



Sommario

Incontri in Italia

Il senso della vita secondo il Vedanta

Ramana Gita - Capitolo IV-VIII

Invocazione per il compimento

Vita di Vivekananda - Parte 2

Dhyana e Yoga nell'Advaita - Parte 1 di 2

Il perfezionamento della disposizione verso il Maestro

La Tradizione

Novità sul Web

Anno 2 - N. 7 - Febbraio 2005

Associazione Vidyā Bhārata

Vidyā Bhārata è un newsletter periodico, a cadenza indeterminata, che riporta articoli, iniziative e attività che fanno riferimento alla Metafisica tradizionale e a coloro che ad essa si rifanno.

Questo newsletter viene edito anche sul web, nel sito dell'Associazione Vidyā Bhārata (www.vidya.org), e il sommario viene inviato a mezzo mail agli iscritti della ML omonima.

L'attività di informazione avviene anche attraverso altri siti e grazie alla collaborazione dell'Associazione Italiana Ramana Maharshi (www.ramana-maharshi.it), dell'Associazione Italiana Ramakrishna Math (www.ramakrishna-math.org), delle Edizioni I Pitagorici.

L'Associazione Italiana Ramana Maharshi cura gli approfondimenti della filosofia non duale anche nella Mailing List Advaita Vedanta.

L'Associazione Italiana Ramakrishna Math organizza degli incontri periodici in Italia per favorire l'approccio degli Occidentali alla filosofia del Vedanta.

Le associazioni curano il mantenimento di due siti di approfondimento www.vedanta.it e www.advaita.it, varie mailing list di discussione ove vengono trattati tutti gli argomenti appartenenti alla filosofia e ai culti dell'India.

Associazione Vidyā Bhārata
Via F. Aprile 40
95129 Catania

Ramakrishna Math - Incontri in Italia

L'Associazione Italiana Ramakrishna Math, organizza una serie di incontri e di conferenze in Italia del suo Presidente, Swami Veetamohananda, dal 18 al 25 Aprile 2005 e dal 27 Giugno al 3 Luglio 2005, nelle altre date il Punto Luce Vivekananda di Gropparello organizza dei dialoghi tematici e cura dei seminari di orientamento meditativo.

- 10 Aprile 2005 - Gropparello (PC) - Dialoghi sull'approccio alla metafisica - Organizzati dal Punto Luce Vivekananda - Loc. Iachini Gropparello (PC) - Tel. 0523 856201 - 339 2781675
- 18 Aprile 2005 - Roma - Incontro pubblico con Swami Veetamohananda - Per informazioni: AIPT - Via C. Corvisieri 46, 00162 Roma - Tel. & Fax: +39-06 86218495 - E-mail: info@aipt.it
- 19 Aprile 2005 - Siracusa - Incontro (da definire) con Swami Veetamohananda - Per informazioni: 339 5903455
- 20 Aprile 2005 - Reggio Calabria - Incontro pubblico con Swami Veetamohananda - Per informazioni: 348 2818164
- 22 Aprile 2005 - Fano - Incontro privato con Swami Veetamohananda
- 23-24 Aprile 2005 - Assisi - Seminario di Swami Veetamohananda
- 28-29 Maggio 2005 - Gropparello (PC) - Ritiro di Meditazione A cura del Punto Luce Vivekananda - Loc. Iachini Gropparello (PC) - Tel. 0523 856201 - 339 2781675
- 18-19 Giugno 2005 - Gropparello (PC) - Dialoghi sulla Bhagavad Gita Organizzati dal Punto Luce Vivekananda - Loc. Iachini Gropparello (PC) - Tel. 0523 856201 - 339 2781675

- 30 Giugno e 1 Luglio - Torino - Incontri con Swami Veetamohananda
Per informazioni: Centro Yoga Prema - Via Villa Glori, 6 - 10133
Torino - Tel. 011 6614447
- 2-3 Luglio - Gropparello (PC) - Incontri con Swami Veetamohananda
Per informazioni: Punto Luce Vivekananda - Loc. Iachini Gropparello (PC) - Tel. 0523 856201 - 339 2781675

Gli incontri privati sono organizzati da associazioni che seguono da anni con Swami Veetamohananda un percorso di auto-conoscenza di impronta vedantica.

Gli incontri con Swami Veetamohananda, si svolgono attraverso uno o più traduttori, parla correntemente Inglese e Francese, ma non Italiano.

A seconda il livello di approfondimento, (se si tratta di un primo incontro o uno successivo), gli argomenti trattati sono vari e spaziano dal Vedanta allo Yoga, con approfondimenti a seconda dell'interesse degli astanti.

Durante gli incontri è possibile porre domande su argomenti che stanno a cuore anche se non specificatamente sviluppati durante le conversazioni.

Swami Veetamohananda è nato a Mangalore, India, il 19 Giugno 1941, dove ha svolto i propri studi. Entrato nell'Ordine Ramakrishna nel 1961 all'età di vent'anni quando è stato accettato nel Ramakrishna Math di Madras, si è occupato dei diversi campi dell'editoria nel dipartimento delle pubblicazioni dello stesso Asram. Dopo aver passato un ritiro di un anno a Kaladi (luogo ove la tradizione pone la nascita di Sri Shankara) dedicato allo studio e alla contemplazione, fu inviato al Ramakrishna Institute of Moral and Spiritual Education di Mysore (India) come Chief of Warden. In seguito ricoprì il ruolo di direttore dell'Istituto nel periodo 1983-1986. In seguito ricoprì il ruolo di Presidente del Ramakrishna Asrama di Ponnampet (India), un ospedale, sino al 1989, poi nel 1990 fu inviato in Francia al Centro Vedantico Ramakrishna, Gretz, Parigi. Dal 1995 ricopre il ruolo di Presidente dello stesso Centro. Dal 2000 ricopre il ruolo di Presidente dell'Associazione Italiana Ramakrishna Math e tiene diverse conferenze e seminari ogni anno in Italia.

Il senso della vita secondo il Vedanta

Swami Veetamohananda

Che cosa ci riserva l'avvenire? Gli scienziati possono prevedere tutto, con una precisione quasi assoluta. E' vero che la scienza e la tecnologia hanno liberato l'uomo dal suo ambiente e dagli aspetti biologici. Grazie allo sviluppo dei trasporti e delle vie di comunicazione l'uomo non è più prigioniero di una località geografica. I progressi in campo biologico e medico hanno allungato l'aspettativa di vita dell'uomo garantendogli una salute migliore. I sistemi economici hanno attenuato lo stato di miseria. Ma, contemporaneamente, a causa delle nuove armi (nucleari, ecc.) gli uomini possono distruggersi. Se l'uomo può preservarsi da un suicidio planetario, sono comunque possibili altri scenari.

Il campo dell'informatica, non ha cessato di progredire. In campo medico, esperienze come i bambini in provetta o i bambini in vitro, la scoperta di una vita microscopica e anche macroscopica, gli studi genetici, ecc., tutto questo è il risultato di ricerche sempre più spinte nel mondo della bio-tecnologia. Forse un giorno costruiremo delle città sotterranee il cui intero ambiente sarà controllato artificialmente dall'uomo, oppure gli umani andranno a vivere su altri pianeti grazie alle meraviglie della nuova tecnologia. Comunque, non dimentichiamoci che gli esseri umani restano per forza di cose collegati alla natura, alla terra, alle condizioni meteorologiche, al sole, al vento, ecc.. Se nella nostra vita dovessimo decidere tutto e dettar legge, questo non ci colpirebbe? Non ci lamentiamo già e sempre più delle nostre radici? Non è forse vero che ci troviamo a girar le spalle alle leggi della natura?

E' vero che la scienza dei giorni nostri, la fisica, in particolare, si interro-

ga sulla coscienza, sul legame che esiste tra la massa e l'energia, lo spirito e la materia, il soggetto e l'oggetto. Il Vedanta ha sempre riconosciuto quest'unità come base di tutta l'esistenza e come lo scopo del sapere tutto.

“E' attraverso la molteplicità e la dualità che l'unità ultima può essere raggiunta. La religione non è nient'altro, è lo scopo della scienza intera”, ha detto Swami Vivekananda.

E' un fatto ben conosciuto dai ricercatori che le “parti separate” dell'universo sono tutte collegate tra loro e che l'universo è una cosa sola. Il Vedanta l'ha proclamato da sempre: “E' una stessa realtà a compenetrare tutto l'Universo”. I mistici vedono il cosmo come una realtà indivisibile - sempre in movimento, vivente, al tempo stesso materiale e spirituale. I fisici riconoscono che la materia non è inerte ma in perpetuo stato vibratorio al ritmo delle molecole e degli atomi. Questo non rappresenta forse la danza simbolica dell'Universo rappresentata da Shiva danzante o Nataraja?

Il Vedanta dice che tutta la materia è collegata allo spirito. “Lo spirito diventa materia e la materia, a sua volta, diventa spirito; non è che una questione di vibrazioni”, dice Swami Vivekananda.

Un altro aspetto deve essere preso in considerazione, o meglio che la coscienza è un aspetto essenziale dell'Universo. La materia, dopo tutto, non è che una forma offuscata della vita. E così si può dire che la vita è una forma offuscata o nascosta della coscienza. Così, la concezione Vedanta della vita è molto scientifica. L'idea è che l'atto di osservare è intensamente legato a colui che osserva. Questo si chiama l'intuizione, è la base delle scienze e del Vedanta. I ricercatori spirituali hanno elaborato quantità di concetti sullo spazio, il tempo, la casualità, la materia, l'energia, l'origine dell'Universo e i limiti della ragione grazie alla meditazione. Quest'ultima affina l'intuizione e questa intuizione, raffinata, purificata, trascende dalla ragione senza mai contraddirla. Einstein, con l'aiuto del pensiero purificato, ha enunciato strani postulati e il salto nel buio della meditazione. Gli studiosi moderni dichiarano che esiste una particella subatomica che chiamano pedina. Com'è simile questo alla percezione intuitiva del Vedanta!

La vita e la non-vita si intrecciano e si arricchiscono reciprocamente. Tutto è vivo nell'Universo – compresi i fertilizzanti chimici. Il Vedanta dice: “Tutto, assolutamente tutto si muove nell'universo e si trova avvolto dal Signore.”

La realizzazione è il nostro scopo supremo. Il primo stadio è rappresen-

tato dalla presa di coscienza dell'esistenza dell'anima, poi la consapevolezza del cosmo, la consapevolezza divina e finalmente la consapevolezza dell'Unità.

Negli stadi inferiori di consapevolezza, l'interesse personale predomina. Il senso del bene comune, dell'interesse generale o del maggior numero non si sviluppa che agli stadi superiori della coscienza. E' tra gli stadi inferiori e quelli superiori che ha luogo la presa di coscienza e dove noi ricerchiamo valori più alti nella vita di tutti i giorni. Negli stadi inferiori di consapevolezza, i nostri valori sono dominati e falsificati dalla paura. Mentre negli stati elevati di consapevolezza, i valori sono basati sull'amore puro. La paura non porta forse alla separazione e all'egoismo? mentre l'amore puro ci spinge a cercare il più possibile il bene. E' interessante vedere che la nuova generazione cerca di vivere diversamente. Ci viene domandato di uscire dal nostro egoismo per aprirci verso l'interesse generale, verso il rispetto degli altri, verso l'uguaglianza, verso il senso di responsabilità, verso l'amore incondizionato. Il solo mezzo per raggiungere l'unità è di aprire noi stessi, di donarci. Noi amiamo ciò con cui ci identifichiamo. Dobbiamo, dunque, identificarci con qualcosa di più grande, di più vasto, per poterci donare. Prendiamo ad esempio i membri della vostra famiglia. Più vi identificate con loro, con quello che li concerne – la casa, il giardino, l'ambiente, ecc., più cercate di proteggerli e di amarli. Nello stesso modo il dono di sé ci conduce alla coscienza dell'unità, attraverso la trasformazione di sé.

