

ASSOCIAZIONE VIDYĀ BHARATA

ARNOUD DESJARDINS

Osate vivere

III

Da L'audacia di vivere

Quaderno n° 80

18 Luglio 2008

Quaderni Advaita & Vedanta
Advaita_Vedanta-subscribe@yahogroups.com



Osate vivere

(L'audacia di vivere)

III

Arnaud Desjardins

Avere paura della forza della vita, dello slancio vitale, anche se quello slancio vitale ci ha messo in difficoltà quando eravamo bambini o adolescenti, rappresenta un sacrilegio. E' un atto blasfemo, è il rifiuto di Dio stesso. Che lo vogliamo o no, Dio si esprime attraverso questo mondo così com'è. Nella Genesi viene detto qualcosa di inammissibile se non ci riflettiamo più profondamente: "Dio vide che la sua Creazione era buona" Ma guardatela la sua Creazione, in cui gli animali più grandi mangiano quelli più piccoli, in cui la siccità rovina i raccolti, in cui i terremoti distruggono popolazioni intere, in cui gli esseri umani sono incapaci di amarsi, in cui i genitori mutilano i loro bambini credendo di educarli, e tutte le sofferenze che comportano la guerra e le rivoluzioni.

"Dio vide che la sua Creazione era buona". Infatti, se accettiamo la totalità della creazione, vedremo che essa ha un senso al di là di ciò che ci colpisce, di ciò che ci scandalizza, al di là delle contraddizioni e degli opposti. Per noi la prima applicazione di questa verità, "Dio vide che la sua Creazione era buona", è che dobbiamo accettarci completamente e nella nostra totalità in quanto creature, vale a dire creazioni o espressioni di Dio o dell'energia di Dio, come dice con insistenza la Chiesa ortodossa. Lo yin e lo yang, il giorno e la notte, il sole e la pioggia, il caldo e il freddo, tutto è in noi, ed è soltanto accettandoci nella nostra totalità che possiamo raggiungere ciò di cui la shakti è espressione, vale a dire l'illuminazione, l'amore, l'invulnerabilità, la pace, l'infinito. Quante parole per una realtà che desiderate e che vi è promessa!

Non potete raggiungere il Non-Manifestato se non passando per il manifestato. Non potete raggiungere l'atman se non passando per la shakti, l'energia, e la pienezza di questa energia. Se guardate bene, vedete innanzi tutto come questa energia sia composta di contraddizioni: costruzione e distruzione, nascita e morte, ciò che si definisce dualità. E questa energia prende la forma tanto di ciò che vi hanno insegnato a riconoscere come bene in voi, quanto di ciò che vi hanno insegnato a riconoscere come male: certi desideri, certi pensieri, certi fantasmi, certe pulsioni. Così si esprime in pensieri che vi ossessionano e vi torturano e in stati dello spirito completamente felici e ottimisti. Si manifesta come dilatazione del cuore e come angoscia, vale a dire in forme opposte. E, arrivo ora al punto essenziale che ci permetterà di passare dal livello ordinario a quello superiore, ciò che può essere scoperto è questa energia alla sua sorgente, in quanto forza di vita al di là, o piuttosto al di qua, del gioco dei contrari. Potete sentire in voi, prendere coscienza in voi della potenza di questa energia, unicamente come energia positiva. Un positivo assoluto di fronte al quale non si erge alcuna negativo, mi aveva detto un giorno Swamiji. Alla sua fonte, quell'energia in noi atmashakti è soltanto una forza d'espressione, prima che si possa dire se si ricollegli a Brahma, l'aspetto creativo, o a Shiva, l'aspetto distruttivo della manifestazione universale.

Di solito voi non avete esperienza in voi e fuori di voi che di 'coppie di opposti': buono-cattivo, gradevole-sgradevole, bello-brutto, bene-male, successo-insuccesso. Sino a quando rimarrete prigionieri del mondo della dualità, sarete asserviti al desiderio del loro aspetto felice e alla paura del loro aspetto doloroso. E' un vicolo cieco. E' necessario elevarsi su un altro piano. E per trovare l'Ultimo, il riposo nella luce, la calma di un lago senza increspature, l'oceano che si manifesta nelle onde, il cammino consiste nella scoperta dell'energia nella sua forma non ancora divisa in polarità contrarie e non ancora specializzate: unicamente la potenza della vita.

