

ASSOCIAZIONE VIDYĀ BHĀRATA

ARNOUD DESJARDINS

Osate vivere

Da L'audacia di vivere

Quaderno n° 78

27 Giugno 2008

Quaderni Advaita & Vedanta
Advaita_Vedanta-subscribe@yahogroups.com



Osate vivere

(L'audacia di vivere)

I

Arnaud Desjardins

Un giorno a una domanda sulla morte mi si è presentata spontaneamente questa risposta: “Tu non hai paura della morte, hai paura della vita”. Ho riflettuto e mi è apparso con certezza quanto quella risposta fosse vera: la paura della morte è tanto più grande quanto più non si è osato vivere. Se davvero non avrete più paura della vita non potrete più avere paura della morte perché avrete scoperto in voi stessi cos'è veramente la Vita, non la vostra vita ma la Vita unica e universale che ci anima, e quindi vi apparirà evidente che quella vita è indipendente dalla nascita e dalla morte.

Sapete che gli occidentali comunemente contrappongono la vita alla morte, mentre per gli orientali l'opposto della morte è la nascita, dal momento che la vita si esprime in un movimento perpetuo di cambiamenti, in un gioco ininterrotto di nascite e di morti. Questa convinzione è comune a molte forme di spiritualità e il mio guru, Swami Prajnanpad, faceva degli esempi semplici: la nascita di un bambino è la morte del neonato, la nascita dell'adolescente è la morte del bambino.

Osare vivere è osare morire a ogni istante, ma è ugualmente osare nascere, vale a dire superare le grandi tappe dell'esistenza in cui ciò che siamo stati muore per fare spazio ad altro, con una visione rinnovata del mondo, pur ammettendo che ci siano diversi stadi da superare prima dell'ultima tappa del Risveglio. Questo significa essere sempre più consapevoli che a ogni istante si nasce, si muore e si rinasce. Ma osare vivere significa anche semplicemente non avere più la paura di ciò che portiamo in noi

stessi. E sono sicuro che molti di voi sono d'accordo con me, soprattutto quelli che hanno incominciato a scoprire il loro inconscio. Avete paura di quello che portate in voi perché sapete che non potete contare completamente su voi stessi, che potreste mettervi in situazioni per le quali poi vi mordereste le mani. Ma avete paura di quello che portate in voi stessi anche perché da bambini vi è capitato di essere brutalmente contrastati nelle vostre espressioni, e ciò che era una forma della vostra gioia di vivere e del vostro entusiasmo ha attirato su di voi una catastrofe: vi hanno coperto di rimproveri mentre ciò che stavate facendo vi rendeva felici.

E noi non capivamo, forse l'abbiamo rivissuto in terapia, come e perché i nostri genitori fossero così arrabbiati mentre a noi sembrava così divertente tagliare con un gran paio di forbici le più belle tende della casa o, come ho fatto io, mettere nella vasca piena tutte le scarpe di mia sorella, mio fratello, mio padre e mia madre per farle galleggiare come barchette. I miei genitori non avevano molti soldi all'epoca, né molte scarpe nell'armadio, ma per me erano sufficienti per provare a farle galleggiare. E' un ricordo insignificante e innocuo, tuttavia ho rivissuto con intensità tragica la disperazione di mia madre, la severità di mio padre e la mia felicità infranta. Perché ciò che a me sembrava così meravigliosamente divertente aveva provocato un tale turbamento in mia madre quando aveva visto che le scarpe si erano rovinate?

Spesso quelli che agli occhi dei nostri genitori sono piccoli incidenti agli occhi dei bambini che siamo stati sono eventi terribili. La paura di ciò di cui siamo capaci si insinua dentro di noi molto rapidamente e di qui, se i genitori non sono particolarmente capaci, cominciamo noi stessi a soffocare la nostra forza vitale, il nostro 'slancio vitale'. Cominciamo a reprimere la nostra pulsione vitale. E poi lo sapete bene (la psicologia ce lo insegna e forse l'avete potuto verificare personalmente) che la scoperta della sessualità si fa spesso nel malessere, nell'incomprensione, nel senso di colpa per la masturbazione infantile, e che gli impulsi che si svegliano nell'adolescenza, se non trovano lo spazio per espandersi completamente come vorremmo, ci turbano e ci disorientano. E in questa forza vitale, nella libido, c'è una potenza molto grande che voi non riconoscete completamente. A tal punto che, oggi che la libertà di costumi è molto più grande, oggi che i mezzi per esprimersi sono immensi e i viaggi facilitati, la maggior parte di voi non osa più

vivere pienamente. Ed è quando non lasciate più spazio allo slancio vitale dentro di voi che cominciate ad aver paura della morte. Ciò che è veramente importante è che vi liberiate della paura di vivere.

