

VEDĀNTA

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

Raphael

Sommario

Il sole, occhio del mondo

Kali raccoglie i teschi

Vita di Vivekananda XXVI

Anno 14 - N° 30 - Ottobre 2015



Il sole, occhio del mondo

Śri Svāmi Kṛṣṇānanda

In sanscrito, Makarasamkrānti indica il giorno in cui il sole inizia il suo viaggio verso nord entrando nel segno zodiacale del Capricorno¹. Secondo le Upaniṣad e la *Bhagavadgītā* questo è importante per chi conduce una vita spirituale.

Il sole porta al nord energia, vigore e luce. Nel linguaggio esoterico, nella terminologia mistica, il sole o Sūrya è considerato la divinità che presiede al Sé dell'uomo, mentre la luna è considerata la divinità che presiede alla mente dell'uomo (*manas-kāma*).

Il Sé, o anima, è differente dalla mente; l'*ātman* e il *manas* sono diversi per le loro caratteristiche metafisiche e psicofisiche.

Il sole è designato come *ātma-karaka*, il recipiente dell'*ātman*. Il *Rg Veda* sostiene che il sole è il principio spirituale ricostituente, impulsante dell'*ātman* di tutti gli esseri, come dice un'invocazione vedica: *sūrya ātma jagatas*, ecc.

Il principio solare è il sé di tutte le cose create, mobili e immobili, organiche e inorganiche; è, per così dire, il perno intorno al quale ruotano tutte le energie individuali.

Noi viviamo perché c'è il sole e moriremmo se il sole dovesse cessare di essere. Considerato spiritualmente, concepito esotericamente, il sole non è soltanto un'enorme sfera di energia atomica come ci dicono

^[1] Corrisponde al solstizio d'inverno. Cfr. Sri Candrasekharendra, *L'appello dell'ācārya*, cap. "L'importanza della Saṅkrānti". Ass. Ecocult. Parmenides, Roma.

i fisici, ma una massa radiante di vita che offre vitalità a tutti; non è semplicemente una fonte di calore come può esserlo una stufa elettrica, non è solo una massa di fuoco bruciante o un'immensa conflagrazione term nucleare, perché questi fenomeni non possono darci quell'energia che ci fornisce il sole.

Per spiegare ciò che il sole rappresenta, ricorrerò a un'analogia. Sapete che cosa contiene la terra? Potete immaginare quale energia, quale vitalità, quale abbondanza, quali risorse sono in essa?

Dalla terra potete ricavare oro, diamanti, minerali, gas, petrolio; e da dove viene l'energia per gli esseri viventi? Gli alberi nascono dalla terra, succhiano il vigore dalle sue fondamenta e ricevono energia dai raggi solari. Quando guardiamo con pura mente scientifica alla struttura geologica e fisica della terra, ne esaminiamo chimicamente i contenuti e investighiamo le sue risorse da un punto di vista biologico, ci rendiamo conto che essa non è materia morta, come generalmente si pensa, non è inanimata, non è inorganica, ma è energia incarnata che ci permette di vivere, è organica, vitale, significativa.

Il cibo di cui ci nutriamo non è sostanza inerte, altrimenti non potrebbe darci forza. Da dove prendiamo il cibo? Dalla terra. Se l'energia viene dal cibo, è chiaro che la sua sorgente ne deve essere piena.

È da milioni di anni che la terra è stata riconosciuta parte del sistema solare. I nostri saggi ci dicono che in passato una potente, gigantesca stella si avvicinò a pochi anni luce di distanza dal campo elettromagnetico del sole: l'impatto fu tale che un frammento si staccò dal sole. Così, si suppone che questa massa magmatica surriscaldata e fiammeggiante si allontanò dal sole e dopo migliaia di anni cominciò a raffreddarsi sempre più, fino a diventare gassosa, poi liquida, infine solida, così come la vediamo oggi. Quindi, questo meraviglioso pianeta non è che una parte del sole e la nostra essenza può essere ricalcata su quella del sole che, per logica deduzione, non può essere una mera forma fisica.