Si tiene sempre più conto della forza dell'intuizione e di numerosi altri settori, la produttività in particolare, cercando di utilizzare questa forza. Alcuni hanno sperimentato il cambiamento degli stati di coscienza con l'ausilio delle discipline psicologiche. Alcuni ricercatori in biofeedback affermano che è possibile per il nostro spirito non-cosciente saper controllare, in pochi secondi, e senza una preparazione preliminare, l'attività di una sola cellula osservando l'azione dei muscoli; una persona normale può cambiare l'azione di un gruppo di muscoli controllata da una cellula nel midollo spinale. Fenomeni paranormali, come la telepatia, i presentimenti e la chiaroveggenza sembrano esser stati riconosciuti dalle menti scientifiche. Sentiamo spesso parlare di medicina olistica. Alcune nostre malattie sono attenuate dall'uso volontario della coscienza o dell'inconscio. Tutto questo dimostra che l'individuo ha in sé enormi risorse. Gli studiosi più esperti ritengono che c'è

una potenza nella mente capace di generare un'intelligenza nell'azione.

I ricercatori attuali si domandano se la spiritualità può essere spiegata analizzando il rapporto tra le pratiche religiose e i meccanismi messi in gioco nel cervello all'interno dei circuiti nervosi, dei neurotrasmettitori e delle reazioni chimiche. Una o più regioni specifiche del cervello sembrano esserne interessate. E' così che la corteccia cerebrale è spesso considerata come la sede della nostra natura umana. Essa ha quattro grosse strutture chiamate lobi. Tre sembrano avere un ruolo. Sono i lobi parietale, frontale e temporale.

Chi è che crea l'intuizione trascendentale di essere un tutt'uno con l'universo? Secondo i ricercatori, questo potrebbe probabilmente provenire da una diminuzione dell'attività nel lobo parietale. Quest'ultimo ha la capacità di creare un sentimento tridimensionale del corpo e di orientare questo corpo nello spazio. Esso equivale alla rappresentazione mentale del sé. Come può la religione suscitare dei sentimenti d'amore e di compassione? Potrebbe essere a causa dei cambiamenti nel lobo frontale causati da una maggiore concentrazione durante la meditazione. Perché molte persone hanno la profonda sensazione che la religione ha cambiato la loro vita? Probabilmente perché le pratiche spirituali attivano il lobo temporale, una zona dove le esperienze sono confrontate con i nostri significati personali.

Andrew Newberg, specializzato negli studi degli stadi mistici all'Università di Filadelfia ha scritto il libro intitolato Perché Dio non scomparirà. Secondo questo ricercatore, "il cervello è biologicamente programmato per vivere esperienze spirituali e religiose e la religione e la spiritualità esisteranno ancora a lungo a meno che la struttura del cervello non sia totalmente modificata. Il cervello è predisposto a vivere delle esperienze, è per questo motivo che molte persone credono in Dio."

Andrew Newberg è il pioniere di una nuova disciplina, la neuroteologia, che studia la religione dal punto di vista della biologia. La sua opera e le esperienze condotte con il suo associato Eugène d'Aquili all'Università di Pennsylvania hanno rivoluzionato l'approccio scientifico alla religione. Newberg afferma che è cosciente della sua propria dimensione spirituale, sebbene rifiuti di pronunciarsi sull'esistenza di Dio. "Io non provo, dice, ad utilizzare la scienza per provare l'esistenza o la non-esistenza di Dio."

L'esperienza di Newberg è consistita nello studio del funzionamento cerebrale dei meditanti buddisti tibetani immersi nel loro stato di contem-

plazione. Nel momento culminante della loro meditazione, viene applicato l'utilizzo di uno strumento per tracciati radioattivi e l'attività del cervello è seguita con l'aiuto di un apparecchio che produce immagini che rilevano le emissioni radioattive. Newberg scoprì così che certe zone del cervello erano modificate. Come da suo presentimento, sono precisamente le zone poste nella parte anteriore del cervello ad essere coinvolte nello stato di concentrazione. Inoltre, egli scoprì contemporaneamente una brusca caduta di attività nel lobo parietale, una delle parti del cervello che aiuta le persone ad orientarsi nello spazio tridimensionale. Newberg dice: "Quando le persone vivono esperienze spirituali, si sentono diventare un tutt'uno con l'universo e perdono il senso della loro individualità. Questo 'stato unitario' è raggiunto attraverso l'inibizione dell'attività del cervello in questa zona particolare della corteccia parietale. L'assenza di informazioni sensoriali ha come effetto quello di abolire la percezione di separazione di se stessi e del mondo esterno."

Questi risultati hanno sollevato grande interesse per domande come: è possibile che la saggezza che ha improvvisamente invaso Siddhartha Gautama – il Buddha – provenga semplicemente dall'inibizione del suo lobo parietale? Le voci che hanno sentito Mosè e Maometto in ritiro sulle vette sono un'illusione provocata dagli insuccessi chimici di un pacchetto di cellule nervose? Le conversazioni che Gesù ha intrattenuto con Dio sono basate su illusioni mentali? Newberg non andrà così lontano ma altri adepti alla neurologia lo faranno. Michael Persinger, professore di neuroscienza all'Università di Laurentian a Sudbury nell'Ontario ha esaminato il rapporto che esisteva tra il lobo temporale e l'esperienza religiosa (1993 – 1997). Egli ha dimostrato che una debole stimolazione elettromagnetica poteva provocare esperienze simili a quelle descritte dai meditanti.

Questo ricercatore ha evidenziato che quattro persone su cinque rilevano esperienze mistiche accompagnate dalla sensazione di una presenza vicino a loro. Queste esperienze comportano certe visioni, delle reazioni emozionali e delle esperienze di distacco dal corpo.

Persinger dice: "Queste persone sanno di essere in un laboratorio. Immaginate quello che succederebbe se queste persone vivessero questa esperienza nella notte fonda, in una cappella, in una moschea o in una sinagoga."

Secondo le ricerche di Persinger, "la religione appartiene al campo del

cervello”. Se Dio esiste effettivamente, il solo luogo dove può manifestare la sua esistenza sarà negli intricati circuiti neurologici e nelle strutture fisiologiche del cervello. Solo il cervello è capace di apprendere quello che non è osservabile.

Sembra dunque evidente che l’evoluzione porterà ad una sovra-coscienza e a super cervello. E’ il luogo in cui il misticismo e la fisica convergono – è la prova che l’universo intero, noi compresi, è una danza cosmica. Secondo il Vedanta, il cosmo è in uno stato di armonia dinamica: Rtim. E’ parte integrante della nostra vita. Con noi, palpita al ritmo della creazione, della conservazione e della dissoluzione. Dietro ad una diversità e ad una disarmonia apparenti si trovano l’Unità e l’Armonia. Questa Unità armoniosa controlla ogni atomo dell’universo e contiene tutto. Dio, le anime e l’universo costituiscono una Realtà integrale che funziona come un vasto organismo vivente. Il Vedanta lo chiama Purusha o persona cosmica conosciuta come Esistenza Assoluta., Coscienza Assoluta e Beatitudine Assoluta.

Se essere uno scienziato equivale a interessarsi ai fatti, essere spirituale consiste ugualmente nel considerare i fatti, ma in un altro senso. La spiritualità, non è fare teoria, ma fare esperienze per capire, capire quello che è. E quando qualcuno sperimenta spiritualmente un fatto, contrariamente all’esperienza scientifica, è un’esperienza personale, senza dubbio, ma non è un fatto personale, poiché esso è prevedibile e verificabile nelle esperienze altrui.

La scienza è descrittiva e non propone una spiegazione finale. La religione è mistica e ognuno può interpretarla a suo modo, essa implica una realizzazione di un ordine superiore rispetto al campo dell’esperienza dei sensi.

Essendo i campi della scienza e della spiritualità diversi, non c’è alcuna ragione, a priori, affinché esse siano opposte. Com’è, allora, che spesso sentiamo parlare di conflitto tra i due ambiti?

Tutti i conflitti provengono da cause evitabili. Io citerei:

- lo scontro tra l’espressione particolare di una credenza religiosa e di un fatto scientifico;
- il conflitto tra filosofia scientifica e sentimenti religiosi;
- i tentativi di armonizzazione di enunciati scientifici e di formulazioni religiose;
- l’applicazione di indagini psicologiche a fasi di esperienza religiosa.

Vediamo ora un esempio di esperienze spirituali, le più affascinanti e le più recenti condotte secondo una metodologia scientifica.

Sri Ramakrishna, un santo della nostra epoca moderna, ha effettuato numerose ricerche sulla natura di Dio. Mai, in questo, ha deviato dalla metodologia scientifica di osservazione e di sperimentazione. Non si accontentava di sentire semplicemente parlare di Dio. Per lui, credere in Dio significava vedere Dio. E' per questo motivo che trasformò la sua vita intera e il mondo nel quale viveva in un vasto laboratorio di esperienze su Dio e con Dio.

Il racconto della sua pratica delle discipline del Vedanta non dualiste è narrato come la storia di uno studente che si impegnava nella realizzazione delle più ardue esperienze sotto la guida di maestro esperto. All'inizio le difficoltà lo sommersero, ma in seguito stupì il suo maestro a causa della rapidità del suo completo successo.

Il suo istruttore gli domandò di ritirare il suo spirito dal mondo fenomenico e di concentrarlo sull'Atman, il Sé. Nei suoi primi tentativi, Ramakrishna, non vi riuscì. Sebbene riuscisse facilmente a ritrarre il suo spirito dal mondo fenomenico, la beata Divina Madre, che fino ad allora aveva venerato con tutto il suo amore, si manteneva costantemente davanti ai suoi occhi interiori. Solamente quando il suo maestro scoprì il punto situato tra le sue sopracciglia, egli poté concentrare il suo spirito, tagliare l'immagine della Madre con la spada della conoscenza e liberarsi della consapevolezza dell'aspetto personale di Dio.

Sperimentò così, il Nirvikalpa Samadhi, lo stato supremo dell'anima identificata con il Supremo, la più grande equazione insegnata nella teoria del Vedanta.

Le esperienze di Ramakrishna su Dio e la spiritualità non si sono fermate alle frontiere degli scritti dell'Induismo o del Vedanta. Dopo aver verificato con successo le verità fondamentali predicate dall'Induismo, cominciò a sperimentare Dio attraverso le diverse discipline e i differenti metodi insegnati dalle altre religioni. Questa avventura nei regni dello spirito è caratterizzata da uno spirito scientifico e si incontra raramente nei ricercatori o nelle guide spirituali.

Ramakrishna ricevette una vera iniziazione nell'Islam, praticò le discipline richieste da un fedele di questa fede e sperimentò le esperienze spirituali corrispondenti.

La Realizzazione del Cristo arrivò abbastanza facilmente in tutta la sua pienezza.

