



Vedānta

Vedānta è un newsletter periodico che riporta articoli e informazioni su iniziative e attività che fanno riferimento alla Tradizione metafisica e a quanto ad essa si riferisce. Le pubblicazioni precedenti sono disponibili presso www.vidya.org

Altri siti di riferimento

www.advaita.it - www.pitagorici.it - www.vedanta.it

Associazione Vidyā Bhārata - Via F. Aprile 40 - 95129 Catania - Italy
Per ricevere i Quaderni: Advaita_Vedanta-subscribe@yahoogroups.com
Per ricevere Vedanta: vidya_bharata-subscribe@yahoogroups.com

www.vidya.org

VEDĀNTA

“La finalità del *Vedānta* è portare l’individuo all’integrale liberazione dall’ignoranza-*avidyā* individuale e universale,,

Raphael

Sommario

Parole

Dio e il mondo

Come praticare la meditazione secondo il *Vedanta*

Vita di Vivekananda XXII

Anno 13 - N° 25 - Dicembre 2014



Parole

«Cosa ne è allora del libero arbitrio e della responsabilità individuale?». Bhagavan spiegò: «L'unica libertà che si ha, è di lottare per acquisire quella Conoscenza (*jñāna*), che permette di non identificarsi con il corpo. Anche se il corpo è oggetto del *prarabdha*, l'uomo è libero di identificarsi con il corpo ed aderire ai frutti delle azioni, oppure, di rimanere distaccato ed essere un semplice testimone delle attività». Questo è un concetto che potrebbe essere di difficile accettazione perché stravolge ragionamenti molto diffusi, ma è esattamente l'essenza di quanto mi disse allora. Per questo aggiungo una sua citazione dal *Thayumanavar*: «Questo non deve essere insegnato a tutti, perché in molti casi, condurrebbe solo a discussioni infinite». (*Ramana Maharshi, Ricordi Vol. I*)

«Ma io non ritengo che una discussione su questi argomenti possa essere un bene per l'uomo comune, se non per quei pochi che, con poche indicazioni, sono capaci di trovare da soli la verità; degli altri, alcuni si gonfierebbero di un ingiustificato disprezzo, un errore invero sconveniente, altri di una superba e vuota fiducia, per avere appreso cose di siffatta grandezza e tanto sublimi». (*Platone, DD, Lettera VII, 341*)

4) *Dialogo d'Istruzione* di Prema Dharma

La trascrizione di alcuni incontri avvenuti in un cerchio spirituale, accessibile al pubblico durante l'ultimo decennio del XX secolo, contiene alcune delle domande che molti ricercatori vorrebbero porre, se avessero un interlocutore qualificato. Il linguaggio semplice lo rende adatto per un primo e più facile approccio occidentale alla spiritualità del *Vedānta*.

5) *Rāmaṇa Mahārṣi - Ricordi Vol. I* di A.D. Mudaliar, Sādhu Aruṇāchala.

Rāmaṇa Mahārṣi visto attraverso gli occhi di due suoi seguaci: un devoto e un ricercatore ne tratteggiano ognuno un diverso ritratto, nelle sfumature interpretative ma anche sostanziali. Una visione inedita di Śrī Rāmaṇa che può aiutare a comprendere il rapporto col proprio Maestro spirituale e il concetto di abbandono. In appendice il ritratto di Echammal, una devota. L'opera è presentata dalla Associazione Italiana Rāmaṇa Mahārṣi.

6) *Advaita Bodha Deepika* di Karapatra, a cura di Bodhānanda

Una sintesi della Dottrina Advaita di Śaṅkara, nell'opera fatta tradurre in Inglese da Rāmaṇa Mahārṣi. L'autore mostra come l'unica realtà del Sé venga apparentemente oscurata dal velo dell'ignoranza metafisica o *avidyā*, e propone i metodi che la Tradizione unica prescrive per sollevare questo velo. Dei dodici capitoli originali, sono pervenuti solo i primi otto; Bodhānanda ha scritto alcune pagine ad integrazione dei quattro capitoli perduti. L'opera presentata dalla Associazione Italiana Rāmaṇa Mahārṣi, è completata da un Glossario sanscrito e dalla presentazione di Raphael.

7) *Et in Arcadia ego animam recepi* di Sigife Auslese

La ricerca del proprio volto perduto, attraverso una serie di maschere trovate nei meandri più oscuri della personalità. Il dolore usato quale strumento di indagine spirituale per affrancarsi dai fantasmi interiori, attraverso la loro liberazione. Il libro è il resoconto di un duro viaggio alla ricerca di sé; nonostante la sua poesia è inadatto alle persone impressionabili.

8-9) *Il Vangelo di Rāmakṛṣṇa - Edizione Integrale* di M. (Mahendranath Gupta)

La cronaca degli ultimi anni di vita ritrae Śrī Rāmakṛṣṇa nel suo insegnamento ai giovani futuri monaci e ai laici. L'opera lo mostra anche nei passaggi più importanti della sua vita, la via devozionale, quella non duale e il suo rapporto con il mondo.

10) *Rāmaṇa Mahārṣi - Ricordi Vol. II* di Kunjuswami, G.V. Subbaramayya

Continuano i ritratti di Rāmaṇa Mahārṣi. Questo libro riporta un'ulteriore testimonianza di due suoi seguaci, un attendente e un docente, e ci narra altri aspetti inediti della vita di questo saggio indiano, dell'atmosfera che si respirava accanto a lui e di come nacque l'istituzione che oggi mantiene intatta la testimonianza del suo insegnamento. L'opera è presentata dalla Associazione Italiana Rāmaṇa Mahārṣi.