C'è qualcosa di stupendo e misterioso nel sole e la connessione tra il principio solare e il sé dell'individuo da una parte, e quella tra la luna e la mente dell'uomo dall'altra è molto significativa.

Sapete che la luna piena e la luna nuova esercitano la loro influenza particolarmente sulle persone mentalmente deboli. La luna, le stelle, il sole e tutto il sistema solare si influenzano reciprocamente. Sapete

anche che durante la luna piena l'oceano si dilata e si solleva come a voler salutare la luna nascente; naturalmente la sua influenza è sentita dappertutto, anche se non la si può vedere direttamente. Lo stesso avviene con l'impatto invisibile delle forze superiori della natura, la principale delle quali è appunto quella del sole. Il giorno in cui la sua influenza è più forte, si pensa che sia il sé a condizionarne l'attività. Questo giorno particolare è sacro e viene chiamato Makarasamkrānti.

Le *Upaniṣad* e la *Bhagavadgītā* dicono che coloro che muoiono nel periodo in cui il sole sale verso il nord, attraverso la sua orbita passano dal caos terreno alle regioni superiori, presiedute da sublimi divinità. Il superamento della barriera del sole consente all'anima di incrociare le tranquille regioni superiori piene di splendore e magnificenza spirituali.

Le *Upaniṣad* e le Scritture dicono anche che vi sono due sentieri *post mortem*. Il sentiero *pitṛyāna* (o sentiero degli Avi) che conduce alla sfera della luna da cui si ritorna alla terra; il sentiero *devayāna* (o sentiero degli dèi), associato al corso del sole che risale verso il nord, e il passaggio della salvezza è della liberazione dello spirito. Coloro che superano la barriera del sole non ritornano più sulla terra. Essi raggiungono una sfera superiore dove l'anima può gradatamente conseguire la liberazione (*kramamukti*); come afferma la *Muṇḍaka Upaniṣad*: «Essa diventa il Tutto, penetra il Tutto».¹

Ricercatori della Verità, aspiranti al sentiero dello *Yoga*, devoti al Divino, amanti dell'umanità, tutti devono pagare un tributo al supremo padre dell'energia vitale che è Sūrya: *sūrya pratyakṣa devatā* (il Sole è il Dio visibile). Se c'è una Divinità visibile, essa è il Sole. Non potete vedere la Divinità nella sua perfezione primigenia, ma potete vederla attraverso il potere delle sue opere.

Nel *Puruṣa Sūkta* (Inno al Puruṣa, *Rgveda* 10.90) il sole è paragonato agli occhi della Persona cosmica o *virāṭ puruṣa*. Questi sono solo simboli e analogie che ci danno un'idea della grandezza e dell'importanza del sole nella nostra vita.

Durante i sei mesi del cammino del sole verso nord, la gente prega perché la propria morte possa avvenire in questo favorevole periodo.

^[1] Cfr. *Muṇḍaka Upaniṣad* III.II.5, in *Upaniṣad* a cura di Raphael. Bompiani, Milano 2010.

Nel *Mahābhārata*, Bhīṣma aspettò che il sole cominciasse il suo cammino verso nord prima di morire. Così, il percorso del sole verso nord ha un senso non solo astronomico o fisico, ma anche biologico, vitale, psicologico e spirituale.

I devoti e gli aspiranti allo *Yoga* devono perciò considerare il mondo interiore e il suo significato che è di là dal mondo fisico. L'universo interiore è più profondo di quello esteriore.

