

ASSOCIAZIONE ITALIANA RAMANA MAHARSHI



RAMANA MAHARSHI

Cuore & Intelletto

II

Quaderno n° 59

8 Febbraio 2008

Quaderni Advaita & Vedanta

[Advaita\\_Vedanta-subscribe@yahoo.com](mailto:Advaita_Vedanta-subscribe@yahoo.com)



## Cuore & Intelletto II

(Talks)

[Cohen] D. *Qual è la natura del Cuore? Il “cuore spirituale” batte veramente? e in caso affermativo, come? E se non “batte” affatto, come se ne può avvertire la presenza?*

R. Il Cuore al quale vi riferite è differente dal cuore fisico. E’ questo che batte. Il primo è la sede dell’esperienza spirituale. E’ tutto quello che se ne può dire. Così come una dinamo fornisce energia a diversi apparecchi come ventilatori, lampade, ecc., allo stesso modo la Forza primordiale fornisce energia al battito del cuore, alla respirazione, ecc.

D. *Come si può avvertire lo stato di coscienza “Io-Io”?*

R. Come una presa di coscienza continua. E’ semplicemente la coscienza.

D. *Possiamo sapere quando ciò si verifica in noi?*

R. Sì, in quanto coscienza. Già in questo momento voi siete Quello. E non avrete più dubbi quando la vostra coscienza sarà purificata.

D. *Perché allora ci raccomandate di scegliere il Cuore come sede della nostra meditazione?*

R. Perché voi cercate la vostra coscienza. Dove potete trovarla? Potete forse coglierla all’esterno di voi stesso? Vi occorre scoprirla in voi. Per questo vi si dice di rivolgervi verso l’interiore di voi stessi. Vi ripeto che il Cuore è soltanto la sede della coscienza, o la coscienza stessa.

D. *Su cosa dobbiamo meditare?*

R. Chi è il meditante? Ponetevi prima di tutto questa domanda. Restate il meditante. Non c’è bisogno di meditare. [178.162-63]

*D. Come succede che Dio immanente risieda, sembra, nel daharâkâsha (l'etere del Cuore)?*

R. Forse che voi stesso non risiedete in un luogo determinato? E non dite che risiedete nel vostro corpo? Allo stesso modo si dice che Dio risiede nello *hrit-pundarika* (il loto del Cuore). Il loto del Cuore non è un luogo. Si cita una sede come residenza di Dio perché noi crediamo di essere nel corpo. Questo tipo di istruzione spirituale è destinata a coloro che apprezzano soltanto la conoscenza relativa. Poiché Dio è immanente, onnipresente, Egli non si localizza affatto in una dimora particolare. Allo stesso modo in cui noi pensiamo di risiedere nel nostro corpo, pensiamo anche di essere nati. Tuttavia, nel più profondo del sonno, non pensiamo più al nostro corpo, né a Dio, né ad alcun metodo di realizzazione spirituale. E comunque, al risveglio, ci attacchiamo al nostro corpo e crediamo di vivere in esso. Ora, è dall'Essere supremo che è nato il corpo, è in lui che vive e si riassorbe. Non di meno, crediamo di risiedere all'interno del nostro corpo. Per questo si insegna che Dio risiede nel loto del Cuore. Ma ciò vuol dire semplicemente "Guarda in te". [233.211]

*D. Dovrei concentrarmi sulla parte destra del petto per meditare sul Cuore?*

R. Il Cuore non è fisico. La meditazione non ha da essere compiuta né a destra né a sinistra. Deve essere fatta sul Sé. Ognuno sa che "egli è". Chi è questo "egli"? Non è né a destra né a sinistra, né interiore né esteriore. "Io sono", un punto, ed è tutto. Il Cuore è il centro da cui tutto si leva. E' perché vedete il mondo, il vostro corpo, ecc., che si dice che essi hanno un centro, che si è battezzato col nome di Cuore. Quando siete nel Cuore sapete che questo Cuore non è né il centro né la circonferenza e che non esiste niente all'infuori di lui. Allora di cosa può essere il centro?