Disse: “Tutte le dottrine sono delle vie, ma una via non è, in alcun modo, Dio stesso. Si può pervenire a Dio seguendo l’una o l’altra di queste vie con un cuore pieno di devozione”. Egli esprimeva così un enunciato scientifico basato sulle sue proprie scoperte sperimentali.

Tutte le sue sperimentazioni spirituali erano basate sull’osservazione e sulla sperimentazione nel laboratorio della vita.

Per finire, parliamo della meditazione che è un elemento essenziale della pratica spirituale e con la quale tutti abbiamo, più o meno, familiarità. Vediamo qual è il suo interesse scientifico nella nostra vita di tutti i giorni. La meditazione aumenta l’energia mentale in diversi modi. Prima di tutto, essa ne riduce le perdite controllando l’agitazione dello spirito e effettuando l’integrazione completa della personalità. In seguito, essa ne sublima le forme inferiori. Più voi meditate, più trasformate la vostra energia inferiore in energia spirituale. I ricercatori moderni hanno scoperto che solo una parte del cervello è utilizzata nella vita normale. E con l’aiuto delle tecniche chiamate “di regressione”, di ritorno alle origini, si cerca di aprire la porta delle zone nascoste della coscienza e di controllarne le risposte automatiche.

E’ sempre più provato che le persone normali non utilizzano che una frazione della loro intelligenza creativa o della loro energia potenziale. La meditazione aumenta la consapevolezza aprendo le parti inutilizzate.

Un altro importante punto che distingue la meditazione da tutte le altre attività è che essa avviene in tutta coscienza ed è diretta dallo stesso meditante. Le azioni della normale vita quotidiana della maggior parte delle persone sono eseguite, più o meno, inconsapevolmente. Questo tipo di esistenza nebulosa e irreali rende le persone smarrite, vittime del loro ambiente, dei loro istinti e delle loro emozioni. Per avere una vita riflessiva, ponderata, con uno scopo e un senso, dobbiamo indirizzarla e orientarla noi stessi. E per questo motivo la coscienza di sé diviene indispensabile. La meditazione controlla tutti gli automatismi mentali e permette al Sé superiore di emergere al di fuori dell’incoscienza corso delle vita.

E, oltre a questo, contrariamente alle ordinarie attività, la meditazione distende il corpo e lo spirito e riempie l’anima di pace. Attualmente, migliaia di persone praticano lo yoga e la meditazione semplicemente per i loro ef-

fetti rilassanti e calmanti. Attraverso la tecnica dell'elettroencefalografia, gli scienziati hanno scoperto quelle che hanno chiamato le onde del cervello che ricevono dei leggeri impulsi neuro-elettrici. Queste onde hanno un rapporto con la vita psico-fisiologica. Nel corso delle normali attività, il cervello produce delle onde beta. Le onde alfa indicano uno stato disteso del corpo e dello spirito. La concentrazione profonda e la creatività comportano delle onde teta, e il sonno profondo, delle onde delta con frequenze molto basse. La scoperta che la meditazione provoca un aumento della produzione di onde alfa e teta e che porta a stati alterati della coscienza senza l'aiuto di droghe, ha creato un considerevole interesse. Un buon numero di scienziati pensano che è la sola via verso la pace e la salute dello spirito nella nostra epoca di ateismo, ansia, droga ed altri problemi.



Ramana Gita

Compilata da Ganapati Muni

Capitolo IV La Natura della Consapevolezza

1-2 Migliore dei saggi, quale tra queste riflessioni può essere definita “conoscenza”: “io sono Bramhan” - “Bramhan io sono” - “io sono il tutto”, - “tutto è Brahman”? Oppure la conoscenza è diversa da tutti questi concetti?

3 Il Signore Ramana Muni, il mio maestro e Guru, ascoltò con grazia la domanda e così rispose:

4 Non c'è dubbio che tutte queste meditazioni sono meramente concettuali. Lo stare nel proprio stato di pura consapevolezza secondo il saggio è “conoscenza”.

5 Dopo aver udito la risposta del guru che dissolve i dubbi, gli feci un'altra domanda riguardo ad un altro problema.

6 Signore dei saggi, può il Bramhan essere compreso attraverso il pensiero? Toglimi questo dubbio dalla mente.

7 Nell'udire questo, l'amico di quelli che trovano rifugio in lui, mi inondò con il suo sorriso e parlò così:

8 Se il pensiero cerca di comprendere il Bramhan che è lo stesso proprio Sé, perde la sua identità separata e diventa “Quello”.

9 Questa breve conversazione ebbe luogo il 21 luglio del 1917.

Capitolo V

La Scienza del Cuore

1 Ramana Muni parlò ampiamente del Cuore il 9 agosto del 1917.

2 Ciò da cui sorgono tutti i pensieri degli esseri incarnati è il Cuore. Le descrizioni del Cuore sono solo concetti mentali.

3 In breve, il pensiero “Io sono” è la radice di tutti i pensieri. La sorgente del pensiero “Io Sono” è il cuore.

4 Se il cuore è il ricettacolo del “Anatha Chakra” (quarto Chakra) come può la pratica dello Yoga iniziare dal Muladhara (primo Chakra)?

5 Il Cuore non è l’organo che pompa il sangue. “Hridayam” significa: “questo è il centro”. Sta per rappresentare il Sé.

6 Il luogo del Cuore è sulla destra del petto e non sulla sinistra. La luce della consapevolezza fluisce dal Cuore attraverso il canale di Sushumna sino a Sahasrara (settimo Chakra).

7 Da Sahasrara la consapevolezza si diffonde in tutto il corpo, e quindi sorge l’esperienza del mondo. Vedendo sé stessi come differenti da questa consapevolezza gli esseri umani vengono imprigionati nel ciclo delle nascite e delle morti.

8 Il Sahasrara di uno che vive immerso nel Sé è solo luce pura. Ogni pensiero che si avvicina non può sopravvivere.

9 Anche quando gli oggetti vengono percepiti, per la loro vicinanza non disturbano lo yoga e la mente non vede differenze.

10 Lo stato in cui la consapevolezza è stabile, anche quando sono percepiti oggetti, è chiamato stato naturale. Nel Nirvikalpa samadhi non c’è percezione oggettuale.

11 L’intero universo è dentro il corpo, e tutto il corpo è nel cuore. Quindi l’universo è contenuto nel cuore.

12 L’universo è solo nella mente e la mente non è altro che il Cuore. Così l’intera storia dell’universo culmina nel cuore.

13 Il cuore è per il corpo ciò che il sole è per il mondo. La mente in Sahasrara è come l’orbita della luna per il mondo.

14 Come il sole illumina la Luna, il cuore da luce alla mente.

15 Un mortale incosciente del cuore vede solo la mente, come solo la luce della luna si vede di notte quando il sole è tramontato.

16 Inconsapevole che la vera sorgente della consapevolezza è il proprio

stesso Sé, e percependo mentalmente gli oggetti come separati da sé, gli ignoranti si illudono.

17 La mente di colui che conosce e che risiede nel Sé, si fonde nella consapevolezza del cuore come la luce della luna durante il giorno.

18 Anche se il significato del termine “Prajnana”, “intelligenza”, è riferito alla mente, il saggio sa che il suo significato essenziale è Cuore. Il supremo è il Cuore.

19 La differenza tra ciò che vede e la cosa vista è solo nella mente. Per quelli che risiedono nel Cuore la percezione è unitaria, e una.

20 Quando c'è un forzato arresto dei pensieri, nello svenimento, nel sonno, nell'eccesso di gioia o di dolore, nella paura e così via, la mente ritorna alla sua sorgente il Cuore.

21 Tale immedesimazione è inconscia e la persona ne è inconsapevole. Invece quando uno entra coscientemente nel Cuore ciò è chiamato Samadhi. Perciò la differenza dei termini.

CAPITOLO VI

Mezzi per controllare la mente

1 Il migliore conoscitore della verità, il saggio Ramana, avendo spiegato la scienza del Cuore, parlò dei mezzi per controllare la mente.

2 L'uomo attaccato agli oggetti e preda di pensieri senza fine a causa della forza delle tendenze latenti trova difficile controllare la mente.

3 Si dovrebbe controllare la mente irrequieta attraverso il controllo del respiro. Allora la mente come un animale domato cesserà di vagare.

4 I pensieri si controllano attraverso la regolazione del respiro. Quindi uno può stabilirsi alla loro sorgente.

5 Osservare il flusso del respiro con la mente è il sistema per controllarla. Tale osservazione se costante stabilizza il respiro.

6 Se alla mente manca la forza necessaria per una costante osservazione del respiro allora vengono consigliate le pratiche di restrizione del respiro dell'Hata Yoga.

7 Esalare il respiro per una unità di tempo, inalare per una unità di tempo, e trattenere il respiro per quattro unità di tempo purifica i canali attraverso cui fluisce il respiro.

8 Il controllo del respiro si realizza gradualmente quando i canali sono

purificati. Quando tale regolazione diventa permanente allora è naturale.

9 Il saggio osserva e rinuncia alla nozione “Io sono il corpo” mentre esala, l’auto indagine “chi sono io mentre inala, e immedesimazione nel cuore nella pausa.

10 La mente si può controllare anche con la ripetizione delle sillabe sacre. Allora il mantra , la mente ed il respiro diventano uno.

11 Il fondersi della mente e del respiro e chiamata “Dhyana” e conduce allo stato naturale quando diventa profonda e stabile.

12 Frequentando ogni giorno grandi esseri sempre immersi nella consapevolezza la mente si immerge nella sua sorgente.

Capitolo VII

L’autoindagine

1 Il settimo capitolo registra l’eccellente conversazione tra Karshni della discendenza di Bharadvaja e l’Acharya Ramana

2 In che cosa consiste l’autoindagine? Quale il suo effetto? Possono ottenersi risultati migliori con altri metodi?

3 Il pensiero “io sono” si dice essere l’essenza di tutti i pensieri. Ricerca la sorgente di questo pensiero.

4 Questa è l’autoindagine e non lo studio critico delle scritture. Quando si insegue la sorgente l’ego si fonde con essa.

5 Solo il Sé rimane in tutta la sua perfezione e pienezza quando l’ego, che è un suo riflesso, si fonde in esso.

6 Il risultato dell’autoindagine è la cura di tutte le sofferenze. Non c’è nulla di più grande di questo.

7 Con pratiche differenti dall’autoindagine sono possibili meravigliosi poteri occulti. Ma anche se uno raggiunge tali poteri, in fine è solo l’autoindagine che conduce alla liberazione.

8 Chi può considerarsi adatto per l’autoindagine? E’ possibile riconoscere la propria predisposizione?

9 Colui la cui mente è stata purificata dalle pratiche spirituali o da meriti accumulati in vite passate, colui che ha disinteresse per il corpo e per gli oggetti dei sensi, è adatto a questa ricerca.

10 Colui il quale prova disgusto quando la mente si deve muovere tra gli oggetti dei sensi ed è consapevole della transitorietà del corpo, è detto competente per l’autoindagine.

11 Si può riconoscere la propria predisposizione attraverso questi segni: sensazione della transitorietà del corpo e distacco dagli oggetti dei sensi.

12-13 Per chi è maturo per l'autoindagine attraverso la discriminazione ed il non attaccamento, sono utili le preghiere, i lavacri ad ore stabilite, il mantenere un fuoco sacro, il servizio devozionale a Dio, i canti, i pellegrinaggi e i sacrifici, la carità, le austerità?