Questa paura di vivere comporta due aspetti: da una parte la paura di tutto ciò che portiamo in noi stessi, dall'altra la paura delle situazioni concrete con le conseguenze a cui possono dare origine. La paura di vivere diviene ben presto paura di soffrire: maglio vivere meno per soffrire meno. Osservate, guardate, domandatevi se questo vi riguarda o no. Questa verità mi si è imposta nei nostri colloqui privati e nelle nostre riunioni comuni. Avete paura di vivere perché vivere significa assumersi il rischio di soffrire. Questa paura ha le sue radici nelle vostre esperienze passate perché più avete vissuto più siete stati infelici. Non soltanto perché avete vissuto l'entusiasmo di mettere delle scarpe in una vasca, ma perché quando vi siete innamorati all'età di 18 anni avete sofferto tanto. E molto spesso nasce questa decisione, a volte inconscia, a volte molto cosciente: "Non voglio più soffrire così". E' una bella decisione, ma ne consegue un'altra decisione che, quella sì è completamente falsa: "di conseguenza non amerò più", o "di conseguenza non mi metterò più in situazioni pericolose". Bisogna aver chiaro che, per chi è impegnato nel cammino della saggezza e vuole poco a poco penetrare il mistero della sofferenza, è indispensabile assumersi il rischio di vivere e di soffrire.

D'altra parte, se da bambini la nostra vitalità e forse anche la nostra esuberanza sono state spesso associate a rimproveri "non devi", "come hai osato!", e dunque accompagnate da un giudizio di valore, questa ricchezza di vita è stata abbondantemente condannata anche dagli insegnamenti spirituali che esaltano l'ascetismo, l'austerità, la rinuncia, il ritiro in un monastero o in una grotta d'eremita, e, per finire, 'la morte a se stesso' o 'la morte dell'io'. Io stesso sono rimasto sorpreso quando un uomo austero come Swami Prajnanpad insisteva sul valore dell'audacia di vivere, di esporsi e di non sottrarsi ai colpi della vita. Questo atteggiamento mi sembrava in contraddizione con la spiritualità induista come io la intendevo. E lì c'è un rischio reale che io ho sfiorato più volte: quello di camuffare sotto discorsi nobili ma menzogneri quella paura di vivere che, beninteso, esisteva in me (io non condivido mai una verità che non ho vissuto e che non mi abbia reso un po' più libero, altrimenti non mi riterrei competente o qualificato per parlarne). Quindi, vi dibattete in un senso di soffocamento

per il desiderio di condurre una vita vasta, una grande vita, una vita ricca di esperienze. Il rischio è che questa paura di vivere sia illusoriamente giustificata da un ideale spirituale.

Secondo la terminologia induista, chi è rajasico, attivo, vive intensamente, mentre si deve diventare satvici, calmi, sereni, raccolti in se stessi. Così tanto e così bene che mi si era imposta l'immagine del saggio in meditazione, gli occhi chiusi e il sorriso del Buddha, a scapito dell'immagine dell'uomo che osa partecipare completamente all'esistenza e accettare tutte le forze e tutte le pulsioni che sono in lui prima di divenirne poco a poco padrone. Sì, rischiamo realmente di ingannare noi stessi. Non accuso e non condanno nessuno dal momento che anch'io sono parte in causa. Io stesso ho corso abbondantemente quel rischio, non soltanto voi, ragazzi e ragazze, uomini e donne che pure lo correte. E ci tengo a dire che parlo unicamente in nome della saggezza e in vista della più alta forma della spiritualità. Cerchiamo di essere innanzi tutto perfettamente naturali prima di aspirare al soprannaturale. "Colui che tradisce la terra non raggiungerà mai il cielo", questo famoso motto è eloquente.

E' un tragico errore continuare, nella convinzione che il cammino della spiritualità lo esiga, a soffocare una vita che è già considerevolmente mutilata: se mi ritiro a poco a poco dal mondo realizzerò l'archetipo del saggio che ha rinunciato a tutto, immerso nella beatitudine del nirvana. Si tratta di un'immensa menzogna, frutto della negazione e della paura.

Chi conosce soltanto un poco l'opera del celebre, forse troppo celebre Rajneesh, sa quanto egli abbia insistito sul tema "osate vivere", utilizzando parole come 'celebrare' o 'celebrazione': celebrate, fate della vita una celebrazione. Ma sebbene trovo ammirabili certe pagine di Rajneesh di questo o quel libro, non mi avvalgo del nome di un uomo che non ho mai avvicinato e di un ashram dove non ho mai messo piede. Mi attengo ai maestri che hanno segnato la mia strada.

Tutto ciò che avete sentito dalla voce dei grandi saggi o letto in testi della tradizione spirituale è certamente vero, e 'la morte a se stessi' è certamente un aspetto fondamentale del cammino spirituale. Non possiamo rimanere nel bozzolo e diventare farfalle allo stesso tempo. I bozzoli non mettono e non metteranno mai le ali: ma cominciamo dall'inizio. Se desiderate raggiungere una spiritualità che non sia una caricatura, abbiate il coraggio di riconoscere tutta la forza vitale che esiste nel bambino e che in voi è

rivolta contro se stessa. Certo, l'effervescenza del bambino diminuisce con l'età. Non ci si aspetta che una persona anziana sia vivace come un bambino di due anni che ha voglia di correre dappertutto e di mettersi a scalare ogni cosa. Ma sono convinto che una gran parte di ciò che attribuiamo all'avanzare dell'età derivi di fatto dalla repressione della forza vitale in noi, innanzi tutto da parte di chi ci educa, poi da parte dell'esistenza in generale, e infine da parte di noi stessi, e sono convinto che non si può divenire né un asceta né una yogi se si soffoca questa forza vitale.