QUADERNI ADVAITA & VEDĀNTA

Il Quaderno è un periodico almeno quindicinale, se non più frequente, di un argomento tematico, solitamente inedito. Per riceverlo: Advaita_Vedanta-subscribe@yahooogroups.it

Vidyā Bhārata

L'Associazione Vidyā Bhārata, l'Associazione Italiana Rāmāna Mahārṣi e il Rāmākṛṣṇa Mission, anche attraverso le Edizioni I Pitagorici, promuovono la disponibilità di opere appartenenti alla Tradizione unica universale, attraverso libri, periodici, siti web, incontri, conferenze e seminari. I libri sono acquistabili sul sito web delle Edizioni 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 della Tradizione unica che, poi, ritroveremo in Occidente e in Oriente, come scienza "sacra", che conduce alla Verità in sé. Una Tradizione che, non tralasciando le scienze del fenomenico, è anche una scienza dello spirito, ossia metafisica.

www.pitagorici.it - www.ramakrishna-math.org
www.ramana-maharshi.it - www.vidya.org

-

COLLEZIONE VIDYĀ BHĀRATA

1) *Il Vangelo di Rāmāṇa Mahārṣi* con commento di Bodhānanda

In Occidente, perduta l'identità originale fra filosofia e spiritualità, il filosofo o mistico indiano viene considerato una sorta di santone se è oggetto della devozione di chi, cogliendone la trascendenza, è giunto a venerarlo. Il commento approfondisce l'insegnamento non duale di Śrī Rāmāṇa, confrontandolo con la *Philosophia Perennis* di Parmenide, Eraclito, Platone e Plotino, e mostrando l'identità della Tradizione unica universale a livello metafisico. L'opera, presentata dalla Associazione Italiana Rāmāṇa Mahārṣi, è completata da un glossario sanscrito e dall'appendice di Svāmi Siddheśvarānanda del Rāmākṛṣṇa Math.

2) *Satya Sai Baba e il Vedānta Advaita* di Prema Dharma

Sulla persona di Sai Baba circolano molte voci: chi lo vede come un mistico, chi come un *avatāra*, chi come un guaritore; questo perché di lui si predilige la miracolistica invece dell'insegnamento. L'autore, presentandone l'insegnamento non duale, colloca Sai Baba nella tradizione indiana, tracciando le motivazioni del successo e della contestazione. Il libro mostra come l'insegnamento di Sai Baba delinea i diversi percorsi spirituali e personali; come contenga, insieme, l'insegnamento vedico e *upanisadico*; e si collochi nell'ambito della Tradizione unica universale. L'opera, presentata dalla Associazione Italiana Vidyā Bhārata, è completata da un glossario sanscrito.

3) *Avadhūtagītā* di Dattātreya, con commento di Bodhānanda

La realizzazione del Reale, l'Illuminazione, è teorizzata come meta da coloro che praticano il *Vedānta*, specialmente quello non duale o *Advaita*. L'intera opera testimonia questa realizzazione e spiega lo stato del Liberato in vita, l'*avadhūta*. Il commento trasporta la testimonianza metafisica di Dattātreya in un linguaggio moderno e più accessibile.

Dio e il mondo (da Talks¹, 236)

Sri Ramana Maharshi

D. Il mondo è scosso da prove tremende che spargono morte e desolazione, come la fame, le epidemie, ecc. Qual è la causa di queste calamità?

R. Chi prende coscienza di tutti questi flagelli?

D. Non accetto questa risposta. Constato attorno a me l'esistenza della sofferenza.

R. Quando dormivate non pensavate affatto al mondo né alle sue sofferenze. È soltanto al vostro risveglio che ne prendete coscienza. Restate dunque nello stato nel quale non eravate afflitto dalla miseria del mondo. Altrimenti detto, quando non avete coscienza del mondo voi non siete affatto toccato dalle sue sofferenze. Quando restate nel Sé, come nel sonno, il mondo e le sue sofferenze non vi tangono. Di conseguenza interiorizzatevi. Cercate il Sé. Allora avrete posto termine all'esistenza del mondo e a tutte le sue miserie.

D. Ma questa è un'attitudine del tutto egoistica.

R. Il mondo non è esteriore a voi. È perché vi identificate a torto con il vostro corpo che considerate il mondo esteriore ad esso e in grado di sviluppare da se stesso le sue miserie. Ciò non corrisponde alla realtà. Cercate la realtà e sbarazzatevi di questa falsa impressione.

D. Tuttavia, molti grandi uomini si sono dimostrati incapaci di risolvere il problema della miseria del mondo.

¹ Talks, traduzione dal francese di Bua.

R. È perché erano egocentrici, di qui il loro insuccesso. Se avessero dimo-
strato nel Sé sarebbe andata diversamente.

D. Perché i *Mahâtmâ* non aiutano gli uomini?

R. Come fate a sapere che non li aiutano? I discorsi pubblici, le attività
fisiche e l'aiuto materiale sono tutti oltrepassati dal silenzio dei *Mahâtmâ*.
Essi fanno molto più degli altri.

D. Che cosa bisogna fare allora per migliorare le condizioni del mondo?

R. Se siete libero da ogni dolore, il dolore non esisterà più da nessuna
parte. La vostra difficoltà proviene dal fatto che voi considerate il mondo
come esterno a voi stesso e sofferente di mille dolori. Ma il mondo e tutte
le sue pene sono in voi. Se guardate più al fondo di voi stesso, il dolore
del mondo sarà scomparso.

D. Ma come ha potuto Dio, che è perfetto, creare un mondo imperfetto?
Per principio l'opera si attiene alla natura dell'artista. Perché non avviene
allo stesso modo con Dio?

R. Chi dunque solleva questa domanda?

D. Sono io, in quanto individuo.

R. Siete dunque separato dal vostro Creatore (Dio) per porre una simile
questione? Fino a quando vi identificate col vostro corpo vedrete il mon-
do esterno a voi. Le sue imperfezioni non appaiono ad altri che a voi. Dio
è perfezione e la Sua opera è anch'essa perfezione. Siete voi che conside-
rate il mondo imperfetto a causa della vostra falsa identificazione.

D. Perché allora il Sé si è manifestato sotto forma di questo mondo mi-
serabile?

R. Perché voi vi mettiate alla sua ricerca. I vostri occhi non possono ve-
dersi. Ma mettetevi di fronte ad uno specchio e potranno vedersi. Lo stes-
so avviene per la Creazione. “Vedete dapprima voi stessi e in seguito
vedrete che il mondo è il Sé.”

