai piedi. Ovviamente i fiori offerti devono essere puliti e senza macchie e non devono essere stati già offerti a qualcun altro; abitualmente sono lavati e a volte sono cosparsi di profumo e di pasta di sandalo.

Il cibo offerto segue le stesse regole. Il frutto deve essere fresco e naturale. Benvenuto lo zucchero candito; può essere offerto pure

alla lettera. Manifesta qualità divine, fa della sua vita un esempio e passa la maggior parte del tempo ad aiutare gli altri senza cercare ricompensa. La riserva di spiritualità che ha acquisito negli anni di rinuncia e di maturazione, la può impartire ai discepoli (*chela*) con il rituale dell'iniziazione (*diksha*) nel quale è data una formula o *mantra*, contenente il nome divino. Sono tutti *mantra* che si trovano nelle scritture e sono appropriati all'una o all'altra Divinità prescelta o *ishtam*. Il *japa* e la ripetizione silenziosa del *mantra*, viene fatta utilizzando spesso un rosario di 108 grani, chiamato *mala*. Il *mala* deve essere mantenuto pulito, in un sacchetto speciale o una borsa e durante il suo utilizzo deve rimanere coperto. Ogni mostra esteriore di una pietà eccessiva è considerata di cattivo gusto.

Vi si può dire che ciascuno può scoprire un *mantra* conveniente in un libro santo indù e usarlo senza l'intervento di un *guru*. Certo, ci sono ora pubblicazioni popolari che contengono l'indicazione di una pronuncia corretta della maggioranza dei *mantra* importanti. Ma nel pensiero indù, l'iniziazione di un *guru* aggiunge qualcosa di molto importante, la trasmissione di un potere spirituale con l'udito, che aumenta le energie latenti del *chela*.

Se il *chela* desidera considerare il *guru* come fosse il Divino, questi può aiutarlo. Come amico, confidente, esempio, confessore, il *guru* è di grande aiuto. Ma solo nella misura in cui utilizza il tangibile per condurlo verso l'intangibile. Una eccessiva identificazione con il *guru* fisico può condurre al fanatismo, alla dipendenza, alla gelosia, alla formazione di gruppi o sette. Ogni *guru* che accetta di ricevere un culto a sé stesso danneggia il benessere proprio e quello dei suoi *chela*. È una linea di demarcazione è molto sottile, permettere l'identificazione che aiuta il discepolo senza favorire quella glorificazione che può nuocere a lui stesso e all'Ordine. Gli *Swami* dell'Ordine di Ramakrishna sono consci di questo problema e le autorità di Belur Math sovrintendono sempre con attenzione le attività degli *swami* preposti a dare l'iniziazione.

Naturalmente il *chela* deve essere rispettoso, umile, ubbidiente, volenteroso con il *guru*, perché è un apprendista e quelle qualità aprono la mente all'apprensione. Il comportamento dei *chela* implica

Ci si appella al senso della vista proprio del Divino, sforzandoci di stare in una cappella pulita e in ordine, decorata piacevolmente.

Per quanto concerne la consuetudine di ricordarsi costantemente della preminenza del Signore, i devoti prendono l'abitudine di pensare a Lui prima di tutto. Prima di fare qualsiasi cosa, si inchinano a lui alzandosi il mattino. Lo salutano arrivando all'*ashram*, andando alla cappella, salutandolo la sua immagine, rendendo omaggio all'uomo di Dio più importante, normalmente lo Swami residente. Ogni regalo che ricevono o quanto comprano per se stessi, viene offerto al Divino prima di essere utilizzato. Il cibo e le bevande sono offerte mentalmente prima di essere consumate.

Lasciando la casa o l'*ashram*, ci si congeda dal Signore e ci si affida alla sua custodia prima di dormire. Partendo per un viaggio, si domanda l'aiuto alla Madre Divina, ripetendo "Durga, Durga" alla partenza.