Alcune Scritture affermano esservi dodici soli. Dove sono? Ne vediamo soltanto uno. Possiamo considerarli come vari gradi del principio intrinseco all'interno del sole fisico, uno dentro l'altro. Come abbiamo il corpo vitale entro il fisico, il mentale entro il vitale, l'intellettuale buddhico di là dal mentale e il principio spirituale di là dall'intellettuale¹, così ci sono energie dentro energie, poteri dentro poteri, uno trascendente l'altro, finché non si raggiunge il dodicesimo sole. Esso è identificato con Mahāviṣṇu o il supremo benefattore della creazione, il Governatore del cosmo.

Il dodicesimo sole è Viṣṇu stesso. Egli non può essere visto con gli occhi fisici perché i soli esoterici sono interni al sole fisico. Non possiamo vedere il nostro corpo vitale, né il mentale, né l'intuitivo, né il principio spirituale. Non possiamo vedere niente dentro il corpo. Poiché viviamo nel corpo fisico e vediamo un mondo fisico, vediamo anche un sole fisico.

Quando entriamo nel corpo vitale, entriamo anche nell'universo vitale e vediamo il sole vitale, e così via; quando con l'esercizio dello *yoga* raggiungiamo il principio ultimo dentro di noi, vediamo l'essenza nascosta di là dal mondo. Essa non è un paese né un reame, né un villaggio, né una città e nessuna località abitata dalla gente. Il dodicesimo sole è un meraviglioso oceano di luce e di energia, dice la Scrittura. Così, queste grandi ricorrenze rituali, quali il Makarasamkrānti e altre, influenzano efficacemente il destino spirituale dell'uomo.

Viviamo una vita materiale, non sapendo che cosa siamo realmente e che cosa è il mondo. Ignoriamo quei valori inerenti alla nostra vera natura e che si trovano all'interno di noi stessi, ed è per questo motivo

^[1] Per i corpi o guaine, vedi Glossario sanscrito alla voce *koṣa*. Ass. Ecocult. Parmenides, Roma.

che siamo sbattuti qua e là dai venti del fato che controlla il mondo oggettivo e il nostro corpo fisico.

Più entriamo in noi stessi e più comprendiamo il mistero interiore della vita. Quando siamo nel corpo vitale vediamo il corpo vitale delle altre persone, così come ne vediamo il corpo fisico, e quando siamo nel corpo mentale e in quello intellettuale ne vediamo il corpo mentale e intellettuale; e se penetriamo nel principio spirituale, vediamo il principio spirituale del mondo e dell'intero cosmo. I dodici soli descritti nello *Śrīmad Bhāgavatam*¹ e in altre Scritture non sono dodici soli fisici situati nel cielo, ma dodici stati di un unico principio posti l'uno entro l'altro e culminanti nel Sole spirituale o Realtà; in essa, l'individuo, l'universo e Dio diventano una cosa sola.

Nel dominio fisico siamo diversi e separati, la vita è differenziata e così pure la Divinità, apparentemente non c'è alcuna connessione tra loro. Quando andiamo più in profondità i tre principi si avvicinano sempre più l'uno all'altro fino a fondersi.

Attualmente il nostro pianeta è come se fosse una entità separata; non abbiamo alcun controllo su di esso, ne siamo minacciati continuamente e ne abbiamo paura. Perché? Perché è separato fisicamente dal nostro corpo fisico. E lo stesso è per la Divinità: un qualcosa di trascendente di cui non abbiamo alcuna idea. Ma quando, con la concentrazione e la meditazione, sprofondiamo dentro di noi, simultaneamente, con un movimento parallelo, penetriamo anche nei regni più sottili e l'esteriorità diminuisce in proporzione all'esperienza interiore che facciamo. Più diamo importanza al fisico, più ne siamo influenzati; meno viviamo nel fisico e del fisico e meno ne siamo influenzati.

Il mondo nemico, il cosiddetto mondo ostile, diventa un mondo sempre più amico a mano a mano che entriamo nei reami del nostro stesso essere. E quando raggiungiamo il principio divino in noi, esso non solo ci rimane amico, ma diventa un'esperienza inseparabile dalla nostra; non esiste più come fenomeno esterno; non c'è più alcun mondo come tale.