D. Di conseguenza tutto si riduce a cercare sempre in sé.

R. Sì.

D. Devo allora ignorare completamente l'esistenza del mondo?

R. Non vi si chiede di chiudere gli occhi al mondo. Vi si chiede semplice-
mente “di vedere prima voi stessi, e in seguito di constatare che il mondo
intero è il Sé”. Se voi pensate di essere il vostro corpo, allora il mondo vi
apparirà come esteriore. Ma quando siete il Sé il mondo vi appare come
Brahman.

l'entusiasmo di Tolstoj. Il libro è una traduzione degli aforismi yoga
di Patanjali, a cui lo Swami aggiunge sue spiegazioni; i capitoli di
introduzione, scritti da lui, sono molto illuminanti. Patanjali espone-
va, attraverso questi aforismi, la filosofia dello yoga, il principale
scopo del quale è mostrare la via per ottenere la libertà dalla schia-
vità della materia da parte dello spirito. Sono discussi vari metodi di
concentrazione. Il libro servì a due scopi. Primo, lo Swami dimostrò
che le esperienze religiose potevano stare sullo stesso piano delle
verità scientifiche, essendo basate su sperimentazione, osservazione e
verifica. Perciò le genuine esperienze spirituali non dovevano essere
dogmaticamente scartate come mancanti di prova razionale. Secondo,
lo Swami spiegò lucidamente varie discipline di concentrazione, con
l'avvertimento, comunque, che non dovevano essere seguite senza
l'aiuto di un insegnante qualificato.

La signorina S. Ellen Waldo di Brooklyn, una discepola, era la
sua amanuense. Descrisse così il modo in cui lui le dettò il libro:

«Nel pronunciare i suoi commenti sugli aforismi, mi lasciava
in attesa mentre entrava in profondi stati di meditazione o auto-
contemplazione, per emergerne con qualche luminosa interpretazione.
Dovevo sempre tenere il pennino immerso nell'inchiostro. Poteva
esser assorbito per lunghi periodi di tempo, e poi improvvisamente il
suo silenzio veniva interrotto da alcune appassionate espressioni o da
qualche lungo, ponderato insegnamento».

(continua)

*Questa biografia di Vivekananda, a cura di Swami Nikhilananda, è pubblicata in
Italia dalle Edizioni Vidyananda. La presente è una traduzione dell'originale inglese,
fornita dal Ramakrishna Mission, a cura di Luca Bazzoni.*

Poco dopo, parecchi studenti con pochi soldi, ma seri, affittarono per lo Swami alcune stanze prive di mobili in un quartiere povero di New York. Lui viveva in una di esse. Una stanza comune al secondo piano dell'alloggio veniva usata per conferenze e lezioni. Quando lo Swami conduceva gli incontri sedeva sul pavimento, mentre i sempre più numerosi ascoltatori sedevano come meglio potevano, utilizzando la credenza dal ripiano superiore di marmo, i braccioli del divano, e anche il lavandino all'angolo. La porta veniva lasciata aperta e le persone, in sovrabbondanza, riempivano la sala e sedevano sulle scale. Lo Swami, come un tipico insegnante religioso dell'India, si sentiva nel proprio elemento. Gli studenti, dimenticando tutte le scomodità, ascoltavano con grande attenzione ogni parola pronunciata dall'insegnante, proveniente dalle sue esperienze personali o dalla sua grande conoscenza.

Le conferenze, tenute ogni mattina e parecchie sere alla settimana, erano gratuite. L'affitto veniva pagato dalle sottoscrizioni volontarie degli studenti, e il rimanente veniva messo dallo stesso Swami, attraverso i soldi che guadagnava dando conferenze laiche sull'India. Presto il luogo d'incontro dovette essere spostato di sotto, per occupare l'intero piano del salotto.

Swami Vivekananda cominciò ad istruire parecchi discepoli scelti nello Jnana-yoga, per rendere chiare ai loro intelletti le sottili verità del Vedānta, e anche nel Raja-yoga, per insegnare loro la scienza dell'autocontrollo, della concentrazione e della meditazione. Lui era immensamente felice dei risultati del suo intenso lavoro. Impose agli studenti di seguire strette discipline sul cibo, scegliendo solo il più semplice. Veniva enfatizzata l'esigenza della castità, e i discepoli avvertiti contro i poteri psichici e occulti. Nello stesso tempo egli allargò il loro orizzonte intellettuale attraverso gli insegnamenti dell'universalità Vedāntica. Ogni giorno meditava con gli studenti seri. Spesso perdeva completamente la coscienza corporea e, come Śrī Ramakrishna, doveva essere riportato alla coscienza del mondo attraverso la ripetizione di certe parole sacre che aveva insegnato ai suoi discepoli.

Era circa il giugno 1895 quando Swami Vivekananda finì di scrivere il suo famoso libro Raja-Yoga, che attrasse l'attenzione del filosofo di Harvard William James e che in seguito doveva risvegliare

Come praticare la meditazione secondo il *Vedānta*

Swami Veetamohananda

Traduzione a cura di Franca Mussa.

La realizzazione del nostro essere profondo passa per tre stadi; il primo è la ricerca di Dio, poi viene il risveglio dell'anima individuale. Al terzo stadio, la via verso l'infinito prende la forma di tre correnti, le correnti della coscienza che legano l'anima individuale all'infinito.

- 1) La corrente del suono (*nada* o *shabda*).
- 2) La corrente di luce.
- 3) La corrente d'amore.

Appena il risveglio dell'anima individuale (cioè la trasformazione di sé) è avvenuto e noi penetriamo l'una o l'altra di queste correnti, il nostro progresso spirituale è determinato quasi interamente dalla natura e dalla forza della corrente che ci trascina.

Con il risveglio dell'anima individuale, lo sforzo personale arriva più o meno alla fine, e noi siamo allora nelle mani del Divino. E lo *yoga* individuale si integra nello *yoga* divino.

La rapidità con cui ora progrediremo dipende da tre fattori:

- L'intensità dell'aspirazione della nostra anima;
- Il nostro potenziale spirituale
- La grazia del Divino.

Più l'aspirazione è forte, più rapido è il progresso. Ogni aspirante nasce con un certo fondo di potenziale spirituale: la somma totale dei *samskara* residui acquisiti attraverso le lotte spirituali nelle vite precedenti. Nel corso di questa vita presente, lui o lei non può realizzare che questo potenziale. Tutto ciò che otterrà in più, deve essere attribuito

alla grazia Divina. Come Sri Ramakrishna aveva l'abitudine di dire, la grazia di Dio soffia senza arresto, ma noi dobbiamo vegliare per spiegare le nostre vele: "spiegare le nostre vele" significa compiere uno sforzo personale e questo sforzo personale si deve perseguire fino al risveglio dell'anima.