Ci tengo a ripeterlo, la vita è unicamente positiva. E' la sua espressione che prende la forma della creazione e della distruzione, e noi, noi rimaniamo prigionieri di quel livello. La Vita è immortale, la Vita è eterna, la Vita è infinita. E' la vostra vita in voi, perché voi non ne conoscete se non la superficie, che vi sembra inesorabilmente condannata alle

opposizioni. Ma se non avete più paura di voi stessi, se non vi fermate a qualche idea di generosità o di padronanza di sé che è giusta se è ben compresa, ma che può essere il punto d'appoggio della nostra ipocrisia nei confronti di noi stessi, se voi siete fedeli a voi stessi per quello che siete ogni giorno, potete scoprire in voi la vita non duale, la scomparsa dei contrari (le dvanda come si dice in sanscrito, sulle quali insiste tanto la Bhagavad Gita).

Questa non-dualità, questa riconciliazione armoniosa dei contrari nel diagramma dello yin e dello yang abbracciati in un cerchio, questa trascendenza degli opposti, non si realizza soltanto a livello dell'Assoluto, del Non-Manifestato, del Vuoto (shunyata). Si rivela anche a livello della vita, della forza della manifestazione, dell'energia. E' questa che può salvarvi: E' questa che potete scoprire innanzi tutto, ed è a questo livello che potete stabilirvi innanzi tutto.

Non potete stabilirvi nel grande silenzio del nirvana se non avete prima messo radici a livello dell'energia fondamentale non ancora divisa in polarità contrarie. Non cercate unicamente nella meditazione uno stato sopracosciente, distaccato da tutto, anche se questo stato è reale e sarà un giorno lo sfondo della vostra esistenza, quali che siano le vicissitudini. Non raggiungerete mai ciò che giustamente desiderate, se rifiutate ciò che ne è espressione, vale a dire la shakti in voi, la potenza quasi spaventosa della vita che vi anima.

E' vero che certe forme di meditazione possono condurre a quella prima tappa, nella fattispecie ogni approccio divulgato in Occidente da Karlfried von Dürckheim e che io ho approfondito non soltanto accanto ai maestri giapponesi ma anche accanto agli yogi tibetani, e che consiste nel riscoprire la forza della vita nel bacino, nel ventre, nello hara, attraverso la respirazione e soprattutto l'espiazione.

E' una forma di meditazione preziosa, ma non si tratta di cercare direttamente l'atman, l'assoluto, bensì di cercare in primo luogo la potenza della vita in noi in uno stato non conflittuale, non diviso. E la potete scoprire più facilmente di quanto non possiate realizzare l'atman che ne è la fonte. E' anche la chiave dello yoga: rifare in senso inverso il cammino della manifestazione, andare dal più grossolano al più sottile, dalla molteplicità all'unità. La 'Manifestazione' è un'espressione dell'energia,

quindi noi risaliamo in noi stessi il cammino dell'energia. E avvertiamo nella meditazione in primo luogo un'impressione di forza, di potenza, di vitalità non conflittuale, prima di ogni divisione in positivo-negativo, creazione-distruzione, e in tutti i contrari.

Il più alto stato di coscienza che ci sia possibile raggiungere consiste nell'essere stabili in questo stato di non-dualità, di non-contraddizione che si può chiamare l'Inalterabile, l'Indistruttibile, in cui in effetti ogni questione di morte non si pone più e che paragono a mia volta allo schermo del cinema sul quale si proietta un film, Shiva in meditazione e non più Shiva che danza. Ma per stabilizzarvi permanentemente a questo livello dovete ripercorrere all'inverso il cammino della manifestazione per tornare al non-manifesto, dal momento che questo livello sottende tutte le peripezie della vostra attività e vi permette di liberarvi completamente dall'identificazione con il personaggio che siete, col suo nome, la sua storia, le sue predisposizioni, il suo karma. Si lascia innanzi tutto il livello abituale delle opposizioni e delle contraddizioni nel dominio delle emozioni, delle sensazioni, delle idee e degli stati d'animo, si ritrova l'energia fondamentale e con l'aiuto di questa shakti si ritorna all'atman da cui essa ha origine. Per cominciare, accettate senza paura l'integrità di voi stessi. La meditazione quindi non è soltanto la ricerca del non manifestato, è anche la ricerca dell'origine della manifestazione, dell'energia in se stessa.

Certo, non potete consacrare la vostra esistenza alla coscienza di una grande forza vitale in voi, sempre più intensa, una forza vitale totalmente rassicurante, quella che vi anima prima come embrione, poi come neonato. Siete spinti a vivere il vostro personale karma, il vostro destino, in ogni caso il prarabdhakarma, il karma che porterà comunque i suoi frutti sia se abbiamo raggiunto l'illuminazione, il risveglio interiore, sia se non l'abbiamo fatto.

