

ASSOCIAZIONE ITALIANA RAMANA MAHARSHI



RAMANA MAHARSHI

Cuore & Intelletto

III

Quaderno n° 60

15 Febbraio 2008

Quaderni Advaita & Vedanta

Advaita_Vedanta-subscribe@yahoo.com



Cuore & Intelletto III

(Talks)

D. *Il jîva-nâdî è una entità reale o una pura creazione della immaginazione?*

R. Gli *yogin* affermano che esiste una *nâdî* denominata *jîva-nâdî*, *âtma-nâdî* o *pârâ-nâdî*. Le Upanishad menzionano un centro dal quale si diramano migliaia di *nâdî*. Alcune scuole localizzano questo centro nel cervello, altre in diverse parti del corpo. La *Garbha Upanishad* descrive la formazione del feto e la crescita del bambino nel seno della madre. L'individualità o *jîva* arriva ad abitare il bambino al settimo mese dal suo concepimento, passando dalla fontanella. Il *jîva* proviene quindi dall'alto, entra nel corpo attraverso la fontanella e agisce per l'intermediazione di migliaia di nervi sottili (*nâdî*) sparsi in tutto l'organismo. Per questo il cercatore di verità deve concentrarsi sul *sahasrâra*, il loto dai mille petali, vale a dire il cervello, per ritrovare la sua sorgente. Si raccomanda di ricorrere al *prânâyâma* per risvegliare la *kundalinî-shakti* che giace addormentata, arrotolata come un serpente, nel *mulâdhâra*. La *shakti* risale attraverso il corpo percorrendo un nervo sottile chiamato *sushumnâ*, racchiuso all'interno del midollo spinale, che risale fino al cervello.

Se la concentrazione si effettua sul *sahasrârâ* non c'è dubbio che ne seguirà l'estasi del *samâdhi*. Ma le *vâsanâ* (le pulsioni) non sono ancora distrutte. Di conseguenza lo *yogin* è costretto ad uscire dal suo *samâdhi* e reimmergersi nella dualità, dato che i suoi *samskâra* (i legami della sua schiavitù) non sono ancora stati distrutti. Dovrà dunque sforzarsi di estirpare completamente le sue *vâsanâ*, perché la pressione di queste

ultime non lo obblighi più ad uscire dalla pace del *samâdhi*. É allora che egli discende dal *sahasrârâ* fino al cuore, utilizzando la *jîva-nâdî*, che non è altro che il prolungamento della *sushumnâ*. Questa è dunque incurvata alla sua estremità. Parte dal *mûlâdhâra*, si innalza lungo la colonna vertebrale fino al cervello e di là si incurva per discendere e arrivare nel cuore. Quando lo *yogin* ha raggiunto il cuore il suo *samâdhi* diventa permanente. Vediamo quindi che il cuore è il centro finale.

Altre Upanishad fanno riferimento a 101 *nâdî* che si dipartono dal cuore e una di esse sarebbe la *nâdî* vitale. Se il *jîva* discende e si riflette nel cervello, così come sostengono gli *yogin*, è necessario che ci sia una superficie riflettente. Questo specchio deve essere capace di confinare la coscienza infinita entro i limiti corporali. É così che l'Essere universale si limita in quanto *jîva*. Lo specchio riflettente e limitatore è costituito dall'aggregato delle *vâsanâ* dell'individuo. Esso agisce come l'acqua di un pozzo che riflette l'immagine di un oggetto. Se il recipiente è vuoto del suo contenuto, il riflesso scompare. Permane soltanto l'oggetto senza dare origine a un riflesso. L'oggetto di cui qui si tratta è la coscienza d'Essere al livello universale, che è onnipenetrante e di conseguenza immanente in ognuno di noi. Non è necessario conoscerla indirettamente mediante il suo riflesso, dato che essa risplende da sola, che è autoluminosa.

Di conseguenza, il fine del cercatore deve consistere nel purgare il contenuto del cuore da tutte le sue *vâsanâ*, onde evitare che un riflesso di una di esse non venga a limitare la luce della Coscienza eterna. Questo si effettua mediante la ricerca dell'origine dell'ego e l'immersione nel cuore. Questo è il metodo diretto per ottenere la realizzazione del Sé. Colui che l'adotta non ha bisogno di preoccuparsi delle *nâdî*, del cervello, della *sushumnâ*, della *parâ-nâdî*, della *kundalinî*, del *prânâyâma* e dei sei centri occulti.