Abbiamo parlato di tre correnti di coscienza aldilà del punto di risveglio personale. Possiamo sceglierne uno come vogliamo? No, perché ci spostiamo spontaneamente in essi secondo la costituzione elementare della nostra anima. La coscienza non si manifesta nello stesso modo in noi. Certamente sono più sensibili al suono e ai simboli del suono come le lettere dell'alfabeto e i segni matematici. Altre sono più sensibili alla forma, al colore e alla luce. Per un numero abbastanza grande, la coscienza è essenzialmente un'esperienza dello spostamento della volontà o dei sentimenti. C'è un piccolo gruppo di persone la cui coscienza si orienta soprattutto verso l'anima e che trovano che è più facile conservare la propria coscienza personale che una coscienza oggettiva.

La coscienza di un debuttante è generalmente un miscuglio confuso di queste quattro forme di manifestazioni. Ma negli stati avanzati della vita spirituale queste differenze assumono importanza e, con il risveglio dell'anima, dopo aver attraversato la "soglia d'oro", determinano la corrente di coscienza lungo la quale l'anima va spostandosi. Di queste quattro forme di coscienza citate, la coscienza di sé appartiene alla via di conoscenza *Jnana*, i simboli sonori, la volontà o il sentimento appartengono alla via del devoto, *Bhakti*.

Secondo il *Vedānta*, il suono, *shabda*, è una manifestazione particolare della coscienza, di cui la forma più grossolana è la parola parlata. E' il senso che apporta un potere alle parole. Non possiamo né pensare, né comunicare senza le parole. Dietro ogni parola, c'è un senso. Che cos'è il senso? E' una forma di potere della coscienza che rivela la conoscenza e unisce il soggetto all'oggetto. I grammatici indiani di un tempo lo chiamavano *sphota* o esplosione. Così dietro ogni parola c'è un senso, dietro il senso c'è un'esplosione e dietro questo potere c'è la coscienza. Fu una delle grandi scoperte che furono fatte in India. Panini, uno dei più importanti grammatici, formulò i suoi principi verso l'anno 500 avanti Gesù-Cristo.

mondo? Egli è la fontana di tutta la beatitudine. Cercate il più alto, mirate al più alto, e dovrete raggiungere il più alto».

A Greenacre lo Swami divenne amico del dottor Lewis G. Janes, Direttore della Scuola di Religioni Comparate organizzata dalla Conferenza di Greenacre, e Presidente dell'Associazione Etica di Brooklyn. L'autunno successivo tenne conferenze a Baltimora e a Washington.

Durante la visita a New York, lo Swami fu ospite di amici, per lo più ricche signore della città metropolitana. Non aveva cominciato alcun lavoro serio lì. Presto cominciò a sentire una specie di freno posto sui suoi movimenti. Veramente pochi, tra i suoi ricchi amici, comprendevano la vera importanza del suo messaggio; erano interessati a lui come a una novità dell'India. Inoltre era per loro l'uomo del momento. Volevano che si mescolasse soltanto con la società esclusiva delle "persone giuste." Lui si irritò per la loro tutela e un giorno gridò: "Śiva! Śiva! È mai accaduto che una grande opera sia stata fatta dai ricchi? Sono il cervello e il cuore che creano, non il portafoglio." Egli voleva andarsene da loro e dedicarsi all'addestramento di alcuni sinceri studenti nella vita spirituale. Era stanco di conferenze pubbliche; adesso desiderava formare in silenzio il carattere degli individui. Non poteva sopportare più a lungo il giogo dei soldi e tutte le secature che venivano insieme ad essi. Voleva vivere semplicemente e dare liberamente, come gli uomini santi dell'India. Presto si presentò un'opportunità.

Il dottor Lewis Janes lo invitò a tenere una serie di conferenze sull'Induismo all'Associazione Etica di Brooklyn. La sera del 31 dicembre 1894, ci fu la prima conferenza, e secondo il resoconto del Brooklyn Standard, un uditorio entusiasta, di medici, avvocati, giudici e insegnanti, rimase affascinato dalla sua eloquente esposizione della religione dell'India. Tutti compresero che Vivekananda era anche più grande della sua fama. Alla fine chiesero con insistenza delle regolari lezioni a Brooklyn, e lo Swami accettò. Al Pouch Mansion, dove l'Associazione Etica teneva i suoi incontri, si tennero una serie di lezioni e parecchie pubbliche conferenze. Queste conferenze costituivano l'inizio del lavoro permanente in America che lo Swami segretamente desiderava.

nervi d'acciaio, gli spiriti indomabili e infuocati, sono nel campo. Se tu li avessi visti ieri, quando la pioggia cadeva a fiumi e il ciclone stava sconvolgendo tutto -aggrappati alle corde delle loro tende per impedire che fossero spazzate via, e contando solo sulla maestosità dei loro spiriti, questi valorosi- avrebbero reso felici i vostri cuori. Camminerete per centinaia di miglia per vederne dei pari. Dio li benedica!

Non siate in ansia per me nemmeno per un momento. Ci si prenderà cura di me, e se altrimenti, saprò che la mia ora è venuta, e avrò finito... Adesso buoni sogni, e buoni pensieri. Voi siete buone e nobili. Invece di materializzare lo spirito (per esempio trascinando lo spirituale al piano materiale come fanno questi tagliaboschi), convertite la materia in spirito, afferrate almeno un bagliore, ogni giorno, di quel mondo di infinita bellezza, pace e purezza, il mondo spirituale, e cercate di vivere in esso giorno e notte. Non cercate, non toccate con le vostre dita, niente che sia misterioso. Lasciate che i vostri spiriti scendano giorno in notte come corde ininterrotte ai piedi dell'Amato, di cui il trono è il vostro cuore, e lasciate che il resto si prenda cura di sé, per esempio il corpo e tutto il resto. La vita è un evanescente, fluttuante sogno; la gioventù e la bellezza decadono. Dite giorno e notte: "Tu sei mio padre, mia madre, mio marito, il mio amore, il mio Signore, il mio Dio... io non voglio niente tranne Te, niente tranne Te, niente tranne Te, tu in me, Io in Te, Io sono Te, Tu sei me." La ricchezza se ne va, la bellezza svanisce, la vita se ne va, il potere se ne va – ma il Signore resta per sempre, l'amore resta per sempre. Se c'è merito nel tenere una macchina in buone condizioni, è più glorioso impedire allo spirito di soffrire con il corpo. Quella è l'unica dimostrazione del vostro essere "non materia", lasciando la materia da sola.