^[1] Importante Scrittura appartenente al corpo della *Smṛti* o "tradizione rammentata", conosciuta anche col nome di *Bhāgavata Purāṇa*.

Quella cosa chiamata mondo cessa di essere nel momento in cui tocchiamo il principio spirituale dentro di noi; principio che è lo stesso di quello del pianeta e dell'universo. È solo qui che il Divino, il mondo e l'anima si fondono; ed è questa la liberazione che noi cerchiamo.

Così, nel rito del Makarasamkrānti ritroviamo molto di questo messaggio e noi tutti, quali umili ricercatori della Verità, facciamo bene a contemplare la nostra divinità interiore che presiede al simbolo solare nella creazione e nello sforzo per spiritualizzare sempre più la vita. Ciò non vuol dire cambiare livello di vita, ma entrare in un nuovo significato in questa stessa esistenza.

Essere spirituali, penetrare nella sfera dello spirito non implica entrare in un altro genere di vita, come la gente erroneamente pensa. Non è spostarsi da un posto all'altro, muoversi da un angolo all'altro della terra, cambiare sistema di essere: questa non è spiritualità.

È difficile capire che cosa sia la spiritualità, tuttavia molto si può apprendere dalla filosofia. La spiritualità non consiste nel cambiare il nostro modo di vivere (questo è semmai solo una conseguenza); essa è una interiorizzazione, un passo verso il proprio centro.

La spiritualità è il senso interiore di tutte le specie di vita esistenti; non è distaccata dagli altri generi di vita quali che siano la professione e i compiti che svolgete, e ciò equivale a dire che non c'è vita senza spiritualità perché la vita senza spiritualità è inutile, senza senso, assurda.

Alcuni pensano che la spiritualità interessi la seconda parte della vita, la sua parte conclusiva e meno attiva; ma essa non ha niente a che vedere con l'agire. Come ho già detto, è al di là da ciò che siete e da ciò che fate. Così, non può riguardare un certo periodo temporale, perché va oltre il tempo. Per spiritualità potete intendere ciò che va oltre l'esistenza e l'attività; se c'è del merito in ciò che siete e fate, quella è spiritualità.

Le *Upaniṣad* e le altre Scritture, come la *Bhagavadgītā*, ecc., affermano che il Signore si esprime nel mondo per mezzo del sole il cui movimento verso il nord inizia nel giorno del Makarasamkrānti¹: è per questa ragione che è considerato un giorno fausto.

^[1] Il *Makarasamkrānti* cade il 13 o 14 gennaio di ogni anno.

Guardiamo perciò seriamente a tale giorno e fermiamoci a contemplare la più profonda verità della nostra esistenza, la più profonda verità della natura e la più profonda verità del rapporto tra noi stessi e la natura.

Ci sono tre implicazioni, tre significati, tre espressioni o tre modalità nascoste: dentro di noi, all'esterno, nel rapporto tra noi e la natura che è chiamata Dio, invisibile alla nostra percezione fisica.

Da oggi in avanti i *brahmacārin* possono impegnarsi di più nel *gāyatrī mantra japa* (recitazione del *mantra gāyatrī*¹) che è presieduto dal sole; coloro che scelgono altri mantra possono fare la stessa cosa con il loro *iṣṭamantra* (cioè il *mantra* che il loro cuore ha scelto); e coloro che sono abbastanza avanzati per la pura contemplazione e meditazione fanno bene a portare nelle loro vite non la Divinità visibile o immaginata, ma il vero Essere, quell'Essere che è spiritualità, di là da tutto e da niente. È questa la vita che dobbiamo cercare di condurre, dobbiamo utilizzare quest'opportunità come un'altra felice occasione per contemplare l'Essere nella sua vera natura, accelerando così il nostro moto verso di Lui.