Gli *ashram* vedantici venerano molti santi ed eroi spirituali, onorando la loro festa con più o meno importanza; Natale, il giorno di *Kalpataru* (1 gennaio), l'anniversario di Ramakrishna, Pasqua, la nascita di Krishna sono celebrazioni pubbliche a Greta. Ci sono altri giorni festivi chiamati *tithis puja*, o *guru purnima* che sono celebrati in privato (ma se lo si desidera si può assistere). Le date, che cambiano di anno in anno secondo il calendario lunare, sono fornite per tempo ai fedeli. Comprendono anche le date degli anniversari dei discepoli importanti di Ramakrishna, la Durga Puja, la Kali Puja, la Shivaratri, e le date di Ram Nam, mentre la storia della vita di Rama e le sue gesta sono celebrate con eventi musicali.

Dopo il Signore viene il *guru*. Al Ramakrishna Mission, il tipico *guru* è un *sannyasin* indù appartenente all'ordine monastico e designato dalla casa madre a *Belur Math*. Ci sono anche *sannyasin* occidentali nell'ordine di Ramakrishna, ma fino ad ora solo due si sono trovati a capo di un centro e nessuno è stato autorizzato a essere un *guru*.

Un *guru* è considerato un rappresentante speciale di Dio, capace di condurre altri a Dio. È versato nelle scritture indù e nei rituali ed è una persona di certe abitudini e saggezza pratica. Benché si dice spesso che il *guru* sia Dio, nessun *guru* ragionevole prende questo

un cibo cotto, ma deve provenire da una fonte più pura possibile. In India i bramani sono spesso cuochi, perché si pensa che i bramani abbiano qualità sattviche.

Ogni devoto, preparando cibo da offrire deve essere mentalmente e fisicamente pulito durante la preparazione; naturalmente non deve assaggiare il cibo né durante la cottura né dopo. La lingua è considerata portatrice di impurità o come apportatrice di qualità. Dare le vostre qualità agli altri, trasmettendo qualcosa che è stato nella vostra bocca o ha toccato la vostra bocca, costituisce la peggiore delle cattive maniere.

Ne parleremo ancora in occasione di quando parleremo delle regole in uso a tavola.

Inoltre il Signore, deve essere il primo a odorare un fiore e deve essere ancora il primo a gustare il cibo.

Come i fiori offerti nella *puja*, il cibo è offerto ai devoti dopo il culto. Essendo stato accettato da Dio, è molto sattvico. La parola che lo designa è *prasad*, che significa benedetto per l'accettazione del Divino e pieno della sua qualità ed energia. Un errore che i devoti fanno spesso è di considerare il cibo che portano per l'offerta come "un contributo di *prasad*". Fino a che non è offerto, è solo un dono di cibo; è solo dopo che si trasforma in *prasad*.

L'idea di *puja* in un *ashram* di Ramakrishna in termini molto semplici è questa: il Signore è l'invitato d'onore, un augusto personaggio che ci fa il favore di farci visita. L'adoratore è l'ospite, ansioso di fare tutto il possibile per compiacere il suo invitato, idea non dissimile dal tema della messa cattolica, che rinnova l'atto d'amore dell'ultima cena che Cristo condivise con i discepoli prima della crocifissione.

Ricordiamo la grande importanza data all'ospitalità nei paesi orientali. La *puja* consiste nell'offerta di cose gradevoli, fiori, cibo, incenso, musica, profumi, luce, e anche acqua per bagnarci e bere. Quando è possibile viene offerta l'acqua del Gange. Una volta, a Hollywood, il mio *guru*, Swami Prabhavananda, mi domandò di accompagnarlo da un discepolo che stava morendo. "Prendi un po' d'acqua del Gange da portargli". Andai nella mia camera, vuotai una bottiglia, la lavai, l'asciugai con cura e la riempii di

un po' d'acqua del Gange, presa dal grande recipiente custodito nel santuario. Mentre andavamo verso la casa del morente, dissi a Swami che avevo pulito il recipiente, Lui si mise a ridere. "Non sai, disse, che l'acqua del Gange purifica tutto ciò che tocca?".

Questo mostra un altro principio del pensiero indù. Abbiamo due tipi di purezza, o piuttosto, c'è una purezza e una pulizia. La pulizia come igiene è molto importante in occidente ed è spesso confusa con la purezza, mentre la purezza indù non è fisica perché implica la presenza di qualità sattviche. Così un ristorante con tovaglie immacolate e una brillante argenteria, benché pulito dal punto di vista igienico, non può dare nulla di spirituale ad un pranzo a causa dell'attitudine mentale e fisica dei cuochi e camerieri; mentre un pasto molto semplice, se si è pensato a Dio durante la sua preparazione, può avere un effetto più sattvico, perché il cibo è puro.