Aggrappatevi a Dio. Chi si preoccupa di quello che viene, nel corpo o da qualunque altra parte? Attraverso i terrori del male, dite, "Mio Dio, mio Amore!" Attraverso gli spasmi della morte, dite, "Mio Dio, mio Amore!" Attraverso tutti i mali sotto il cielo, dite: "Mio Dio, mio Amore! Tu sei qui, io Ti vedo. Tu sei con me, io Ti sento. Io sono Tuo, prendimi. Io non appartengo al mondo, ma a Te, non lasciarmi."

Non cercate perline di vetro, lasciando miniere di diamanti. Questa vita è una grande possibilità. Cosa! Voi cercate i piaceri di questo

Questo portò ad un'altra scoperta. Se ogni uomo dà il proprio senso alle parole usate, sarebbe impossibile comunicare con gli altri. Ciò dimostra che tutte le parole, infatti, tutte le lingue, sono basate su un universo comune di significato. Ciò vuol dire che c'è un potere esplosivo universale associato a Brahman, la Coscienza Cosmica. Questo potere universale che porta il significato è chiamato il Suono-*Brahman* o *Nada-Brahman*, il Logos Hindu, come diceva Swami Vivekananda. E' perché esiste questo substrato universale comune, che è possibile alle genti comunicare tra loro nel mondo e comprendersi gli uni gli altri, anche senza dover utilizzare le parole.

Come conosciamo un oggetto?

Secondo le teorie vedantiche della percezione, la mente esce, per mezzo dei sensi, come una sonda e prende la forma dell'oggetto, mentre la luce dell'Atman illumina l'interno della "sonda" e rivela la forma dell'oggetto. Ma secondo gli antichi grammatici indiani, è il Suono-*Brahman* che rivela le immagini e gli oggetti del mondo esteriore nella mente e, in seguito, comunica questa conoscenza agli altri per mezzo della parola. E' questo potere rivelatore, manifesto, che fa sorgere le parole, che è indicato con il termine "esplosione" o scoppio.

L'apertura verso l'esterno o il movimento rivelatore del Suono-*Brahman*, avviene in quattro stadi:

- 1) al primo stadio, la conoscenza è come una coscienza indifferenziata;
- 2) allo stadio seguente, essa separa la parola, *vak*, e il suo significato, ma essi restano legati in una unità, come le due metà di un seme. E' il livello dell'intuizione, il piano dell'intelletto, la buddhi;
- 3) al terzo stadio, la conoscenza separa il suono-simbolo e il suo significato come una bolla d'aria. E' il livello del pensiero ordinario, il piano della mente o manas;
- 4) infine, quando noi parliamo, la "bolla" scoppia e il significato contenuto nel suono-simbolo è comunicato all'uditore.

La meditazione è l'inverso di questo movimento verso l'esterno.

Il culto esteriore e il canto a voce alta dei *mantra* rappresentano questo quarto stadio. Di là noi passiamo allo stadio in cui ripetiamo un *mantra* mentalmente e pensiamo al suo significato, cioè noi visualizziamo l'immagine della Divinità. Quando la meditazione si

approfondisce, il *mantra* e l'immagine si avvicinano sempre di più l'una all'altra, finché sono infine unificate, e noi raggiungiamo allora lo stadio del risveglio spirituale.

E noi siamo portati dalla corrente del suono.

Benché il Suono-*Brahman* sia infinito e onnipervadente, si situa in due punti o centri in ogni persona: Un punto superiore, l'*Ajna Chakra*, e un punto inferiore, nel cuore, l'*Anahata Chakra*. Nella scienza dei *mantra*, il punto rappresenta l'anima individuale, la corrente di forza della coscienza tra i due punti, è chiamato suono.

Al punto inferiore, il suono è separato in parola e nel suo significato. Come detto prima, questo rappresenta lo stadio di risveglio spirituale. Questa separazione del suono che prosegue senza arresto al punto inferiore, produce il suono eterno, senza origine, "non percorso" chiamato *Anahata-Dwani*, "intenso", "sentito" dagli *yogi* nel loro cuore. Non tutti gli *yogi* lo sentono, ma soltanto coloro la cui mente è sensibile alle vibrazioni sonore.

Nel loro caso, il risveglio spirituale significa il risveglio del punto situato nel cuore, segnato dalla coscienza del suono "senza origine", *Anahata-Dwani*.

Come avviene questo risveglio? Negli aspiranti la cui mente è più sensibile al suono e orientata verso la parola, il risveglio è prodotto dal potere della parola. Le parole ordinarie hanno un potere limitato e si rapportano agli oggetti fisici o alle idee mentali. Ma ci sono parole particolari o parole-formule chiamate *mantra*, che si rapportano agli oggetti soprascritti e che hanno il potere di rivelare la verità spirituale. Le parole ordinarie hanno solo un potere, il potere di designare il potere di comunicare il significato. Se voi vedete un elefante e dite: "vedo un elefante", la frase comunica la vostra conoscenza. La ripetizione della frase, "vedo un elegante", non aggiungerebbe nulla alla vostra conoscenza né a quella degli altri. Ciò non farebbe nessuna differenza se vi esprimeste in un'altra lingua, per esempio in Latino o in Ebraico. Anche i *mantra* hanno questo potere di comunicare il significato. Per esempio, il significato del *mantra* "*namah śhivaja*" è "Saluti a Shiva" e questo significato può essere espresso in qualunque lingua. Se questo significato è conosciuto, perché le persone continuano a ripetere il *mantra*? Ciò dimostra che la sua ripetizione ha una finalità ben superiore.

piano di Jimmy Mills si è sistemata qui. Svolge servizi religiosi e tiene corsi per guarire ogni genere di malattie, e molto presto mi aspetto che loro diano occhi ai ciechi, ecc. Dopotutto, è un bizzarro assembramento. Non si preoccupano molto di leggi sociali e sono abbastanza liberi e felici...

C'è qui il signor Wood di Boston, che è una delle grandi luci della vostra setta. Ma lui non si dice d'accordo di appartenere alla setta della signora Whirlpool. Perciò chiama sé stesso guaritore mentale metafisico, chimico, fisico-religioso, non-so-che, ecc.

Ieri c'è stato un tremendo ciclone che ha fatto un buon "trattamento" alle tende. La grande tenda sotto cui tengono le conferenze si è tanto sviluppata spiritualmente sotto il trattamento che è completamente scomparsa dallo sguardo mortale e circa duecento sedie stavano danzando sui campi in estasi spirituale. La signora Figs della Compagnia Mills dà una lezione ogni mattina e la signora Mills salta tutt'intorno al posto. Tutti hanno il morale alto. Sono specialmente felice per Cora, perché ha sofferto molto lo scorso inverno e un po' di allegria le ha fatto bene. Saresti sorpresa della libertà che godono nel campo, ma sono persone molto buone e pure – un po' stravaganti, questo è tutto».