Il Sé non viene da nessuna parte e non entra nel corpo umano attraverso la sommità della testa. Il Sé è così com'è, eternamente risplendente, stabile, tranquillo e inalterabile. I cambiamenti che si osservano non sono inerenti ad esso. Esso dimora nel cuore ed è la sua propria luce, come il sole. I cambiamenti sono percepiti nella sua luce e grazie alla sua luce. La relazione esistente fra il Sé ed il corpo fisico e mentale è paragonabile a quella di un cristallo e quel che lo circonda. Quando il

crystallo è messo di fronte a un fiore rosso, il suo colore diventa rosso, di fronte a una foglia verde diventa verde, ecc. L'individuo, il *jîva*, si confina entro i limiti del suo corpo fisico mutevole o meglio ancora entro i limiti del suo mentale fluttuante, che trae la sua esistenza dal Sé inalterabile, invariabile. Tutto quello che bisogna fare è rinunciare a questa falsa identificazione. È allora che il Sé, eternamente risplendente, apparirà come la sola realtà non-duale.

Il riflesso della coscienza si effettua, si dice, nel corpo sottile (*sûkshma sharîra*) composto dal cervello e dal sistema nervoso che si irradia da ogni parte, principalmente attraverso la colonna vertebrale e il plesso solare.

Quando abitavo nella Collina sacra, Ganapati Muni sostenne un giorno la tesi che il cervello fosse la sede delle *vâsanâ*, dato che esso è costituito da innumerevoli cellule nervose all'interno delle quali si troverebbero le *vâsanâ*, che sarebbero illuminate dalla luce del Sé proiettata nel cuore. Sarebbe questo che permette a una persona di agire consapevolmente o di pensare. Io gli ribattevo questo: Come è possibile? Le *vâsanâ* dimorano con il Sé e non possono restare separate dal Sé. Se, come sostenete, le *vâsanâ* sono contenute nel cervello e se il cuore è la sede del Sé, un uomo che venisse decapitato dovrebbe essere sbarazzato dalle sue *vâsanâ* e non rinascere più. Converrete che una simile conclusione è assurda. Se ora sostenete che il Sé dimori nel cervello con le *vâsanâ*, perché, se le cose fossero così, la testa si inclina in avanti quando si dorme seduti? Infine, una persona ha un riflesso ben diverso e non si tocca la testa ma il cuore, quando dice "Io".

Da tutto questo deriva che il Sé è nel cuore e che le *vâsanâ* vi si trovano ugualmente in forma eccessivamente sottile. Quando le *vâsanâ* sono proiettate fuori del cuore esse si associano alla luce del Sé e la persona si mette, come si suol dire, a pensare. Le *vâsanâ* che sono dentro il cuore, in condizione atomica, si ingrossano in occasione e in misura del loro passaggio dal cuore al cervello. Il cervello è al contempo lo schermo sul quale le immagini delle *vâsanâ* sono proiettate e il loro luogo di ripartizione funzionale. Il cervello è la sede del mentale e il mentale se ne serve come di uno strumento.

Quando una *vâsanâ* sorge dal cuore e vuole manifestarsi si associa alla luce del Sé. Passa dal cuore al cervello e lungo la strada ingrandisce

sempre più, fino a che riempie da sola l'intero campo della coscienza. Tutte le altre *vâsanâ* sono allora bloccate e non possono manifestarsi. Quando il pensiero contenuto nelle *vâsanâ* si riflette nel cervello, essa appare come un'immagine su uno schermo. L'uomo, a questo punto, si dice, ha una chiara percezione delle cose. È un grande pensatore o inventore: ma né il pensiero che si dichiara straordinariamente originale, né l'oggetto della scoperta, né il nuovo paese scoperto sono, a ben vedere, veramente originali o nuovi. Questo pensiero non poteva manifestarsi se non per il fatto che si trovava già incluso nel mentale. Naturalmente era molto sottile e restava impercettibile dal momento che era contenuto, represso dal passaggio di altri pensieri o *vâsanâ*, più urgenti o più insistenti. Quando le altre *vâsanâ* hanno esaurito la loro energia, questo pensiero ha cominciato a sua volta ad emergere e, mediante la sua associazione con la luce della coscienza, è diventato sempre più chiaro, fino al momento in cui è apparso magnifico, originale e rivoluzionario. In effetti esso esisteva da sempre.

Questo genere di concentrazione, negli *Yoga shâstra* è denominato *samyamana*. Grazie ad essa ogni desiderio può realizzarsi. Si tratta quindi di un potere occulto (*siddhi*). È così che si effettuano le cosiddette scoperte. Persino degli interi mondi possono essere creati a questo modo. *Samyamana* conduce verso tutti i poteri. Ma essi non si manifestano finché sussiste l'ego. Secondo la scuola dello *yoga*, la concentrazione conduce finalmente alla distruzione dello sperimentatore (l'ego), dell'esperienza del mondo, così che al tempo debito i desideri si compiono. *Samyamana* è una concentrazione che conferisce anche agli individui il potere di creare nuovi mondi. Più ampi dettagli sono forniti dalle seguenti opere: *Aindava Upâkhyâna*, lo *Yoga Vasishtha*, il *Ganda Shaila Loka* e il *Tripura Rahashya*. I poteri sembrano meravigliosi a coloro che non li detengono, ma a dire il vero non durano. È pertanto inutile desiderare qualcosa di effimero. Tutte queste meraviglie passeggiere sono contenute nel Sé unico, inalterabile e permanente. Il mondo è dunque compreso nel Sé, e non gli è affatto esteriore. Ne troverete la conferma nel V capitolo della *Shrî Râmâna Gîtâ*. "L'universo intero è condensato nel corpo e il corpo intero è condensato nel cuore. Il cuore è quindi