Avviciniamoci sempre più al supremo Assoluto, santifichiamo la nostra esistenza esprimendolo quotidianamente e partecipando all'atmosfera intorno a noi, così che noi e i nostri fratelli possiamo diventare idonei per la suprema unione con quella Divinità ideale, l'Assoluto.

Dall'influenza che esercitiamo nel pianeta possano scaturire ovunque amorosa solidarietà e pace; è questa la nostra preghiera.

Svāmi Śivānanda dice: «O uomo, nella tua ebbrezza pensi di avere vinto, invece hai perso. È la bestia in te che ha vinto. E qual'è la vera vittoria? È la vittoria sull'uomo. Immagini di essere riuscito molto bene: hai fallito miseramente».

L'umanità ha cercato di lottare contro l'odio con un odio più grande. Il grande Buddha allora ha vissuto invano! La lezione di vita è stata sempre: «L'odio non si vince con l'odio, ma con l'amore».

Soltanto la ricchezza spirituale è il vero tesoro; la ricchezza di tutta la terra è semplicemente vanità. Gesù Cristo disse: «A che serve la

^[1] È un *mantra* particolarmente venerato rivolto al sole. Cfr. Glossario sanscrito Ass. Ecocult. Parmenides, Roma.

ricchezza del mondo intero se si perde la propria Anima? Non si può servire Dio e mammona». E tuttavia “mammona” oggi é racchiuso nel tempio del cuore umano.

«Tutti i fenomeni sono illusori, sforzati di conseguire la suprema Realtà», è la coraggiosa affermazione di Śaṅkara.

Eppure consideri il mondo materiale la sola e solida realtà. Questo perfido miraggio sta portando l'umanità alla distruzione!

Tratto da Periodico Vidya - Giugno 2011

Via Azone 20, Roma 00165

Articolo originale: *The Divine Life* - Gennaio 1983

Kali raccoglie i teschi

Ci sono momenti in cui dopo aver goduto del silenzio per diversi giorni, la visione si amplia accordandosi alla consapevolezza, allora la Madre Divina si dispiega in tutta la sua bellezza e perfezione e non c'è un solo petalo al mondo che sia fuori posto, e anche ogni bruttura e orrore partecipano alla bellezza della manifestazione. Ogni assassino e assassinio è espressione della Madre così come ogni fiore e bimbo.

In questi momenti ogni fiore ha il suo significato, è vita che manifesta la grandezza della Madre, che tesse sull'ordito emanato dall'Assoluto. Così ogni essere che vive nell'individuazione umana, espone una pennellata o un nodo della tessitura, ad incarnare una delle possibilità del molteplice, certe volte incarna l'aspetto di un principio, altre volte l'interezza dello stesso principio, raramente è la stessa Madre Divina a mostrarsi in quella possibilità, ma ancor più raro è che sia il Figlio, il *logos*, ad incarnarsi.

Certo che una tale perfezione lascia stupefatti e riconcilia con qualsiasi orrore. Il presente diventa eterno ed ogni incarnazione è solo un pulsare di piccolo punto, fra i miliardi di miliardi negli eoni di piccoli punti in espressione dell'essere. E allora scompare ogni orrore di cadaveri nei campi di concentramento, nelle fosse comuni e di ogni altra tragedia umana; e la bellezza si inalbera stupenda e inarrestabile, Kali raccoglie i teschi e se ne orna, come la rosa si orna di spine, lo scarabeo raccoglie gli escrementi per inseminarli e quei corpi violati divengono il concime della prossima vita, per i semi causali che vi sono nati.

Quando nascete in ogni uomo, donna, animale e pianta di questo pianeta, quando li partorite in ogni madre, e ne morite in ogni corpo, e vivete il tutto come il canto della gloria del Divino, e quando elevandovi in questo canto, rimane solo il suono del silenzio sublime, l'*om* incantabile da alcuna gola umana o vivente, allora vedrete che ogni vita indossata nello spazio e nel tempo, è qui presente, senza discontinuità, senza alcuna separazione, fra esse stesse e con ogni altra vita, perché tutte vi saranno appartenute. Allora sarete una piccola bolla di saliva sul sorriso del Divino.