Riguardo il suo lavoro a Greenacre, lo Swami scrisse nella stessa lettera:

«L'altra notte la gente del campo è venuta a dormire vicino ad un pino sotto il quale io siedo e parlo loro ogni mattina. Naturalmente sono andato con loro e abbiamo avuto una notte felice sotto le stelle, dormendo sul grembo della Madre Terra, e ne ho goduto ogni momento. Non posso descriverti le beatitudini di quella notte - dopo l'anno di vita durissima che ho condotto, dormire sul terreno, meditare sotto l'albero nella foresta! Le persone della locanda sono più o meno benestanti, e gli uomini e donne del campo sono giovani, sincere, sane, e pie. Ho insegnato a tutti loro Sivoham, Sivoham - "Io sono Śiva, Io sono Śiva" - e tutti lo ripetono, innocenti e puri come sono, e coraggiosi oltre ogni limite, ed io sono così felice ed esaltato.

Grazie a Dio per avermi reso povero! Grazie a Dio per aver fatto questi figli nella povertà! I damerini e le damerine sono nell'hotel, ma i

VITA DI SWAMI VIVEKANANDA

XXIII - Varie esperienze come insegnante

L'anno seguente il Parlamento delle Religioni, lo Swami si dedicò a vari incontri nell'ampia area tra il Mississippi e l'Atlantico. A Detroit passò sei settimane, prima come ospite della signora J. Bagley, vedova del precedente Governatore del Michigan, e quindi di Thomas W. Palmer, Presidente della Commissione della Fiera Mondiale, in precedenza senatore degli Stati Uniti e ministro americano per la Spagna. La signora Bagley parlò della presenza dello Swami a casa sua come una "benedizione continua." Fu a Detroit che la signorina Greenstidel lo udì per la prima volta parlare. In seguito divenne, sotto il nome di Sorella Christine, una delle più devote discepole dello Swami e collaboratrice di Sorella Nivedita nel suo lavoro a Calcutta per l'istruzione delle donne indiane.

Dopo Detroit, divise il suo tempo tra Chicago, New York e Boston, e durante l'estate del 1894 parlò, per invito, a parecchi incontri della "Conferenza Umana" tenuta a Greenacre, nel Massachusetts. Scienziati cristiani, spiritualisti, guaritori attraverso la fede, e gruppi rappresentanti simili punti di vista parteciparono alla Conferenza.

Lo Swami, nel corso di una lettera alle sorelle Hale di Chicago, scrisse il 21 luglio 1894, con il suo consueto umorismo, sulle persone che partecipavano agli incontri:

«Sono allegri e a volte indossano quello che voi chiamate abito scientifico per l'intera giornata. Fanno conferenze quasi ogni giorno. Il signor Colville di Boston è qui. Parla ogni giorno, si dice, sotto controllo di uno spirito. L'editrice di 'Verità Universale' dall'ultimo

Questa finalità è il risveglio dell'anima e la percezione diretta soprasensibile della forma spirituale reale della Divinità. Ogni vero *mantra* ha il potere intrinseco di produrre queste esperienze superiori. Questo potere mistico inerente al *mantra* è il suo vero potere. Solo le radici originali e la struttura della sintassi del sanscrito possono servire da veicolo a questo potere, che perde quando è tradotto in altre lingue. Questo potere resta assopito quando il *mantra* è ripetuto senza concentrazione, senza purezza né devozione. Per risvegliare la forza del significato, *Vacara Shakti*, di un *mantra*, un altro potere è necessario: il potere della pratica spirituale. Con la purificazione, la concentrazione e la devozione, si possono fare agire armoniosamente e aritmicamente i due canali dell'energia psichica chiamati *Ida* e *Pingala*.

Quando la ripetizione del *mantra* è armonizzata con questo ritmo interiore, il *mantra* diventa lentamente risvegliato. Una volta che è risvegliato, la sua ripetizione porta molto presto al risveglio dell'anima.

Come dicevo prima, dopo il risveglio dell'anima, il cercatore entra nella corrente del suono, *nada*. Come può andare oltre? Certi aspiranti seguono la traccia del suono "Om" e si dirigono verso l'Aspetto senza forma della Realtà. La maggior parte degli altri ricercano una visione diretta della loro Divinità d'Elezione (*Isthadevata*). Il risveglio dell'anima non è che la prima funzione di un *mantra*. La seconda e più importante funzione è ricondurre l'anima alla Divinità.

Questo potere del *mantra* di rivelare la Divinità concentrata in una sillaba mistica chiamata "*bija*" seme. Ogni corpo vivente, animale, umano o divino, è costruito secondo un tipo fondamentale, che è lui stesso il risultato dell'evoluzione di un codice o di una formula primordiale. La totalità del corpo umano non è che una versione dispiegata del codice genetico, che gli scienziati hanno scoperto nei cromosomi. Nello stesso modo, lo spirito umano ha anche lui il proprio codice primordiale nascosto nel "punto" *bindu*. Il corpo spirituale di una divinità, consiste di elementi altamente raffinati (sattvici) ha anche il suo proprio codice primordiale. E' ciò che è conosciuto come "seme" *bija*. Il seme rappresenta la caratteristica unica e i poteri della Divinità. Non è un semplice simbolo, ma un seme vivo che, quando è risvegliato, materializza la forma spirituale della Divinità.

Il "seme" non manifesterà il proprio potere, se non quando il punto,

bindu, (cioè l'anima) si è risvegliato. Dopo che l'anima individuale si è risvegliata, entra nella corrente del suono, ma non si dirige verso la Realtà senza forma, il "seme" la svia verso la Divinità. E' come se voi saliste su un treno che va a Parigi, a Gretz e discendeste a Ozoir o a Val-de-Fontaney.

Il seme è l'anello che unisce il Brahman impersonale alla Divinità personale.

Un *mantra* è formato generalmente da quattro sillabe:

- 1) L'Om che rappresenta l'Impersonale;
- 2) Il seme che è il legame che unisce l'Impersonale alla Divinità;
- 3) Il nome della Divinità;
- 4) Una parola che indica il saluto o l'abbandono.