Ma sul cammino della saggezza dovete osare vivere, è certo. E' inutile aspirare alla liberazione suprema, all'infinito, a tutte le grandi realtà spirituali di cui sentite parlare, se non si osa giocare al gioco della vita, esporsi, prendere dei rischi. Guardate i rischi che alcuni corrono in montagna, al mare, nelle corse automobilistiche. Guardate i rischi che vi fa correre la follia della vostra mente, una passione amorosa che compromette tutto

l'equilibrio della vostra esistenza, compresa la felicità di chi vi sta attorno e forse la vostra situazione finanziaria. Guardate i rischi che correte meccanicamente quando siete condotti semplicemente da una serie di azioni e di reazioni di cui siete incapaci di assumervi le conseguenze, e vi lamentate e chiedete aiuto, quando siete voi stessi gli artefici del vostro destino. E poiché avete paura, sperate che la spiritualità vi aiuti a fuggire l'esistenza con qualche bella giustificazione. Questi rischi che così spesso vi assumete inconsciamente, assumeteli consciamente.

Oso. Sarò criticato? Sarò criticato. Soffrirò forse, le cose non andranno come desideravo. Tutto è pericoloso. Non si può vivere pienamente senza correre alcun pericolo. Non si può vivere la saggezza se si rifiuta di vivere. Essere innamorati è pericoloso. "Oh, ma il saggio...". D'accordo, non immaginiamo un saggio innamorato nel senso ordinario della parola ma a vent'anni non si può giocare alla saggezza. Nemmeno a quaranta. Ed è proprio ciò che Swamiji mi ha mostrato con forza e intensità a un certo punto del mio cammino.

Non possiamo vivere senza assumerci il rischio di soffrire, sino a quando non abbiamo scoperto il segreto che ci pone al di là della sofferenza, quali che siano le circostanze della nostra esistenza, segreto che cerco di dividere con voi e che sottende tutte le pagine dei libri pubblicati col mio nome. Comunque soffriremo. Allora perché non accettarlo deliberatamente una volta per tutte: "Soffrirò, l'accoglierò come un arricchimento, come una pienezza della vita. Lo vivrò come un ritorno alla mia verità, ne farò un cammino di purificazione, lo prenderò come un punto d'appoggio per trascendere la sofferenza". Soffrirò sentendo: "Che la volontà di Dio sia fatta", o "oggi è la volontà di Dio che io soffra perché corrisponde alla mia realtà, e perché lì risiede la mia speranza di raggiungere un giorno l'al di là di tutto". A partire da lì, dalla sofferenza, posso vivere senza paura: "The way is not for the coward, Arnaud", "Il cammino non è per i vigliacchi, Arnaud". E la mia vigliaccheria era quella paura di vivere che portavo in me, quella povertà che Swamiji mi mostrava in piena luce, che ha origine nell'infanzia e nell'educazione, e che io giustificavo allora attraverso la menzogna, in nome di verità spirituali giuste ma di cui la mia mente si era impadronita per barare meglio.

Una volta chiarita questa verità, Swamiji fece intervenire un'altra nozione che è quella di dignità. Non appena sono riunificato con me

stesso, non appena ho scelto la verità integrale, non appena sono pronto a vivere e a ricevere i colpi della vita per ottenere la mia libertà, mi trovo a confronto con un'esigenza di dignità. Cosa è conforme alla mia dignità? Cosa al di sotto?

Se avete il coraggio di non reprimervi, di non mentire più a voi stessi, se nella meditazione volete cercare la potenza della vita e non soltanto il silenzio del nirvana, questa parola 'dignità' assumerà molto velocemente un significato. Con questa parola così preziosa tutta la morale si trova ricostituita a un altro livello: "It is below my dignity", "Non mi posso abbassare a questo". Ma tale certezza nasce in me. Non è più la voce dei genitori che parla ancora in noi. Non è più la voce della teologia, né quella di una morale imposta, è una voce che sale in noi stessi che è pura e giusta e ha la funzione di guidarci "It is below my dignity", non è degno di me comportarmi così oggi.

Come ho detto, quello che tra qualche anno non sarà degno di voi, potrebbe esserlo oggi. "Be faithful to yourself, as you are situated here and now", "Sii fedele a te stesso così come sei qui e ora", con la speranza che tra qualche anno non sarete più quello che siete oggi. E ciò che oggi vi è impossibile vi sarà possibile domani, il distacco, uno stato dell'essere differente.

Ma a questa nuova libertà non potrete avere accesso se ci sono in voi elementi di negazione e di rifiuto, se c'è paura della meravigliosa potenza vitale che vi anima.

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.