14 Per i principianti competenti con leggeri attaccamenti tutte queste azioni rendono la mente progressivamente pura.

15 Azioni virtuose del corpo, della parola e del pensiero distruggono le opposte attività del corpo, della parola e del pensiero.

16 L'attività dei maestri maturi che hanno mente assolutamente pura, è benefica per il mondo.

17 I maestri realizzati non si fanno coinvolgere dalle attività devozionali per paura o per seguire ingiunzioni spirituali. Le loro azioni sono per il bene e per l'istruzione degli altri.

18 Azioni meritevoli, fatte senza attaccamento e senza senso di differenza, non ostacolano l'autoindagine.

19 Non svolgere le azioni prescritte non è un peccato per il saggio. Perché l'autoindagine stessa è la più meritevole e più purificante delle azioni.

20 I saggi paiono cadere in due categorie, quelli che rinunciano all'azione per una comunione solitaria e quelli attivi per il benessere degli altri.

21 Signore dimmi se ci sono altri sentieri per la liberazione differenti dall'autoindagine? Questi sentieri sono diversi o la stessa cosa?

22 Altri sentieri si sforzano di raggiungere qualcosa, l'autoindagine cerca colui che fa lo sforzo. I primi ci mettono più tempo, ma alla fine portano alla conoscenza del Sé.

23 La meditazione su di un solo pensiero porta alla stabilità della mente e tale stabilità porta al Sé.

24 Chi medita giunge al Sé senza rendersene conto. Colui che indaga si perde nel Sé coscientemente.

25 I più eccelsi oggetti di meditazione, siano Dio o qualcosa di sacro, si fondono alla fine nel grande fuoco del Sé.

26 Lo scopo della meditazione e dell'autoindagine sono uno. Il primo raggiunge l'immobilità attraverso la contemplazione, il secondo attraverso la conoscenza.

(Traduzione a cura di F. Falzoni)

Invocazione per il Compimento

Premadana

Nella Luce della Tradizione Originaria, la cui Funzione è donare l'Ordine del Vero; nella Purezza della Tradizione Perenne, la cui Funzione è offrire l'Intelligenza del Disegno; nella Potenza della Tradizione Indeffettibile, la cui Funzione è concedere la Forza della Descrizione.

Con Amore per il Maestro i cui infiniti nomi riconducono al Silenzio; le cui innumerevoli forme riportano al Punto; le cui continue apparizioni ricongiungono all'Immanifesto.

Il Non Determinato, il Principio Senza Principio, la Non Origine, l'Incondizionato che non può essere ritenuto neppure Incondizionato, la Fonte la cui assenza di determinazione fa sì che sia Nulla di ciò che è determinabile, Colui che viene illusoriamente descritto con termini appartenenti alla manifestazione e alla non manifestazione, l'Impensabile che è pensato prima di ogni manifestazione ma che neppure può essere detto che è, la Presenza Senza Presenza, l'Assenza senza Assenza, il Tutto Senza Niente. Quello.

L'accondizione di Quello in Quello con Quello, senza neppure il bisogno di Essere, si autoesprime come l'Unico.

L'Unico, nell'istante acosmico, origine di ogni possibilità, genera il Primo Principio dell'Unico a Sé Stesso.

Il Primo Principio dell'Unico a Sé Stesso è il Sé.

Il Sé a Sè è Essere.

Il Sé in Sè è Coscienza.

Il Sé con Sè è Beatitudine.

Essere Coscienza Beatitudine si distillano nel Nettare della Pura Consapevolezza.

In una goccia di quel Nettare compare, come un riflesso, questo universo senza inizio e senza fine.

L'universo osservato e il suo osservatore, come non altro rispetto a Quello, proprio ora sono Quello.

Possa colui che prega con questa invocazione dedicare la sua conoscenza all'Amore e il suo amore alla Conoscenza così da giungere presto al Compimento del Liberato.



Vita di Swami Vivekananda

Parte 2

1 - Sulla soglia della giovinezza

Quando Narendra entrò nell'adolescenza, il suo carattere cambiò sensibilmente. Divenne più acuto negli argomenti intellettuali e si dedicò alla lettura di libri impegnati di storia e letteratura, divorando i giornali e partecipando alle riunioni pubbliche. La musica era divenuta il suo passatempo preferito, egli sosteneva che essa doveva esprimere ideali elevati e risvegliare i sentimenti del musicista.

All'età di quindici anni, sperimentò la sua prima estasi spirituale. La famiglia stava viaggiando verso Raipur nelle Province Centrali, e una parte del viaggio fu percorsa con un carro trainato dai buoi. Quel giorno l'aria era fresca e limpida, gli alberi e i rampicanti erano coperti con foglie verdi e fiori colorati, e uccelli dallo splendido piumaggio gorgheggiavano nei boschi. Il carro percorreva un passo così stretto che le due pareti in alto quasi si toccavano. Gli occhi di Narendra scorsero un grande alveare in una fenditura della parete, e subito la sua mente fu piena di soggezione e rispetto per la divina Provvidenza. Perse coscienza del mondo esterno e rimanendo così nel carro per parecchio tempo. Anche dopo essere tornato alla coscienza del mondo sensibile, continuava a provare una forte gioia.

Possiamo riportare anche un altro fenomeno che gli capitava spesso. Fin da piccolo, vedendo per la prima volta certe persone o luoghi, sentiva di averli già conosciuti prima; senza però riuscire a ricordare quanto prima. Un giorno mentre era impegnato in una conversazione a casa di amici, si parlò di qualcosa e Narendra sentì immediatamente che in un'altra occasione

aveva parlato dello stesso argomento con gli stessi amici nella stessa casa. Descrisse anche con esattezza ogni angolo della casa, pur non avendola mai visitata prima. All'inizio cercò di spiegare questo singolare fenomeno con la dottrina della reincarnazione, pensando che forse aveva vissuto in quella casa in una vita precedente, ma scartò l'idea come improbabile. In seguito concluse che già prima della nascita doveva aver avuto una visione della gente, dei posti e degli eventi che avrebbe conosciuto nella sua presente incarnazione; ecco perché, pensava, poteva riconoscerli appena gli si presentavano.

A Raipur, Narendra fu incoraggiato dal padre a frequentare dei famosi eruditi e discutere di vari argomenti intellettuali che generalmente erano considerati troppo astrusi per i ragazzi della sua età. In tale occasione, esibiva una grande forza mentale. Da suo padre, Narendra aveva imparato l'arte di afferrare le cose essenziali, vedendo la verità dai più ampi e più comprensivi punti di vista, attenendosi al punto centrale in discussione.

Nel 1879 la famiglia ritornò a Calcutta, e Narendra in poco tempo finì gli studi. Nel frattempo aveva ampliato la sua cultura leggendo molti classici della letteratura inglese e bengali. La storia era il suo argomento preferito. In questo periodo sviluppò anche un insolito metodo per leggere un libro e comprenderlo. Per citare le sue parole: "Potevo capire un autore senza leggere completamente ogni riga del suo libro. Leggevo le prime e le ultime righe di un paragrafo e ne afferravo il significato. Successivamente scoprii che potevo comprendere l'argomento leggendo solo le prime e le ultime righe di una pagina. Dopo di che potevo seguire l'intera linea di pensiero di un autore leggendo semplicemente poche righe, sebbene l'autore stesso cercasse di spiegare l'argomento in cinque o più pagine."

2 - I giorni del College

Presto l'irrequietezza dei giorni giovanili si concluse, e nel 1879 Narendra entrò nel Presidency College di Calcutta per gli studi superiori. Dopo un anno si iscrisse alla General Assembly Institution, fondata dallo Scottish General Missionary Board, successivamente conosciuto come lo Scottish Church College. Fu proprio dal direttore dell'Università e professore di letteratura inglese, il signor Hastie, che udì per la prima volta il nome di Sri Ramakrishna.

All'Università, Narendra, adesso un bel giovane, agile e muscoloso e incline a una certa robustezza, intraprese diversi studi. Durante i primi due anni, studiò la logica del pensiero occidentale. Quindi si specializzò in filosofia occidentale e in storia antica e moderna delle differenti nazioni europee. La sua memoria era prodigiosa. Gli ci vollero solo tre giorni per assimilare la 'History of English People' di Green. Spesso, alla vigilia di un esame, leggeva l'intera notte, mantenendosi sveglio bevendo forti tè o caffè.

Fu in questo periodo che entrò in contatto con Sri Ramakrishna; evento che, come vedremo, fu il punto di svolta della sua vita. Come risultato dell'incontro con Sri Ramakrishna, il suo innato desiderio spirituale venne ridestato, e Narendra cominciò a sentire la transitorietà del mondo e la futilità dell'educazione accademica. Il giorno prima del suo esame sentì improvvisamente un amore bruciante per Dio e, in piedi di fronte alla stanza di un compagno, fu udito cantare con grande sentimento:

Cantate, O montagne, O nuvole, O grandi venti!

Cantate, cantate la Sua gloria!

Cantate con gioia, tutti i soli e lune e stelle!

Cantate, cantate la Sua gloria!

L'amico, sorpreso, gli ricordò dell'esame del giorno successivo, ma Narendra non era minimamente preoccupato; l'ombra della vita monastica che si andava avvicinando stava già mostrando i suoi effetti. Si presentò all'esame, comunque, e lo passò facilmente.

Sull'erudizione di Narendra, il professor Hastie una volta osservò: "Narendra è un vero genio. Ho viaggiato in lungo e in largo, ma non ho mai incontrato un ragazzo con il suo talento e le sue possibilità, nemmeno tra gli studenti di filosofia delle università tedesche. È destinato a lasciare il suo segno nel mondo."

Il genio eclettico di Narendra trovò la sua espressione anche nella musica. Studiò sia la musica strumentale che vocale sotto insegnanti esperti. Poteva suonare molti strumenti e eccelleva nel cantare. Da un insegnante musulmano, imparò canzoni in indi, urdu e anche persiane, quasi tutte di natura devozionale.

Divenne anche membro del Brahma Samaj, un importante movimento religioso del tempo, che lo influenzò durante questo periodo formativo della sua vita.

3 - Il Brahma Samaj

L'introduzione del sistema educativo inglese, in seguito all'annessione dell'India nell'impero britannico, portò la società indù a contatto con l'intellettuale e aggressiva cultura europea. I giovani indù che furono incantati dal nuovo e attivo modo di vita, compresero i molti limiti della loro società. Durante il dominio musulmano, prima della venuta degli inglesi, gli aspetti dinamici della cultura indù erano stati soppressi e il sistema delle caste si era stratificato. I bramini avevano mercificato la vita religiosa. Dogmi privi di significato e vuote cerimonie avevano sostituito gli insegnamenti filosofici delle Upanishad e della Bhagavad Gita. Le masse erano sfruttate dai latifondisti, e la maggior parte delle donne viveva in condizioni deprecabili. Il crollo del dominio musulmano aveva portato il caos in ogni campo: sociale, politico, religioso ed economico. L'educazione inglese appena introdotta mise subito in evidenza le molte deficienze della società e così sorsero diversi movimenti riformatori, sia liberali che ortodossi, che cercarono di ricondurre la vita nazionale sui giusti binari.