Lo studio dei *mantra* è in se stesso una scienza. Avremo forse l'occasione di studiarla in futuro.

I cercatori spirituali le cui menti sono più sensibili alle immagini e al colore più che al suono, si muovono sul cammino della luce. Per "luce" si intende la luce della coscienza. L'esperienza di questa luce è l'esperienza fondamentale che si può fare su questo cammino. Il risveglio dell'anima viene sperimentato come la percezione di luce nel cuore. Di qui, come nella corrente del suono, si può andare al senza forma o a una delle forme divine del Signore. Nel primo caso, il progresso è semplicemente una intensificazione progressiva ed un aumento della luce, che culmina nella visione di Dio, oceano infinito di luce o sole risplendente. Nel secondo caso, l'immagine della Divinità sulla quale si medita, diventa sempre più reale e luminosa.

Intensificando la meditazione, la visione della Divinità divine e di una dolcezza e di una bellezza estrema. Le *Upanishad* citano spesso il sole come il simbolo dell'irraggiamento divino.

La *Chandogja Upanishad*, per esempio, parla del carattere immediato di una visione che si svolge davanti l'occhio interiore di un saggio: "Ora egli vede nel globo solare questa persona d'oro, con la barba dorata, i capelli dorati, e che irraggia luce magnificamente fino alla punta stessa delle unghie".

Questa luce superiore non è un simbolo o un'immaginazione. E' qualcosa che si può sperimentare direttamente quando l'intelletto è purificato. Possiamo immaginarci di vedere diverse forme e sbagliarci

tasmata". Se queste *phatasmata* sono soppresse, è possibile vedere la Luce Divina in aiuto delle pure specie intellettuali chiamate "*Lumen Sapientiae*". E' un'esperienza mistica che, tuttavia, non rivela l'essenza di Dio come una realtà, perché egli può essere percepito direttamente solo in paradiso, dopo la morte, da una visione beatifica, *Lumen Gloriae*.

L'altra dottrina, sostenuta tra altri, da San Giovanni della Croce, è che la volontà umana, quando è liberata dalle immagini sensoriali mentali così come dai desideri, può sentire il contatto diretto di Dio come un tocco divino, un abbraccio o una unione. Nella via apofatica dell'aspirante, gli è richiesto di sopprimere non soltanto le immagini mondane e le emozioni, ma anche ogni rappresentazione, immagine o concetti di Dio. Ne risulta che deve passare per quella che si chiama "la notte oscura" o la "nube della conoscenza" prima di ottenere la vera esperienza di Dio.

In termini di pensiero vedantico, l'apofatismo è una prova per applicare il "*asamprajnata yoga*" lo yoga senza desideri, nella via della devozione, svuotando la mente dalle fluttuazioni del pensiero. Egli cade allora nella corrente di Bhava descritta precedentemente.

La sola differenza è che, nella via della devozione, la mente non è mai lasciata vuota, e la si fa sempre fissare in una bella immagine divina o in un Mantra. Tuttavia, lo scopo ultimo della meditazione è di aiutarci a cercare Dio. Se dimentichiamo questo e ci preoccupiamo solo della tecnica, come le differenti tappe, le parole da dire, le preghiere da fare, le visualizzazioni, il numero di Mantra da recitare e così di seguito, la meditazione degenera gradualmente in un automatismo mentale, una abitudine meccanica, e un nuovo problema si aggiungerà alle centinaia che abbiamo già.

Per tutti i cercatori di Dio, la regola d'ora da seguire sempre è questa: non lasciamo scivolare niente tra la nostra anima e Dio.

anche dopo il risveglio dell'essere interiore, egli può continuare a sentire chela sua Divinità eletta resta esterna alla sua anima, benché possa sentire la volontà divina come un richiamo verso il centro della sua anima.

Allo stadio seguente, fa l'esperienza della presenza della Divinità nella sua anima come l'Essere Supremo o il Controllore Interno.

Nel terzo stadio, la presenza divina percepita interiormente ed esteriormente, in tutti gli esseri e in tutti i luoghi.

Questi stadi sono descritti in modo diversi nella letteratura devozionale, ma si dice ovunque la stessa cosa: c'è un movimento progressivo verso una unità più forte tra l'anima individuale e l'Essere Supremo.

Il terzo punto è che la natura stessa della devozione cambia per l'aspirante man mano che progredisce.

Per cominciare, la devozione non è che un'emozione, in parte negativa (il desiderio di essere liberato dalla sofferenza), e in parte positiva (il desiderio di un essere sconosciuto), che sia forza di guadagnare la supremazia sulle altre emozioni.

Poi, la devozione diventa la volontà pura centrata su Dio. In questi due stadi la devozione non è che un mezzo, una modificazione della mente, uno sforzo, e benché unti alla devozione inferiore, non è la devozione vera. La vera devozione è un fine a sé, l'esperienza più alta, la realizzazione. L'esperienza di che? Quella della felicità dell'ultima realtà, non la felicità impersonale, ma quella che ha preso la forma della divinità Suprema. E' la più alta forma di vera devozione.

In altri termini, la "forma inferiore di devozione" è l'amore dell'uomo per Dio, mentre la forma superiore di devozione è l'amore di Dio per l'uomo.

Come l'amore non è diverso da colui che ama, la devozione superiore non è differente da Dio: è l'abbandono a Dio, è la condivisione della sua propria felicità con l'anima umana. E' il latte dell'Amore divino che nutre tutti gli esseri, e si manifesta in amore umano.

Nella spiritualità cristiana, molti grandi santi e mistici hanno praticato una via unica di contemplazione chiamata "via negativa" o apofatismo. E' fondata su due dottrine. Per l'una, la conoscenza umana avviene quando la luce di Dio, passando per l'intelletto, illumina le immagini mentali, le parole, le idee, chiamate collettivamente "pha-

credendole vere. Ma questa luce ha una folgore rassicurante più reale, più pura e così brillante quanto il sole e anche di più.

C'è un numero di aspiranti spirituali, la cui coscienza è più orientata verso i movimenti della volontà e dei sentimenti che non verso le esperienze del suono e della luce.

Questi aspiranti entrano nella corrente di coscienza centrata su Dio, dopo il risveglio dell'essere interiore. Questa coscienza centrata su Dio è così potente che attira a sè i sensi e la mente, le emozioni e gli umori, gli istinti e le pulsioni. Ciò che l'aspirante sperimenta, è la potenza, non i suoni e le immagini, perché tutti i nomi e le forme, i concetti e i ricordi, sono sommersi in questa impetuosità del richiamo spirituale.