*D. Devo dedurne che il Sé e il non-Sé sono come la sostanza e la sua ombra?*

R. L'ombra e la sostanza si presentano unicamente a colui che non vede che l'ombra, e la prende per la realtà. Ma non c'è né sostanza né ombra per colui che contempla la sola Realtà.

*D. Quando fu chiesto a Buddha se esistesse un ego, egli restò silenzioso; se esistesse un non-ego, e rimase silenzioso; se Dio esiste veramente, e restò ancora silenzioso; se Dio non esisteva; restò sempre silenzioso. Il Silenzio era dunque la sua risposta a tutte queste domande. Le Scuole*

*del Mahâyâna e del Hînayâna hanno entrambe interpretato male il suo silenzio, perché ne hanno concluso che era ateo. Se il Buddha fosse stato ateo, perché avrebbe parlato del nirvâna, della nascita e della morte, del karma, delle reincarnazioni e del dharma? Mi pare che i suoi interpreti abbiano torto. Mi sbaglio, forse?*

R. Avete ragione. [237.215]

D. *Questo cuore è lo stesso organo fisico?*

R. No. La “*Shrî Râmana-Gîtâ*” descrive il cuore come la sorgente da cui zampilla il sentimento del pensiero “Io”.

D. *Ma ho letto che esso è situato nel petto, verso destra.*

R. Questo viene insegnato per aiutare il cercatore nella contemplazione (*bhâvana*). Alcuni libri parlano di sei centri (*chakra*) e di altre *lakshya* (oggetti di contemplazione), sia interni che esterni. La descrizione del cuore non è che una *lakshya* fra diverse altre. Non è necessario ricorrevi. Esso è semplicemente la sorgente da cui scaturisce il pensiero “Io”. Questa è la verità suprema.

D. *Possiamo affermare che il cuore è la sorgente degli organi interni (antahkarana)?*

R. Questi organi sono classificati in ordine di cinque: 1) *jnâna*, la conoscenza; 2) *manas*, il mentale; 3) *buddhi*, l’intelletto; 4) *chitta*, la memoria; 5) *ahamkâra*, l’ego. Altri sostengono che l’*antahkarana*, l’organo interno, è unico, ma che la diversità delle sue funzioni lo fa apparire differente, da cui i differenti nomi. Il cuore è quindi la sorgente di tutti gli organi interni. Da una parte, troviamo il corpo fisico che è inerte. Dall’altra si situa il Sé che è eterno e luminoso, di per se stesso. Fra i due è sorto un fenomeno, l’ego, che prende diverse denominazioni: mentale (*manas*), intelletto (*buddhi*), memoria (*chitta*), ego (*ahamkâra*), energia (*shakti*), corrente vitale (*prâna*), ecc. Cercate la vostra sorgente e raggiungerete automaticamente il cuore. Gli *antahkarana* non sono altro che idee (*kalpâna*) che servono a spiegare il corpo sottile (*sûkshma sharîra*).

Il corpo fisico (*sthûla-sharîra*) è composto da diversi elementi: la terra, l’acqua, il fuoco, l’aria e l’etere. Esso è insensibile. Il Sé è puro, luminoso in se stesso, e di conseguenza evidente in sé. La relazione fra il corpo fisico e il Sé è spiegata dall’ipotesi di un corpo sottile, composto, da una parte, dagli elementi del corpo fisico, ma allo stato sottile, e

dall'altra dalla luce riflessa del Sé. In questo modo il corpo sottile, che è sinonimo di mentale, è allo stesso tempo incosciente e cosciente. In altri termini, l'aspetto sattvico della qualità della purezza originale del Sé (*sattva-guna*) si riflette sugli elementi naturali del corpo grossolano e si manifesta sotto forma sottile in quanto mentale (*manas*) nonché organi della conoscenza e della sensibilità (*jnânendriya*). La *guna-rajās*, dal canto suo, si manifesta sotto forma di energia vitale (*prâna*) e in quanto organi d'azione (*karmendriya*). Infine la *guna tamās*, l'aspetto pesante e oscuro delle cose, si manifesta sotto forma di fenomeni grossolani della vita ordinaria, come le forme corporali.