Il Brahma Samaj, uno di questi movimenti liberali, catturò l'interesse dei giovani istruiti del Bengali. Raja Rammohan Roy (1774-1833), il fondatore di questa organizzazione religiosa, abbandonò i rituali vedici, l'adorazione delle immagini e il clericalismo dell'ortodossia indù; esortando i suoi seguaci a dedicarsi alla "devozione e adorazione dell'Eterno, Impenetrabile, Immutabile Essere, che è l'Autore e il Conservatore dell'universo." Raja, dotato di un grande intelletto, aveva studiato le scritture indù, cristiane, musulmane e buddiste, e fu il primo, in India, a comprendere l'importanza del metodo razionale occidentale quale mezzo per risolvere i problemi della società indiana. Fu uno dei fautori nell'introdurre l'educazione inglese in India che, nonostante all'inizio produsse un effetto negativo sulla neonata coscienza indù, alla fine fece rifulgere il glorioso patrimonio della antica civiltà indù.

Tra i principali leader del Brahma Samaj che si succedettero alla guida del Brahma Samaj ricordiamo Devendranath Tagore (1817-1905), un grande studioso delle Upanishad, e Keshab Chandra Sen (1838-1884), versato nei rituali e dottrine del cristianesimo. Il Brahma Samaj, sotto la loro guida, abbandonò molte delle convenzioni dell'Induismo, quali i rituali e le adorazioni di Dio attraverso immagini. Nato come un movimento

riformista, il Brahma Samaj operò per l'emancipazione delle donne, contrastando il divieto di matrimonio per le vedove, il matrimonio infantile e favorendo la diffusione dell'alfabetizzazione. Influenzato dalla cultura occidentale, il Brahma Samaj sostenne la supremazia della ragione contro l'accettazione acritica delle scritture e cercò di diffondere i principi della rivoluzione francese. L'intero movimento fu tendenzialmente intellettuale ed eclettico, conseguenza delle necessità di quel periodo e, a differenza dell'Induismo tradizionale, non aveva radici nelle esperienze spirituali dei santi e dei saggi.

Narendra, come molti altri giovani suoi contemporanei, sentì il richiamo delle idee progressiste e divenne uno dei suoi membri. Ma, come si vedrà, il Brahma Samaj non riuscì a soddisfare le sue profonde istanze spirituali.

In questo periodo Narendra fu spinto dal padre verso il matrimonio. Un uomo facoltoso, la cui figlia era stata proposta come possibile moglie per Narendra, si offrì di pagare i suoi studi in Inghilterra, per avere la possibilità di entrare nel Servizio Civile Indiano. Narendra rifiutò questa e altre proposte di simile natura. Non mostrava alcun interesse a condurre la vita di capofamiglia.

Fin dalla gioventù Narendra aveva mostrato una forte propensione per la purezza, tirandosi sempre indietro davanti ad ogni discutibile avventura. Sua madre gli aveva insegnato il valore della castità che lui aveva osservato quasi come un punto d'onore. Per lui la purezza non era una semplice astensione dai piaceri della carne, ma la conservazione di una intensa forza spirituale che solo in seguito si manifestò in tutte le nobili azioni della sua vita. Egli vedeva se stesso come un brahmacharin, lo studente celibe della tradizione indù, che lavora duro, apprezza la disciplina ascetica, rispetta il sacro e gioisce della purezza.

Secondo i Sastra, attraverso la purezza considerata la più grande delle virtù, l'uomo può esperire anche le percezioni spirituali più sottili. In Narendra, questo spiega la concentrazione, la memoria, lo sguardo penetrante e la sua inesauribile energia fisica e mentale.

Durante la giovinezza, Narendra aveva solitamente ogni sera prima del sonno, due visioni completamente diverse. In una vedeva un uomo di mondo con una moglie e dei figli, che godeva della ricchezza, del lusso, della fama e della posizione sociale; nell'altra, vedeva un sannyasin, un monaco errante, privo della sicurezza terrena e dedito alla contemplazione

del Divino. Narendra sentiva di poter realizzare entrambi questi ideali; ma quando la sua mente rifletteva sulle loro effettive valenze, era inevitabilmente attratto dalla vita di rinuncia. Il fascino del mondo profano cadeva e scompariva. La sua interiorità istintivamente sceglieva il cammino più austero.

Per un certo periodo le preghiere e i canti devozionali del Brahma Samaj esaltarono la mente di Narendra, ma ben presto si rese conto che non davano alcuna vera esperienza spirituale. Lui voleva realizzare Dio, il fine ultimo della religione, e così sentiva l'imperativo bisogno di essere istruito da un uomo che avesse veramente visto Dio.

Mosso dal suo desiderio si recò da Devendranath, il venerabile leader del Brahma Samaj e gli chiese esplicitamente, "Signore, avete visto Dio?"

Devendranath, imbarazzato, gli rispose: "Ragazzo mio, tu hai gli occhi di uno yogi. Dovresti praticare la meditazione."

Il giovane ne fu deluso e capì che era quello l'uomo che lo avrebbe aiutato nella sua lotta spirituale. Né la ricevette dai leader degli altri movimenti religiosi. Fu allora che ricordò il nome di Ramakrishna, pronunciato dal professor Hastie, che, durante una lezione sulla poesia di Wordsworth 'The Excursion', aveva parlato di estasi, sottolineando che tali rapimenti estatici erano il risultato della purezza e della concentrazione. Egli aveva detto, inoltre, che erano fenomeni rari, specialmente nei tempi moderni. "Ho conosciuto," aveva detto "solo una persona che abbia realizzato quello stato benedetto, Ramakrishna di Dakshineswar. Capirete cosa è l'estasi solo se visiterete il santo."

Narendra aveva anche udito parlare di Ramakrishna da un parente, Ramchandra Datta, che fu uno dei primi discepoli laici del Maestro. Saputo della decisione di Narendra di non sposarsi e collegandola al suo intenso desiderio di una vita spirituale, Ramchandra gli aveva detto: "Se davvero vuoi coltivare la spiritualità, visita Ramakrishna a Dakshineswar."

Narendra incontrò Ramakrishna per la prima volta nel novembre 1881 nella casa di Surendranath Mitra, un devoto del Maestro, dove era stato invitato per intrattenere i visitatori con la sua musica melodiosa. Il Paramahansa fu molto impressionato dalla sua sincerità e devozione, e dopo alcune domande gli chiese di fargli visita a Dakshineswar. Narendra acconsentì. Desiderava scoprire se Ramakrishna era veramente l'uomo che lo avrebbe aiutato nella sua ricerca spirituale.

4 - Ramakrishna

Ramakrishna, l'uomo divino dei tempi moderni, nacque il 18 febbraio 1836 nel piccolo villaggio di Kamarpukur, nel distretto di Hoogly nel Bengali. Quanto differenti furono la sua educazione e l'ambiente della sua giovinezza rispetto a quelli di Narendra, che sarebbe diventato, in seguito, l'interprete e il divulgatore del suo messaggio! I genitori di Ramakrishna, appartenenti alla casta di bramini, erano poveri, pii e devoti alla tradizione ortodossa. Pieno di allegria e di gioia innocente, il bambino, con i capelli lunghi e una dolce voce musicale, crebbe in un semplice villaggio di campi di riso, mucche, e alberi di mango e di banyan.

Indifferente nei confronti dello studio, fu praticamente un'illetterato per tutta la vita, ma le sua innata spiritualità trovò espressione attraverso i canti devozionali e la compagnia dei monaci erranti, che accendevano la sua immaginazione giovanile con le storie delle loro esperienze spirituali. Già all'età di sei anni sperimentò una prima estasi spirituale osservando un volo di bianche gru contro un cielo nero di nuvole piovache. In seguito entrava in estasi non appena meditava sulle divinità. La morte del padre, che lasciò la famiglia in condizioni difficili, rese più profondo il suo sentimento spirituale. Così, sebbene all'età di sedici anni si recò a vivere presso il fratello a Calcutta, rifiutò di continuare gli studi; dal momento che, osservava, non era affatto interessato ad un'educazione il cui unico scopo era di guadagnare pane e burro. Egli sentiva forte e profondo il desiderio di realizzare Dio.

Gli argini dell'emozione estatica di Ramakrishna saltarono quando si occupò in qualità di bramino del Tempio di Kali a Dakshineswar, dove il Divino era adorato nella forma di Madre. Ignorante delle scritture e delle complessità rituali, Ramakrishna dedicava il suo spirito alla preghiera, spesso attraverso i canzoni devozionali. Cibo, sonno e ogni altra necessità fisica venivano completamente dimenticati nel bruciante desiderio della visione del Divino. Le sue notti trascorrevano in contemplazione nei boschi vicini al tempio. Il dubbio si alternava alla speranza, ma una forte certezza interiore e la testimonianza dei santi illuminati lo sostenevano nei momenti della più buia disperazione. L'adorazione formale o la semplice vista di una immagine non potevano soddisfare la sua mente indagatrice; sentiva che una figura di pietra non poteva certo essere dispensatrice di pace e immortalità.

Dietro l'immagine ci doveva essere lo Spirito Reale, ed era quello che lui aveva deciso di contemplare. Questo non era facile. Per molto tempo lo Spirito giocò con lui come a nascondino, ma alla fine rispose all'amore del giovane devoto. Quando sentì la diretta presenza della Madre Divina, Ramakrishna cadde inconscio sul pavimento, sperimentando un costante flusso di beatitudine.

Questo "assaggio" lo rese inebriato di Dio, e stimolò il suo desiderio di ulteriori esperienze. Egli desiderava la visione ininterrotta del Divino, sia con gli occhi aperti che chiusi. Perciò si abbandonò con a pratiche temerarie, discipline spirituali ma estreme. Per cancellare ogni traccia dell'arroganza di casta, si recava a pulire le latrine dei fuori casta (paria). Attraverso un tagliente discriminazione, eliminò ogni senso di distinzione tra oro e argilla. La purezza divenne il respiro delle sue narici; e ogni donna, anche se in sogno, veniva vista sua stessa madre o come Madre dell'universo. Per parecchi anni le sue palpebre non si toccarono nel sonno. E alla fine si pensò che fosse pazzo.

Lo stress della sua pratica spirituale fece presto effetto sul suo delicato corpo e così Ramakrishna tornò a Kamarkupur per ristabilirsi in salute. I parenti e vecchi amici videro il notevole cambiamento della sua natura; il ragazzo allegro era stato trasformato in un giovane uomo contemplativo il cui sguardo era diretto verso un orizzonte lontano. Sua madre gli propose il matrimonio, e Ramakrishna, vedendovi la volontà della Madre Divina, acconsentì. Egli indicò anche dove trovare la ragazza, cioè nel villaggio di Jayrambati, distante solo pochi chilometri. Qui viveva la piccola Saradamanī, una bambina di cinque anni, per molti aspetti diversa dalle coetanee. La bambina pregava Dio per rendere il suo carattere fragrante come una rosa e più puro della luna piena che, per quanto pura, mostrava alcuni punti oscuri. Il matrimonio fu celebrato e Ramakrishna, partecipando, considerò l'intero evento come un nuovo gioco o divertimento.