Per questi aspiranti, il risveglio dell'essere interiore può non essere segnato dall'ascolto del suono "senza origine" o dalla visione della luce interiore, e prende piuttosto la forma di un desiderio intenso o di un'aspirazione per Dio. L'aspirazione spirituale ordinaria non è che una specie di interesse per le cose superiori, o al meglio, un desiderio negativo di essere liberato dalle difficoltà dalle sofferenze. Essa diventa un'aspirazione positiva, sotto la forma di un intenso amore per Dio, solo quando l'aspirante ha gustato un poco la felicità più alta. Questo gusto viene soltanto con il risveglio dell'essere interiore. E' soltanto dopo aver affto l'esperienza della gioia dell'Atman, che l'aspirante percepisce una intensa impazienza per la felicità suprema di Brahman.

Sri Ramakrishna dice a proposito di questa fame dell'anima: "All'avvicinarsi dell'alba,, l'orizzonte verso est diventa fiammeggiante. Si sa allora che presto rileverà il sole. Allo stesso modo, se vedete una persona che si preoccupa vivamente di Dio, potete essere sicuri che non dovrà attendere più a lungo, per avere la sua visione".

Il risveglio dell'essere interiore lancia l'anima nella corrente della coscienza di Dio. Essere coscienti di Dio significa andare oltre la semplice, nozione popolare, che la devozione è una specie di emozione. In tutte le Scritture, le emozioni sono considerate come un ostacolo alla devozione. La devozione non è una forma di desiderio, perché il desiderio ha la natura della costrizione. I piani spirituali superiori non possono essere raggiunti, che da una facoltà superiore. Nella via della conoscenza, la facoltà più elevata utilizzata è l'intelligenza superiore

o intuizione. Nella via della devozione, la facoltà più alta utilizzata è la volontà.

Che cosa si intende per volontà? È una concentrazione della coscienza. È l'aspetto dinamico dell'intelligenza, esattamente come la coscienza è l'aspetto statico dell'intelligenza.

Come la coscienza individuale non è che una parte della coscienza suprema di Dio, allo stesso modo la volontà intellettuale non è che una parte della Sua Volontà Suprema. La volontà è l'impulso creativo primordiale. Le *Upanishad* dichiarano che, all'inizio, c'era un solo essere non duale. Poi, egli decise: "Che io sia il molteplice" E' questa volontà primordiale creatrice del Divino, che agisce in tutti gli esseri umani come la volontà individuale.

Quando la volontà individuale è diretta verso il basso, diventa schiava degli istinti e delle emozioni, quando è diretta verso l'esterno, si attacca a gli oggetti dei sensi.

È così che nascono l'amore mondano e l'attaccamento. Quando può la volontà liberata dalle emozioni e dagli oggetti esteriori, ed è orientata direttamente verso Dio, diventa devozione.

Dunque la devozione è la pura volontà diretta verso Dio.

Molti mistici cristiani hanno distinto la carità (amore dell'uomo per Dio) e l'agape (amore di Dio per l'uomo) identificando i primi due alla volontà e l'ultimo alle emozioni.

"Il secondo segno distintivo della carità, ha detto Santa Teresa, è che, a differenza delle forme inferiori dell'amore, non è un'emozione. Comincia come un atto di volontà ed è compiuta come una coscienza puramente spirituale, una conoscenza di amore unitivo dell'essenza del suo oggetto".

Qual è la relazione tra l'amore umano e la devozione? Hanno entrambi la volontà pura come nocciolo centrale. Ma, nell'amore umano, la manifestazione della volontà è limitata e deformata dalle emozioni, mentre nella devozione, è pura e senza impedimenti. È ciò che voleva dire Swami Vivekananda rispondendo così alla domanda: Come sviluppare la devozione, "La devozione è in voi, solo un velo di bramosia e di ricchezza la ricopre. Quando sarà tolto, la devozione si manifesterà da se stessa". La volontà è il potere della coscienza, e dunque l'amore è un potere. È uno dei principi fondamentali della

devozione. Se l'amore di Dio non fosse nient'altro che il distacco e la proiezione verso Dio della volontà, allora la devozione sarebbe solo una contemplazione calma e tranquilla di Dio e si potrebbe difficilmente differenziarla dalla conoscenza, *jnana*. Infatti, è ciò che certi grandi maestri considerano come la vera devozione. Esattamente come la conoscenza non è che una manifestazione dell'aspetto coscienza di *Brahman*, così le emozioni consono che una manifestazione dell'aspetto felicità di *Brahman*.

Appena la volontà è liberata dall'influenza degli istinti primitivi ed è diretta verso Dio, è resa più forte dalla grazia di Dio e, come tale, può portare le emozioni verso Dio.

Ogni emozione che è in rapporto con una tale volontà spiritualizzata, sarà infiammata, purificata e trasformata. È la capacità d'integrare e di trasformare le emozioni e i sentimenti ordinari, che differenzia la devozione, *Bhakti*, da tutte le altre discipline spirituali, e che la mette alla portata dell'uomo comune. Benché la devozione non sia un'emozione, tutta la sua diversità, il suo calore e la sua ricchezza nascono dall'associazione con le emozioni.

La contrazione su Dio, della volontà purificata, infiammata e fortificata dalle emozioni sublimati, ecco ciò che significa *bhava*, l'emozione spirituale.

Appena si compie il risveglio interiore, l'aspirante è preso nella corrente dell'emozione spirituale e si pone in essa. Come progredisce in seguito? Quali sono le sue esperienze, quali sono le tappe che attraversa? C'è una grande ricchezza e una grande varietà di informazioni su questo argomento nella lettura devozionale dell'Induismo, del Cristianesimo e dell'Islam con il Sufismo.

In fatto di progressi, non vogliamo parlare delle visioni e delle altre esperienze soprannaturali, ma dell'intensità della devozione. L'intensità della devozione non significa esuberanza emozionale, ma la forza con cui la volontà purificata e le emozioni convergono verso Dio. Siccome l'aspirante fa in ogni momento l'esperienza spontanea di questa convergenza interna, può anche non sentire il bisogno di passare lunghe ore di meditazione.

Il secondo punto è che, mentre l'aspirante progredisce, la sua relazione con Dio passa attraverso cambiamenti importanti. Dapprima,