D. *Ma non si dice che il mentale gioisce allo stesso modo delle sue qualità?*

R. Sì. La purezza (*sattva*) esiste nella qualità assolutamente pura (*shuddha sattva*); l'attività esiste anche in *sattva* (*rajās* in *sattva*) così come la pesantezza (*tamās* in *sattva*) e via di seguito. *Shuddha sattva* è assolutamente pura, *mishra sattva* è la purezza mescolata che risulta dalla combinazione di *sattva* con *rajās* e *tamās*. La qualità sattvica implica semplicemente una predominanza sulle altre due.

Le diverse scuole di filosofia pretendono di chiarire le cose e di rivelare la Verità. In effetti producono una confusione totale, laddove la confusione non ha nessuna necessità di esserci. E' il Sé che permette di capire tutte le cose. Il Sé è evidente. Perché non restarci? Che bisogno c'è di spiegare il non-Sé?

Prendete la scuola del *Vedânta*, ad esempio. Essa insegna che esistono quindici varietà di *prâna*. Si esige dallo studente di apprendere i loro nomi a memoria e di conoscerne le funzioni. L'energia sottile sale, la si chiama *prâna*; scende, la si chiama *apâna*; fa funzionare gli *indriya* e le si dà un altro nome. A cosa serve tutto ciò? A cosa serve nominare, classificare, enumerare queste funzioni? Non è sufficiente sapere che un solo potere, *prâna*, fa tutto il lavoro?

L'*antahkarana* pensa, desidera, vuole, ragiona, ecc., e ad ognuna di queste funzioni si attribuisce un nome, come mentale, intelletto, ecc. Forse qualcuno ha mai potuto vedere dei *prâna* o degli *antahkarana*? Hanno essi un'esistenza reale? Sono soltanto dei concetti e nient'altro. Quando vedranno la fine tutte queste concezioni?

Considerate il seguente caso. Un uomo sta dormendo. Al suo risveglio dice di aver dormito. Perché non lo dice mentre dorme? E' che allora è immerso nel Sé e non può parlare. Il suo stato è paragonabile a quello di un uomo che si immerge nell'acqua per cercare un oggetto. Finché ha la testa sott'acqua non può parlare. Solo quando emerge dall'acqua può esprimersi.

Cosa vuol dire questo tipo di spiegazione? che l'uomo sott'acqua non può parlare perché la sua bocca si riempirebbe d'acqua. Non è del tutto semplice? Ebbene, no, i filosofi non si accontentano di un ragionamento così semplice. Essi spiegano che il fuoco è la divinità che presiede al linguaggio e che ha orrore dell'acqua; di conseguenza non può funzionare! Questo genere di ragionamento è chiamato filosofia, e le persone desiderose di istruirsi si precipitano ad apprendere tutto ciò. Che perdita di tempo! Si spiega ancora che gli Dei presiedono alla destinazione di ogni membro e di ogni organo sensoriale dell'individuo (*vyasthi*). Sono i membri e gli organi di Virât (*samasthi*).

I filosofi vanno avanti così a spiegare il ruolo di Brahman (*Hiranyagarbha*, ecc.). Perché creare confusione negli spiriti e cercare dopo di dissiparla? Felice quello che se lo evita. Ho avuto veramente fortuna a non lasciarmi catturare, altrimenti sarei probabilmente un uomo perso nella più grande delle confusioni. Molto fortunatamente, le mie *pûrva vâsanâ* (le tendenze delle mie vite precedenti) mi hanno portato dritto verso l'investigazione "Chi sono io?". [342.333-337]

R. Il libro *Auto-realizzazione* racconta l'incidente nel corso del quale ho perduto coscienza all'improvviso e si sono manifestati i sintomi della morte. Pertanto non ho mai cessato di essere pienamente cosciente. Sentivo molto bene che il mio cuore fisico si era fermato, ma che il mio cuore spirituale continuava tranquillamente a funzionare, senza esserne turbato. Questo stato è durato per circa un quarto d'ora.