Subito dopo tornò a Dakshineswar dove si immerse nuovamente nella tempestosa spiritualità. La madre, la moglie e i parenti furono presto dimenticati e il cammino spirituale prese un nuovo corso. Lui voleva percorrere gli antichi sentieri della tradizione indù sotto la guida di insegnanti esperti, ed ecco che essi vennero a lui uno ad uno, non si sa da dove. Uno di questi fu una donna, sotto la quale praticò le discipline del Tantra e del Vaishnava, raggiungendo in breve i risultati più alti. Fu lei che diagnosticò

le sue malattie del fisico come espressione di profonde emozioni spirituali e descrisse la sua apparente follia come risultato di un amore straziante per Dio; Ramakrishna ne fu immediatamente sollevato. Fu lei la prima che lo mostrò al mondo come Incarnazione Divina e che dimostrò e provò la divinità di Ramakrishna durante un'assemblea di teologi attraverso le stesse scritture sacre.

Sotto un altro insegnante, il monaco Jatadhari, Ramakrishna penetrò nei misteri dell'adorazione di Rāma e sperimentò la presenza visibile di Rāma. Egli si relazionò con Dio attraverso le divine modalità di Padre, Madre, Amico, Amato. Da un austero asceta di nome Totapuri, fu iniziato alla vita monastica e in soli tre giorni realizzò la sua completa unicità con il Brahman, l'Assoluto Indifferenziato, che è il culmine dello sforzo spirituale dell'uomo. Totapuri stesso aveva dovuto lottare quarant'anni per realizzare questa identità.

Ramakrishna si volse successivamente alla cristianità e all'Islam, praticando le rispettive discipline spirituali ottenendo gli stessi risultati raggiunti con l'Induismo. Per questo affermò che anche queste vie portavano alla realizzazione della Coscienza Divina. Infine, venerò sua moglie – divenuta una giovine donna di diciassette anni - come manifestazione della Madre Divina dell'universo e abbandonò ai suoi piedi il frutto delle passate pratiche spirituali, lasciando indietro così ogni travaglio spirituale. Secondo la tradizione indù, quando la normale relazione tra marito e moglie, che è il legame più forte della vita terrena, è stata trascesa e un uomo vede nella moglie la presenza divina, allora vede Dio ovunque nell'universo. Questo è il culmine della vita spirituale.

Lo stesso Ramakrishna adesso era convinto della propria missione divina nel mondo e che attraverso di lui la Madre Divina avrebbe dato corpo ad un nuovo ordine religioso che avrebbe richiamato coloro che avrebbero accettato la Religione Universale da lui stesso sperimentata. Gli fu inoltre rivelato che chiunque avesse pregato Dio sinceramente, anche una volta, così come quelli che stavano passando attraverso la loro nascita finale sulla terra, lo avrebbero accettato come ideale spirituale e modellato le loro vite in accordo al suo insegnamento universale.

La gente fu sconcertata nel vedere la trasformazione di un uomo ridicolizzato solo fin poco prima come pazzo. Il giovane prete era diventato un devoto di Dio; il devoto, un asceta; l'asceta, un santo; il santo, un uomo

di realizzazione; l'uomo di realizzazione, un nuovo Profeta. Come il fiore sbocciato attrae le api, Ramakrishna attraesse a lui uomini e donne di diversa fede, intelligenza e posizione sociale. Egli diede generosamente a tutti, attingendo alla sua inesauribile riserva di saggezza divina, e ognuno si sentì innalzato in sua presenza. Ma il Maestro stesso non era completamente soddisfatto. Desiderava delle giovani anime ancora incorrotte dal mondo, che avrebbero rinunciato a tutto per la realizzazione di Dio e il servizio dell'umanità. Era letteralmente consumato da questa istanza. I discorsi della gente mondana erano per lui insignificanti. Spesso paragonava questa gente a una mistura di latte e acqua con la predominanza di quest'ultima, e diceva che era stanco di cercare di ottenere del latte denso da questa mistura. Certe sere, quando la sua angoscia raggiungeva il limite, saliva sul tetto di un edificio vicino al Tempio e gridava con tutta la sua voce: "Venite, ragazzi miei! Oh, dove siete? Io non posso vivere senza di voi!" Una madre non poteva provare una passione più intensa per i suoi amati bambini, un amico per il suo amico più caro, o un amante per la sua amata.

Poco dopo, i giovani destinati ad essere i suoi discepoli monastici cominciarono ad arrivare. Il primo tra loro fu Narendra.

5 - Ramakrishna e Narendra

Il primo incontro a Dakshineswar tra il maestro e Narendra fu molto importante. Sri Ramakrishna riconobbe immediatamente il suo futuro messaggero. Narendra, incurante dei suoi abiti e del suo aspetto generale, era molto diverso dagli altri giovani uomini che lo avevano accompagnato al tempio. I suoi occhi erano emozionanti, parzialmente ritirati, ad indicare uno spirito meditativo. Lui cantò alcune canzoni e come sempre riversò in esse tutto il suo spirito. La sua prima canzone fu la seguente.

*Torniamo una volta ancora, O mente, alla nostra vera casa!
Qui in questo paese straniero della Terra
Perché dovremmo errare senza scopo con l'aspetto di un forestiero?
Questi esseri viventi intorno,
E i cinque elementi,
Sono tutti stranieri per te, tutti loro; nessuno è tuo.
Perché dimentichi te stessa,*

*Innamorata degli estranei, sciocca mente?
Perché dimentichi quello che è tuo?
Segui il sentiero della verità, O mente! Sali instancabile,
Con l'amore come lampada che illumina la tua strada.
Come provviste per il viaggio, prendi con te
Le virtù, nascoste attentamente;
Perché, come due banditi,
Avidità e illusione vogliono derubarti della tua ricchezza.
E tieni al tuo fianco costantemente,
Come guardie per proteggerti dal male,
Calma di mente e autocontrollo.
La compagnia con i santi sarà per te
Una gradita locanda sulla tua via;
Lì riposa le tue stanche membra per un po', chiedendo la strada,
Se mai dovessi essere nel dubbio,
A lui che lì vigila.
Se qualcosa durante il cammino ti dovesse provocare paura,
allora grida forte il nome di Dio;
Perché Lui è il governatore di quella strada,
E anche la Morte deve inchinarsi a Lui.*

Quando la canzone fu conclusa, Sri Ramakrishna prese improvvisamente la mano di Narendra e lo portò sul portico esterno. All'assoluto stupore di Narendra, il Maestro rispose con lacrime che scendevano dalle sue guance: "Ah! Sei venuto così tardi. Come è stato scortese da parte tua farmi aspettare così tanto! Le mie orecchie sono quasi appassite a forza di ascoltare le chiacchiere della gente mondana. Da quanto desidero svelare la mia mente a uno che capisca i miei pensieri!" Allora con le mani unite disse: "Signore! Io so che tu sei l'antico saggio Nara –l'Incarnazione di Narayana - nato sulla Terra per rimuovere le afflizioni dell'umanità."

Il razionalista Naren considerò queste parole come l'insensato farneticare di un pazzo. Fu ulteriormente sgomentato quando Sri Ramakrishna portò dalla sua stanza alcuni dolci e lo imboccò con le sue mani. Ma, in ogni caso, il Maestro lo fece promettere di tornare a Dakshineswar.

Tornati nella camera, Narendra chiese al Maestro, "Signore, avete visto Dio?" La risposta venne data senza un attimo di esitazione: "Sì, ho visto

Dio. Io vedo Lui come vedo te, solo più chiaramente. Dio può essere visto. Uno può parlare con Lui. Ma chi si preoccupa per Dio? La gente versa fiumi di lacrime per le loro mogli, figli, soldi, e proprietà, ma chi piange per la visione di Dio? Se uno piange sinceramente per Dio, può senza dubbio vederLo.”

Narendra era sbalordito. Per la prima volta, era di fronte a un uomo che asseriva di aver visto Dio. Per la prima volta, infatti, sentiva che Dio poteva essere visto. Riusciva a sentire che le parole di Ramakrishna erano pronunciate dalle profondità di una esperienza interiore. Non potevano essere messe in dubbio. Eppure non riusciva a conciliare queste parole con lo strano comportamento di Ramakrishna, che solo pochi minuti prima aveva osservato. Quello che confondeva ulteriormente Narendra era il comportamento normale di Ramakrishna in presenza degli altri. Il giovane tornò a Calcutta sconcertato, e tuttavia con una sensazione di profonda pace interiore.

Durante la seconda visita al Maestro, Narendra ebbe un'esperienza ancora più strana. Dopo un minuto o due, Sri Ramakrishna gli si avvicinò in uno stato d'animo di estasi, borbottò alcune parole, fissò i suoi occhi su di lui, e con il piede destro toccò il corpo di Naren. A questo tocco Naren vide, con gli occhi aperti, le mura, la stanza, il giardino del Tempio - no, il mondo intero - sparire, e scomparire anche lui stesso in un vuoto. Fu sicuro di essere di fronte alla morte. Pianse di sgomento: “Cosa mi state facendo? A casa ho genitori, fratelli e sorelle.”

Il Maestro rise e colpì il petto di Naren, riportandolo alla consapevolezza normale. Egli disse, “Tutto bene, ogni cosa accadrà a tempo debito.”

Narendra, completamente sbalordito, pensò che Ramakrishna lo avesse ipnotizzato. Ma come poteva essere accaduto? Non si era sempre vantato di possedere una volontà di ferro? Si sentì disgustato di essere stato incapace di resistere all'influenza di un folle. Nondimeno, sentì una grande attrazione interiore per Sri Ramakrishna.

Alla terza visita, a Naren non andò meglio, nonostante cercasse di stare in guardia in ogni modo. Sri Ramakrishna lo portò in un giardino vicino e, in stato di estasi, lo toccò. Completamente sopraffatto, Naren perse coscienza.

Sri Ramakrishna, raccontando in seguito questo avvenimento, disse che dopo aver posto Naren in uno stato di incoscienza, gli aveva rivolto molte

domande riguardo il suo passato, la sua missione nel mondo, e la durata della sua vita attuale. Le risposte avevano solo confermato quello che lui stesso aveva intuito. Ramakrishna disse agli altri suoi discepoli che Naren aveva ottenuto la perfezione anche prima dell'attuale nascita; che era un esperto in meditazione; e che il giorno che Naren avesse riconosciuto il suo vero sé, avrebbe rinunciato al corpo con un atto di volontà, attraverso lo yoga.

Spesso fu udito dire che Naren era un Saptasarshi, uno dei Sette Saggi, che vivevano nel regno dell'Assoluto. Egli narrò loro una visione che aveva avuto sul patrimonio spirituale del discepolo.

Assorbito, un giorno, in samadhi, Ramakrishna aveva visto la propria coscienza volare in alto, oltre l'universo fisico del sole, della luna e delle stelle, e passare il dominio sottile del mondo delle idee. Continuando ad ascendere, le forme delle Divinità erano rimaste dietro, e la coscienza attraversata la barriera luminosa che separa l'universo fenomenico dall'Assoluto, entrò alla fine nel regno trascendente. Allora Ramakrishna vide sette venerabili saggi assorbiti in meditazione. Questi, egli pensò, dovevano aver sorpassato anche gli dèi e le dee in saggezza e santità, e mentre stava ammirando la loro perfetta e unica spiritualità, vide una porzione dell'Assoluto indifferenziato solidificarsi, e prendere la forma di un Bambino Divino. Arrampicandosi in grembo ad uno dei saggi e stringendo gentilmente il suo collo con le Sue mani delicate, il Bambino bisbigliò qualcosa nel suo orecchio. A questo magico tocco il saggio si svegliò dalla meditazione. Fissò i suoi occhi aperti a metà sul Bambino meraviglioso che disse con grande gioia: "Io sto scendendo sulla terra. Non verrai con me?"