Se avete letto anche soltanto qualche libro sull'induismo, sapete che l'esoterismo dello yoga si fonda sulla liberazione di una forza molto potente, kundalini, il cui risveglio prematuro in un corpo non sufficientemente purificato può anche essere pericoloso. Io non mi avvalgo dell'hatha yoga né dello yoga kundalini ma mi ricordo del mio smarrimento quando, imbevuto com'ero dell'insegnamento di Ramdas, di Ma Anandamayi, di Ramana Maharshi, Swamiji mi volle mostrare nel 1966 la falsità del mio ideale di meditazione e di spiritualità pura, mentre molti aspetti di me rimanevano incompleti e frustrati, una parola alla moda che conosciamo tutti.

Quell'uomo era, forse più di altri, l'incarnazione della rinuncia. A dispetto di tutti i falsi ideali che abbiamo del 'saggio' era per esempio all'estremo opposto di un Gurdjieff, che non ho mai incontrato ma la cui verità o leggenda ha ispirato i primi dieci anni della mia ricerca. Gurdjieff, che aveva vissuto con grande intensità le sue avventure in cerca della verità, alla fine del diciannovesimo secolo, quando ogni viaggio rappresentava una vera spedizione, aveva l'abitudine di spingere i suoi discepoli mettendoli in situazioni molto difficili e suggerendogli di osare a viverle pienamente. E' stato tacciato di immoralità, è stato accusato di essere lui stesso un debosciato, è stato trattato come un Rasputin, ma io sono sempre stato convinto che un uomo capace di comporre una musica così pura e cristallina non si poteva ridurre all'immagine che ne davano i suoi detrattori; al contrario, in una forma sconcertante e forse anche sconveniente, era un maestro e un saggio.

Sebbene non avessi incontrato Gurdjieff di persona, ciò che avevo sentito dire di lui, del suo insegnamento e di quella forza vitale che si sprigionava da lui è stato immensamente benefico per il piccolo protestante che ero, da una parte così preoccupato di non essere criticato, di crearsi attorno un'approvazione unanime mostrandosi saggio e gentile,

e dall'altra imbevuto di morale, di scoutismo, di paure e di inibizioni. Certo, l'affermazione che la saggezza non deve essere il frutto della frustrazione, né della paura di ciò che portiamo dentro di noi può essere pericolosa e condurre a comportamenti immorali e a un disordine che non ha più niente a che fare con il cammino verso la libertà. Tutt'altro.

Con l'insegnamento di Gurdjieff, ho quindi cominciato a comprendere che non c'era una reale incompatibilità tra la saggezza, parola che mi affascinava dopo aver letto, a ventidue anni, *La saggezza e il destino* di Maeterlinck, e le forme più concrete di esistenza. In seguito sono entrato in contatto con un mondo completamente diverso, di cui ho dato testimonianza nel libro *Ashrams*, quello di Ma Anandamayi, di Ramdas, di Swami in meditazione sulla riva del Gange sotto un baniano, un mondo che mi sembrava fatto solo di bellezza, di armonia e distacco, un mondo nel quale le pulsioni erano trasformate subito in luce e contemplazione. In seguito ho scoperto che, salvo Ma Anandamayi stessa o Ramdas o altri saggi ammirabili, molti di coloro che soggiornavano negli ashram, indiani o europei, e che erano diventati dei grandi meditanti, non avevano di fatto raggiunto alcuna reale libertà. Certamente erano molti belli nella loro postura immobile e silenziosa e di sicuro accadeva loro qualcosa di grande mentre meditavano. Ma, al di fuori delle ore di meditazione quotidiana, e la meditazione mi sconcertava molto all'epoca, li vedevo emotivi, facilmente irritabili, gelosi e assolutamente lontani dalla verità. Ad esempio, un giorno che ero molto stanco, nonostante non gli avessi domandato nulla, mi intrattennero a lungo e mi sciorinarono discorsi, che io non osai interrompere per correttezza, sulla maya, l'irrealtà del mondo secondo l'insegnamento di Shankaracharya. All'epoca, non mi occupavo ancora di psicologia, quindi non immaginavo che quella logorrea potesse essere la manifestazione di istinti o di tendenze rimosse e non avrei neppure parlato di nevrosi. Ma provai un senso di malessere ascoltandoli.

Arnaud Desjardins, *L'Audacia di vivere*,
Copyright © Edizioni Ubaldini Roma 1998.
Selezione a cura di Gianfranco Bertagni,
A.R.A.T. Milano. Distributed by [http://
it.groups.yahoo.com/group/Advaita_Vedanta/](http://it.groups.yahoo.com/group/Advaita_Vedanta/)



Associazione Vidya Bharata
www.pitagorici.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 © 2008 Ubaldini, 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.