D. *E' vero che alcuni discepoli, come Viswanatha Iyer, Narayana Reddi e altri hanno avuto il privilegio di avvertire che il cuore spirituale di Shrî Bhagavân era localizzato verso la destra posando la mano sul suo petto?*

R. Sì, è esatto.

D. *Se la mano dell'uomo è capace di sentire e di localizzare il centro spirituale del cuore, degli strumenti scientifici potrebbero fare altrettanto,*

*purché siano abbastanza sensibili... Alcuni affermano che il Cuore è a destra, altri a sinistra, altri, infine, al centro. Di fronte a una tale diversità di opinioni come dobbiamo meditare sul cuore spirituale o hridaya?*

R. Voi siete. E' un fatto che non potete negare. *Dhyâna*, la meditazione, viene fatta da voi, in voi e proviene da voi. Non può svolgersi se non là dove siete e non all'esterno di voi stessi. Di conseguenza, voi siete il centro di *dhyâna*, vale a dire il cuore spirituale.

E' in relazione al vostro corpo che vi si dà un punto di meditazione sul quale concentrarvi. Ma voi dove siete? Siete nel vostro corpo e non al suo esterno. Tuttavia, non siete interamente il vostro corpo. Per quanto vi troviate diffusi in tutto il corpo ammettete l'esistenza di un centro, dal quale sorgono tutti i vostri pensieri e nel quale ricadono. Anche quando veniste amputato delle vostre membra non smettereste certo di essere, per quanto con dei sensi atrofizzati. Occorre perciò ammettere l'esistenza di un centro. Lo si chiama il cuore. Ma il cuore non è semplicemente il centro del vostro essere; è il Sé.

I dubbi sorgono soltanto quando ci si vuole identificare con qualcosa di tangibile, di fisico. Per questo le Scritture affermano categoricamente che il cuore è la sorgente delle 101 *nâdî* o condotti sottili dell'energia vitale. Nello "*Yoga Vashishta*", Chûdâlâ assicura che la *kundalinî* è composta da 101 *nâdî*, mirando così ad identificare queste con quella.

Il Cuore non è un concetto, né un oggetto di meditazione. E' la sede della meditazione. Il Sé resta unico. Voi vedete il corpo nel cuore, così come il mondo della manifestazione. Niente è separato da lui. Per cui tutti gli sforzi, qualunque essi siano, non possono essere localizzati che in lui. [353.352-53]

Distributed by Advaita\_Vedanta@yahoo.com

Traduzione da *Talks* (Ed. francese) a cura di Bua



Associazione Vidya Bharata  
www.ramana-maharshi.it  
www.vedanta.it  
www.vidya.org

Iscrivendosi alla Mailing List “Advaita Vedanta” si ricevono gratuitamente traduzioni prevalentemente inedite. Nella Mailing List “Vidya Bharata” si riceve l’omonimo periodico con articoli, brani e notizie. 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 tradizionale.

Per iscriversi

Advaita\_Vedanta-subscribe@yahoogroups.com  
vidya\_bharata-subscribe@yahoogroups.com

#### NOTIZIA SUL COPYRIGHT

Copyright © Bua

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.

#### LIBRI

(www.pitagorici.it)

- 1) *Il Vangelo di Rāmaṇa Mahārṣi* presentazione di Raphael
- 2) *Satya Sai Baba e il Vedānta Advaita* di Prema Dharma
- 3) *Avadhūtagītā* di Dattātreya, presentazione di Raphael
- 4) *Dialogo dIstruzione* di Prema Dharma
- 5) *Rāmaṇa Mahārṣi - Ricordi Vol. I* di A.D. Mudaliar, Sādhu Aruṇāchala.