Con un benigno sorriso il saggio assentì e tornò nella sua profonda estasi spirituale. Ramakrishna fu sorpreso nel vedere una minuscola porzione del saggio discendere sulla terra, prendendo la forma di una luce, ed entrare nella casa a Calcutta dove viveva la famiglia di Narendra; quando vide Narendra per la prima volta, immediatamente lo riconobbe come l'incarnazione del saggio. Egli ammetteva anche che il Bambino Divino che causò la discesa del saggio non era altri che lui stesso. (*continua*)

La biografia di Vivekananda è pubblicata in Italia dalla Vidyananda. La presente è una traduzione dell'originale inglese, messaci a disposizione dalla Associazione Italiana Ramakrishna Math.

Dhyana e Jnana Yoga nell'Advaita

Parte 1

T.M.P. Mahadevan

Il termine *yoga* viene dalla radice “*yuj*”, “congiungere” o unire, con riferimento alla congiunzione o unione con la Realtà ultima o con il Dio-persona. Conseguentemente questa parola viene usata anche per indicare i vari percorsi che conducono a questa meta. È questo il motivo che oggi si parla di diversi *yoga*, quali ad esempio, il *karma-yoga*, *bhakti-yoga*, *raja-yoga*, *jnana-yoga* ecc..

Quando il termine *yoga* si usa, invece, da solo, senza alcuna qualifica, si intende una delle sei scuole ortodosse della Filosofia indiana: il sistema *Yoga* di Patanjali, strettamente connesso alla scuola filosofica del *Sankhya* che è insieme un dualismo qualitativo ed un pluralismo numerico. Crede in due tipi di categorie di Realtà, una natura primigenia (*prakriti*) e lo Spirito o Sé (*purusha*). Questi sono opposti l'un l'altro. Il *Sankhya* sostiene che c'è una molteplicità di anime. Lo scopo della vita, secondo questo sistema, è la liberazione dell'anima dai legami di *prakriti* e delle sue spire. La tecnica attraverso cui questo viene fatto è insegnata da Patanjali nel suo “*Yogasutra*”. È la mente, che è una delle sue spire, a prendere in trappola l'anima e farle dimenticare la sua vera natura.

Se l'uso della mente è controllato, le errate identificazioni dell'anima con le sovrapposizioni della natura (*prakriti*) cesseranno. Patanjali delinea nella sua tecnica otto passi. I primi due consistono in un addestramento morale, *yama* (restrizioni) e *niyama* (osservanza di certe regole). Il terzo passo esamina le *asana* (pratica di posture fisiche), il quarto consiste nel *pranayama* (regolazione del respiro), mentre il quinto è il *pratyahara* (ritiro degli organi sensoriali dai rispettivi oggetti). Sono gli ultimi tre a costituire

il vero e proprio *Yoga: dharana* (fissa attenzione), *dhyana* (meditazione) e *samadhi* (concentrazione che conduce all'immobilità mentale).

Secondo l'*Advaita* lo scopo finale da realizzare (*moksha*) è la Conoscenza (*Jnana*). Lo *Jnana-Yoga* non è la via del mero intelletto, come, sfortunatamente, viene interpretato da molti. È vero che è necessario un intelletto acuto per seguire questo percorso, ma è si tratta di un intelletto già purificato e scremato da tutte le passioni.

Sono quattro le principali qualifiche necessarie prima di iniziare il percorso di conoscenza: la discriminazione tra ciò che è eterno (reale) e quanto è non-eterno (non reale), il distacco dai godimenti che sono limitati e fugaci, le virtù come calma ed autocontrollo, la brama per liberazione. La discriminazione è necessaria per discernere il vero senza identificarlo erroneamente con i suoi aspetti; è detto *viveka*. Il distacco, la seconda qualifica, è il rifiuto dei piaceri di questo mondo o dello stesso mondo paradisiaco, comprendendo che queste sono invero le fonti del disagio; è *vairagya*. La terza qualifica comprende le sei virtù di cui si necessita l'acquisizione: *sama*, la calma, il porre freno alla mente; *dama*, il controllo sugli organi dei sensi; *uparati*, rinuncia alle azioni; *titiksha*, la fermezza interiore di fronte alle avversità e diversità, quali il piacere ed il dolore; *sraddha*, la fede nell'insegnamento *Vedanta*; *samadhana*, la concentrazione. La quarta qualifica è il desiderio ardente per la Liberazione, *mumukshutva*, e può essere in due forme: un vago desiderio o un desiderio intenso, in altre parole una vera bramosia. Solo colui che è dotato di queste qualifiche è pronto per il cammino vedantico.

Il percorso consiste di tre fasi; *sravana* l'ascolto dei testi sacri, *manana* la loro riflessione e *nididhyasana* la continua meditazione. Di questi solo *manana* può dare l'immediata conoscenza.

Ci sono due scuole di *Advaita* post-Sankara. La *Vivarana* concorda con *Suresvara* e sostiene che è *sravana* o l'ascolto del testo sacro, *mahavakya* lo strumento diretto di liberazione. La scuola *Bramati*, invece, sostiene che *nididhyasana* o *prasankhyana*, la meditazione continuata è il mezzo di liberazione. Questa scuola obietta che *sravana* produce una conoscenza solamente indiretta. *Vachaspati*, autore del *Bramati*, che caratterizza la mente come un organo di senso, afferma che la meditazione profonda è il *karana* (mezzo) per l'intuizione dello Stesso.

L'*avidya* può essere rimossa solamente da una conoscenza immediata.

La testimonianza verbale non è capace di fare questo, mentre la conoscenza indiretta ottenuta grazie alle testimonianze verbali può essere tramutata nell'intuizione diretta solamente da *bhavana* o meditazione. Suresvara nel suo *Naishkarmya-Siddhi* esprime il suo disaccordo con questo punto di vista. L'immediatezza della conoscenza attraverso la testimonianza verbale dipende dal carattere dell'oggetto di conoscenza. Se il contenuto di *sravana* è immediato, allora può aversi la conoscenza diretta. Se il contenuto è il Sé, che è ancor più diretto, allora possiamo averne un'esperienza immediata dall'ascolto della *mahavakya*. All'obiezione perché non si abbia subito questa esperienza all'ascolto del sacro testo, la risposta è perché ci sono ostacoli sulla via. Questi possono essere delle conoscenze errate quale il confondere la non-verità per la verità o la mancanza di fiducia nell'insegnamento upanishadico. Quando questi sono rimossi e non ci sono più, allora la *sravana* del *mahavakya* condurrà alla esperienza immediata del Sé. L'esempio dei dieci viaggiatori è attinente. Attraversano un fiume e giunti dall'altro lato si contano scoprendo con grande costernazione che sono solo nove. Un passante che li osserva, dice a colui che contava, che è proprio lui il decimo che manca all'appello. Così sono tutti nuovamente felici. L'errata conoscenza di essere rimasti in nove è stata rimossa. È bastato l'ascolto dell'affermazione dell'amico e averci creduto, per arrivare alla realizzazione che erano sempre stati dieci e non poi nove come avevano creduto.

Come può essere capita una *mahavakya*? Dice "Tu sei Quello". Quello è Dio, Tu è l'individuato e "sei" non è altro che l'indicatore di identità fra i due. Ma come può l'anima limitata essere identica con l'onnisciente e onnipresente Dio? La risposta è semplice. Non si afferma l'identità dell'anima con Dio. Poiché non ci può essere identità tra i principali significati delle due parole noi dobbiamo ricorrere al significato secondario. Quello che si insegna non è che l'anima e Dio sono uno. La maggior parte di noi pensa a Dio come se avesse una determinata forma e certe qualità divine. Pensiamo a noi stessi come moltitudine e limitati dall'individualità, etc. La *mahavakya* sottintende che Dio è oltre forma e le qualità ed il cosiddetto individuo, libero da limitazioni, è non-separato, non-diverso e pura coscienza. Così il *brahman* e l'*atman* sono uno e lo stesso. All'ascolto dell'insegnamento sacro della verità (nella forma della *mahavakya*) la mente cessa [di esistere].

L'altro punto di vista, quello del *Bhamati*, come abbiamo visto, sostiene che la continua meditazione è necessaria per trasformare conoscenza indiretta, ottenuta con *sravana*, in esperienza diretta. La mente viene considerata come un organo di senso.

La conoscenza diretta è causata dal contatto dell'organo di senso con l'oggetto. *Prasankhyana* è lo strumento. Attraverso la continua meditazione, la mente entra in contatto con il Sé e produce la conoscenza diretta. La scuola *Vivarana* non accetta questa argomentazione. Secondo questa scuola la mente non è un organo di senso, ma è di ausilio per ogni conoscenza. L'affermazione di Vachaspati che la mente è un organo di senso è rifiutata dal *Vivarana* sulla base che essendo la mente il fattore comune in ogni conoscenza, non può essere da sola lo strumento distintivo per un particolare genere di conoscenza. Il Sé, per sua stessa natura è diretto. Quindi perché dovrebbe essere necessaria la meditazione per renderlo immediato? Cosa è *prasankhyana*? È la ripetizione di quanto ascoltato e la sua riflessione. Come può la ripetizione provocare l'esperienza diretta? Non si osserva che eccellenza è causata in un oggetto dalla ripetizione mera di un *pramana*. Se le *mahavakya* come 'Tu sei Quello' non ha il potere di causare l'esperienza diretta come si può acquisire questo potere con la mera ripetizione?

Anche se le due tradizioni post-Sankara differiscono riguardo allo strumento di conoscenza diretta, dobbiamo notare che concordano sul fatto che lo strumento diretto da realizzare è jnana, la via dell'indagine. (*continua*)

Tratto da "Yoga: I suoi vari aspetti" - Edizioni Ramakrishna Math - Madras) - Traduzione a cura della Associazione Italiana Ramana Maharshi



Il perfezionamento della disposizione verso il Maestro

Premadana

Il Maestro

Il Maestro non è un individuo ma uno spazio sacro nel quale si giunge a contatto con la Verità. Immerso in questo spazio il ricercatore ottiene una veicolazione della Verità in relazione a tre livelli coscienziali: l'apprendimento concettuale, la conoscenza esperienziale, la realizzazione ultima.

Il Maestro non è un essere umano ma un silenzio luminoso attraverso cui la mente si svuota di tutto quello che non è funzionale al cammino verso la Verità. Permeato da questo silenzio il ricercatore viene introdotto nei vari gradi dell'assorbimento meditativo.

Il Maestro non è una persona ma un fuoco purificatore che distrugge gli ostacoli e alimenta le virtù. Riscaldato da questo fuoco il ricercatore, nei momenti più spenti della propria ricerca, trova l'ardore necessario a proseguire.

Il Maestro, spazio sacro permeato di silenzio luminoso in cui arde il fuoco purificatore, ha come "porta di ingresso" colui che è morto a se stesso.

La disposizione verso il Maestro

La disposizione verso il Maestro si esprime pienamente quando il ricercatore è in grado di esercitare una costante rinuncia al falso, integrata da una costante ricerca del Vero.

Il perfezionamento della disposizione verso il Maestro

Il perfezionamento della disposizione verso il Maestro procede attraverso l'acquisizione di tre attitudini fondamentali.