il nucleo (il centro nodale) dell'intero universo". Stando così le cose *samyamana* è una concentrazione su differenti elementi del corpo al fine di ottenere certi poteri o *siddhi*. È scritto anche: "Il mondo non è nient'altro che il mentale, il mentale nient'altro che il cuore, ecco tutta la verità". Dunque il cuore comprende tutto. Questo insegnamento fu dato a suo tempo al re Shvetaketu, e si basava sull'immagine del granello di un ficodindia. La sorgente è un punto senza dimensione. La sua espansione infinita è duplice: da una parte il cosmo, dall'altra la felicità. Questo punto è il perno di tutta la manifestazione. Dal suo seno sorge una sola *vâsanâ* che si moltiplica in soggetto, l'Io, in esperienza e in Cosmo. Due uccelli, esattamente uguali, prendono il volo simultaneamente.

Quando risiedevo nello Skandâshramam, avevo l'abitudine di andarmi a sedere su una roccia: Un giorno che mi accompagnava un piccolo gruppo di visitatori scoprimmo, mentre usciva da un anfratto del roccione, un insetto che rassomigliava alla farfalla detta falena, che si slanciò nell'aria alla velocità di un razzo. Nello spazio di un batter di ciglia esso si moltiplicò in milioni di farfalle uguali a lui che formarono una nube così densa da oscurare completamente la vista del cielo. Ne fummo molto sorpresi ed esaminammo il punto dal quale aveva preso il volo. Scoprimmo che si trattava di una minuscola faglia, non più grande di una capocchia di spillo. Come avevano potuto così tanti insetti uscire da un buco così piccolo, e in così breve tempo? Non era possibile.

Così è l'immagine dell'ego (*ahamkâra*) quando sorge e si estende per diventare l'universo.

Il cuore è il centro. Nessuno può esserne separato. Altrimenti neppure sarebbe. Per quanto le Upanishad affermino che il *jîva*, l'individuo, funziona con altri centri in circostanze differenti, esse non cessano di ripetere che il *jîva* non abbandona mai il suo cuore. Gli altri centri non sono altro che dei luoghi di scambio (cfr. il *Vivekachûdamani*). Il Sé è attaccato al cuore, come un toro al suo picchetto. L'ampiezza dei movimenti è determinata dalla lunghezza della corda. Ma essi sono tutti centrati sullo e dal picchetto.

Una coccinella si arrampica su un filo d'erba. Quando arriva all'estremità essa pende sul vuoto, poggiando sulle sue zampette

posteriori, si muove in tutti i sensi fino a trovare un altro supporto. Lo stesso è per il Sé. Esso dimora nel cuore e si appoggia ad altri supporti, i centri, a seconda delle circostanze. Ma le sue attività restano sempre determinate dal centro del cuore. [549.526-531]

R. Non faccio che ripetere che il centro del cuore è dal lato destro, nonostante le affermazioni contrarie di sapienti personaggi che si basano sui dati della fisiologia. Poiché io parlo per esperienza. Lo sapevo già quando ero ancora a casa e attraversavo frequenti stati di transe. Nel libro *Self-Realisation* ho descritto l'incidente nel corso del quale ho avuto un'esperienza molto netta. Una luce è sorta all'improvviso da un lato e mi ha avvilluppato nascondendomi completamente la visione del mondo. Ho avuto la netta sensazione di un arresto del muscolo cardiaco, a sinistra; avevo l'impressione che il mio corpo fosse un cadavere, che la circolazione sanguigna si fosse arrestata e che il mio corpo diventava cianotico e inerte. Vasudeva Sastri mi abbracciava singhiozzando, prendendomi per morto. Non potevo parlare. Per tutta la durata di questa esperienza sentivo chiaramente che a destra il centro del cuore continuava a funzionare così come d'abitudine. Questo stato è durato circa un quarto d'ora o venti minuti. Tutt'a un tratto qualcosa è esploso in me, dalla destra verso la sinistra, come un proiettile che esplode nell'aria. La circolazione sanguigna ha ripreso il suo corso normale e sono tornato al mio stato ordinario. Ho chiesto allora a Vasudeva Shastri di riaccompagnarmi fino a casa.

Le Upanishad affermano che il cuore è il terminale di 101 *nâdî* e che questi danno origine ad altri 72.000 nervi sottili che si ripartiscono nell'intero corpo. Si può avvertire la sua presenza soltanto in assenza della coscienza corporale. Si dice che è un centro perché abbiamo l'abitudine di credere che dimoriamo nel nostro corpo. In effetti è il nostro corpo e tutto il mondo restante che risiedono unicamente in questo centro. [358.357-58]



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.