I gesti che il *pujari* compie durante la cerimonia sono chiamati *mudra*. Si dice che aiutino la concentrazione, che sono i simboli fisici di idee spirituali e che liberano energie spirituali che contribuiscono all'efficacia del rito. Le parole pronunciate in silenzio sono chiamate *mantra* e sono invocazioni, preghiere, citazioni delle scritture, o formule che contengono i nomi del Divino.

Bisogna notare che una delle idee interessanti della *puja*, è che, poiché il Signore ha già tutto, è presuntuoso da parte del devoto offrirgli una qualsiasi cosa. Così la prima azione del *pujari* è assumere un atteggiamento divino che mantiene per tutta la cerimonia, perché in realtà il rituale consiste in Dio che offre a Dio ciò che già gli appartiene.

All'*arati*, la cerimonia serale, si offrono a Dio gli elementi dell'universo: terra, aria, acqua, fuoco e etere. Cos'è lo spazio, il tempo, la causalità, se non una celebrazione cosmica in cui Dio gioisce di ciò che è già suo. Ma si dice anche che, benché Lui sia il possessore di tutto e non abbia bisogno di niente, Dio accetti per grazia ciò che l'adoratore gli offre, perché, accettando tali atti d'amore, Dio avvicina gli uomini a sé.

L'uomo ha cinque sensi e, poiché la sua comprensione non va più lontano, suppone che anche Dio abbia cinque sensi. Vuole piacergli con il gusto, offrendogli del cibo e scambia per spirituale il suo gusto, condividendo con Dio ciò che Dio ha mangiato.

Nello stesso modo, offre al Divino incensi e profumi, avendo come risultato il riflesso condizionato che fa sì che tutto quanto in futuro sarà attinente all'odorato porterà il pensiero al Divino.

Lo stesso con l'udito. Abbiamo già parlato dei *mantra* e si ritiene che pronunciarli provochi delle vibrazioni spirituali. Si è andato formando un ampio repertorio di canti, gradevole alle orecchie di Dio e dei suoi adoratori. I canti (*bhajan*) alla fine della meditazione del mattino e all'*arati*, sono stampati in un opuscolo che può essere richiesto al centro.

La serie di *jai* ripetuti alla fine dei canti può essere interpretata come grida di vittoria indirizzati a diversi eroi vedantici. *Jai* significa "saluto a" o "vittoria a". La lista dei *jai* e il loro significato si trova nel libro di canti.

Il quarto senso è il tatto. Ci appelliamo al senso del tatto di Dio procurandogli conforto: abiti di prima qualità, un tempio gradevole, decorazioni di buon gusto. In India, nei giorni caldi si porta il Divino in processione in battello o a volte verso padiglioni al centro della parte riservata del tempio. Come devoti, desideriamo toccare l'oggetto della nostra venerazione. Il toccare dà in cambio un'energia di vibrazione. È per questo che in India le persone non si danno la mano, ma si salutano giungendo le mani (*namaste*). Toccare i piedi di un'immagine o di una persona adorata come un genitore o un *guru*, è un gesto di rispetto e il desiderio di assorbire l'energia spirituale o le qualità dell'immagine della persona. I piedi sono considerati convettori efficaci della natura essenziale. Lo scambio di vibrazioni aperto nei due sensi. Un santo può trovare doloroso lasciarsi toccare troppo i piedi da gente piena di "peccati", perché quel contatto prende troppo da lui. Toccare i piedi esprime anche umiltà; è una benedizione raccogliere la polvere dei piedi di una persona onorata e portare quella polvere alla propria fronte.

La vista, il quinto senso, è considerata un contatto in cui si trasmettono le influenze e le energie. La parola utilizzata per indicare questo processo è *darshana*. La Divinità o il santo offre il suo *darshana* (la sua visione) a tutti coloro che vengono in sua presenza con attitudine di adorazione, per gioire della sua vista.