La prima attitudine si acquisisce coltivando un corretto comportamento verso la “porta di ingresso”. E' necessario bussare con vera gentilezza. La “porta di ingresso” del Maestro è sorvegliata da un Guardiano che non lascia passare niente che sia anche lontanamente interessato a ciò che il Maestro “possiede”. La vera gentilezza è riconosciuta dal Sorvegliante sia come indice di sincerità sia come indice di rispetto.

La seconda attitudine si acquisisce attraverso la totale assenza di aspettative su ciò che potrà essere trovato oltre la “porta di ingresso”. Nell'assenza di aspettative la schermatura egoica si indebolisce e per il ricercatore si crea un varco attraverso cui possono passare i Provvedimenti della Grazia.

La terza attitudine si acquisisce mediante la piena accettazione dei Provvedimenti della Grazia. Il ricercatore, aperta la “porta di ingresso” e in assenza di aspettative, riceve dalla Grazia i Provvedimenti di cui ha bisogno.

Il Luminoso e l' Oscuro

La cura delle tre attitudini conduce il ricercatore verso la capacità di incontrare il Maestro indipendentemente dalla veste con cui si renderà presente.

Il Maestro può presentarsi sia con una veste luminosa sia con una veste oscura. Con la veste luminosa il Maestro porta rivelazione e amore. Con la veste oscura il Maestro porta mistero e paura.

Senza cercare e senza rifiutare

Con il compimento del perfezionamento della disposizione verso il Maestro il ricercatore assume la giusta posizione interiore attraverso cui, senza cercare il Luminoso e senza rifiutare l'Oscuro, giungere alla chiara conoscenza dell'Origine Imperturbata da cui procede ogni dualità.



La Tradizione

Bodhananda

La caratteristica della metafisica o filosofia dell'essere o filosofia realizzativa o *sanathana dharma* o tradizione unica, in tutte le sue accezioni spazio temporali o branche o rami o scuole o maestri, è l'identità del testimoniato: l'esistenza di una unica Realtà Assoluta (*Brahman*) accessibile per identità dell'essente attraverso la trascendenza del molteplice inteso come emanazione della stessa. Ciò viene testimoniato perché l'accesso consiste nella presa di coscienza da parte dell'essente della sua natura di *Atman* (Pura Realtà) o Essere identico alla Realtà Assoluta.

La Tradizione (adesso con la maiuscola, avendo definito il termine) viene detta Vivente perché incarnata di volta in volta da Maestri che “risvegliati” alla Realtà Assoluta, “liberati” dal molteplice, “illuminati” dalla Conoscenza metafisica, ne lasciano testimonianza agli astanti attraverso il silenzio, la parola o l'azione.

Questa testimonianza è identica al di là del linguaggio, non presenta da migliaia di anni alcuna novità, mutamento, facilitazione, modificazione o artificio quale che sia il Maestro che la testimoni, la marchi, la indichi, la apra, la mostri.

Da tempo si chiama Tradizione proprio l'immutabilità della visione del Testimoniato, né potrebbe essere ciò differente essendo questo la Causa Prima o la Verità Ultima, insieme incausata e assoluta. E' tradizione perché l'un l'altro i Testimoni confermano la testimonianza di altri Testimoni-Maestri nominandoli (e in questa azione vengono ri-conosciuti quali co-testimoni della stessa Realtà).

Questa conferma attraverso l'uso della parola di altri Testimoni, at-

traverso il mutuo scambio di “adepti”, attraverso la stretta adesione della testimonianza *et similia*, aiuta l’aspirante a comprendere se quel Veggente o Maestro sia considerato un Testimone attendibile da parte di coloro che per lignaggio o precedente riconoscimento sono considerati Testimoni attendibili o *jivanmuktha*.

L’esistenza della gradazione nel molteplice comporta che nello spazio tempo ci sia una differenziazione della testimonianza della Realtà Assoluta e si inizino a chiamare con tale nome alcune sue sovrapposizioni.

Ne consegue che la visione di una o più queste sovrapposizioni (da *Iswara*-Dio a Jagat-Universo, sino alle varie guaine corporee) viene di volta in volta chiamata “risveglio”, “illuminazione”, “realizzazione”. Questo ha portato ad aggiungere il termine “non-duale” accanto ai precedenti, per distinguere le testimonianze della Realtà Assoluta da quelle pertinenti una sua sovrapposizione.

Questa distinzione non inficia l’oggettività di queste testimonianze purché si sappia che esse mostrano uno o più aspetti del molteplice, né queste testimonianze sono considerate parte della Tradizione come sopra definita. Certo esse fanno parte della tradizione filosofica, spirituale e religiosa dell’uomo, possono essere considerate di ausilio per quegli aspiranti che li cerchino su certi aspetti, ma non possono essere considerate veritiere per coloro che aspirino alla Realtà Assoluta.

Una delle radici principali di riferimento dell’albero tradizionale viene considerato il trinomio Govinda-Gaudapada-Shankara anche se col terzo termine spesso si intenda un intero lignaggio di Maestri che hanno assunto il nome del primo come titolo. Costoro e coloro che a questi si sono richiamati hanno lasciato una serie di commentari a quanto viene detto Vedanta (Upanishad, Bhagavad Gita, Brahmasutra) e che è considerato la sintesi ultimativa dei sacri testi dell’India.

Oltre a questi commentari il loro stesso lignaggio in seguito ha lasciato altre opere e la testimonianza lasciata da tutti costoro è stata chiamata Advaita o non dualismo.

Non essendo la realizzazione non-duale di Shankara estranea dal mondo e consapevole della natura della mente, al fine di preservare intatta nel molteplice la possibilità di accesso alla Realtà Assoluta, nonostante le degradazioni che si sarebbero manifestate proprio per la natura duale della manifestazione, Shankara lasciò i principali discepoli a capo di una alcuni

cenobi, mentre lui continuò la sua vita errante nonostante si dice che abbia riservato per sé il seggio di Kanchi. Questi cenobi, ancora esistenti dopo migliaia di anni, noti col nome di Shankara Math, mantengono intatto il lignaggio di Shankara, ossia la catena ininterrotta di iniziazioni di Maestro in discepolo. I 10 ordini monastici (swami) fondati da Shankara, pur nella piena libertà della ricerca interiore fanno riferimento a questi cenobi.

A questa Tradizione (non si entra in merito del ramo occidentale che si dipana nei Presocratici per Platone sino a Plotino, per interrompersi con la chiusura dell'Accademia) fanno riferimento queste azioni. Tradizione che ha riconosciuto (trattando dei più noti a livello internazionale) Realizzati quali Ramakrishna e Ramana Maharshi.

Non si entra in merito di altri Maestri, di loro discepoli e seguaci, perché non se ne ha titolo, ma qualora quanto da costoro testimoniato cozzò con le testimonianze della Tradizione testé definita, non si ritiene necessario ripeterla attraverso queste liste, questi siti, queste azioni, queste associazioni, questi incontri. Non è una scelta contro, semplicemente alcune testimonianze risuonano più limpide di altre per coloro che si sono dedicati a questa opera di mantenimento e trasmissione. E' probabile che per altri diverse siano le risonanze e saranno costoro a definire e trasmettere quanto non appartiene al compito che queste liste, questi siti, queste azioni, queste associazioni si sono date per l'ispirazione di chi li ha poste in essere.

Se viene chiesto sostegno questo può essere offerto, a tal scopo si sono istituiti degli strumenti che permettano sia il confronto che la condivisione degli aspetti orizzontali emanati dalle testimonianze tradizionali, questo perché non si nega il livello di Realtà di altre testimonianze che non vertono sulla Realtà Assoluta, anzi si ritiene che scopo della Tradizione sia di essere a sostegno di chiunque indaghi sulla natura dell'ente, occorre solo non favorire la confusione confondendo il degradarsi della Tradizione nel molteplice con la sua natura di pura testimonianza della Realtà Assoluta.

Non si sostiene che si debba diffondere la Tradizione, perché essa può solo essere incarnata e non certo diffusa attraverso il proselitismo o la comprensione empirica, è una episteme che può essere espressione solo della totalità di quel filosofo che rinunci al molteplice per viverci quale noumeno. Si sostiene che essa possa essere mantenuta accessibile a coloro che chiedono, e questi non potranno che avvicinarsi proprio attraverso quella gradazione che emana "da" (il de di degradazione) la Tradizione.

Né si sostiene che qualcuno dei presenti incarni la Tradizione, questo può essere affermato solo da quegli esponenti riconosciuti della stessa Tradizione. Si sostiene solo che qui, in queste liste, in questi siti, in queste associazioni, ci si adopera affinché la Tradizione di Shankara venga mostrata a chi la chieda per come essa è scritta e per come è commentata da Maestri-Filosofi riconosciuti da quella stessa Tradizione. Il tutto entro le nostre possibilità e con le limitazioni di chi non è l'Artefice.

Tratto e adattato dalla Mailing List Advaita Vedanta



Novità sui siti Web

Ramakrishna Math - www.ramakrishna-math.org

Aggiunti i seguenti articoli in Vedanta: Discepoli diretti, Libri in lingua In Vedanta/Swami Vivekananda: Sulla Religione - Su Dio - Incarnazione Divina - L'Atman - Il Maestro - Fiducia in Sé stessi - Karma e Bhakti Yoga - Meditazione - Dharma, Seva, Ahimsa - Karma - Istruzione e Felicità - Buddha, Cristo, Islam - Induismo e India - Gita e Upanishad - Detti di Vivekananda 3 In Vedanta/Altri Articoli: Ripristinati Vedanta 109, 133, 134, Ramakrishna & S. Francesco; Visione di Bellezza.

Aggiunto almanacco festività Belur Math

Pagine Advaita - www.advaita.it

Aggiunti i seguenti articoli: La Beatitudine del Jivanmukta - Dhanyashtakam - Sadhanapancakam - Intervista con Raphael - Adhyatma Upanishad - Nirguna Manasa Puja - Brahmanjanavalee - Paramahansa Upanishad - Il fuoco incolore - Gaudapada - Shankara - Guru Parampara - Dattatreya - Introduzione allo Yoga Darshana

Pagine Vedanta - www.vedanta.it

Aggiunti i seguenti articoli:

Sezione attività/articoli/riflessioni: Sulla Comunicazione (Postumo di Lampo)

Yogic Journal - (vedi link su uno dei siti)t

Aggiunti i seguenti articoli: Atmabodha, il cammino dell'autoconoscenza - Bede Griffith, lo yogi cristiano - Vasant Panchami - Saraswati, approccio alla conoscenza - Storia dello Yoga - Rasa in Abhinavagupta

Eventuale materiale essere inviato ad una delle Mailing List

I Pitagorici

Pitagora viene considerato colui che per primo ha coniato il termine *filosofo* per indicare colui che reputa come sommo bene la ricerca del vero attraverso la conoscenza. I Pitagorici furono gli antesignani del genere di vita che ritroviamo sia in Occidente che in Oriente come scienza “sacra” intesa come quella che conduce alla Verità in sé, essa comprende insieme gli aspetti essoterici, può cioè essere sia una scienza del fenomenico, quindi la fisica, che gli aspetti esoterici, quindi una scienza dello spirito, ossia la metafisica.

Collana Vidyā Bhārata

- 1) Il Vangelo di Ramana Maharshi *a cura di Bodhananda*
- 2) Satya Sai Baba e il Vedanta Advaita *di Prema Dharma*
- 3) *Avadhuta Gita *di Dattatreya*
- 4) *Ramana Maharshi - Ricordi

* Di prossima uscita