Una visione integrale attraverso gli *Yoga*

Swami Veetamohananda

Traduzione a cura di Maurizio Redegoso Kharitian

La vita è un'interazione continua tra l'individuo ed il cosmo, tra la natura interiore e la natura esteriore. Questa interazione prende forme diverse e la più importante è la soddisfazione dei bisogni dell'uomo. Benché questi siano infiniti, possono tuttavia essere ricondotti a soli tre fondamentali: esistere, conoscere e farci del piacere. Il mondo degli oggetti intorno a noi, presenta anch'esso tre proprietà:

- esiste (*asti*)
- confina sulla nostra coscienza (*bhati*)
- procura la gioia (*priyam*)

Questa corrispondenza sorprendente tra la vita interiore ed il mondo esteriore mostra una realtà comune caratterizzata dall'esistenza, la coscienza e la felicità.

“Questa Realtà ultima assoluta”, dice Swami Vivekananda “è lo scopo di tutta l'umanità, lo scopo e la finalità di ogni religione, non è nient'altro che un'unione con Dio in cui, ciò che è identico con il Divino, è la vera natura di tutti gli uomini”.

Lo scopo ed i metodi per ottenerlo formano ciò che chiamiamo lo *yoga*. La parola “*yoga*” è derivata dalla radice sanscrita *yui* che significa “congiungere, unire”, unirsi alla nostra realtà, Dio. La vita dell'uomo è difficile. L'agitazione dello spirito prodotta dal rumore e dalla precipitazione, le responsabilità, le prese di decisione, le esercitazioni emozionali - tutto questo consuma una grande quantità di energia psichica. Ne risulta che una persona può sentirsi sfinita, anche senza avere com-

più alcun lavoro fisico. Normalmente, l'inconscio, che è il serbatoio dell'energia mentale, rigenera questa energia perduta. Ma talvolta, non lo fa. La rimozione può impedirlo sopprimendo qualcuno degli istinti fondamentali dell'uomo. L'incapacità a trovare un ideale o una motivazione appropriata nella vita, di aprire nuovi canali per esprimere le sue aspirazioni, i suoi talenti e la sua creatività mostrano l'inattitudine del mentale a rinnovarsi.

L'inquietudine, la depressione, la fatica nervosa e le malattie psicosomatiche sono dei segnali che mostrano che il rinnovo di se nel mentale non si fa correttamente. Dobbiamo comprendere la natura della vita e della coscienza. Malgrado il nostro interesse recente per i fenomeni extra-sensoriali, gli stati modificati della coscienza, i bioritmi, gli effetti kirlian, il bioplasma e le onde del cervello, abbiamo poca conoscenza sul sistema dell'energia psichica. Questa energia psichica non è legata al fisico in quanto la fatica può apparire anche se ci alimentiamo correttamente

Vi sono due teorie concernenti la natura e l'origine della vita. Le prime, come gli scienziati moderni, affermano che la vita è derivata dalla materia.

Altre dicono che la vita è un principio primario, esistente da se stesso, distribuito dappertutto nell'universo intero e che la materia ed il mentale ne sono le due manifestazioni differenti. E' il punto di vista adottato dai vedantini. Chiamano questo principio cosmico di vita *prana*. In origine, questa parola significava respirazione, è più tardi che è stato utilizzato per significare il principio di vita nell'uomo. Come l'universo nella sua totalità era riconosciuto come un solo organismo, *prana* ne è venuto a significare la forza di vita cosmica e *vayu* (l'aria atmosferica) era spesso utilizzata come suo simbolo.

La *Chandogya Upanishad* parla di due sostanze assorbenti - una nell'uomo e l'altra nell'universo. Nell'uomo, tutti gli organi sono assorbiti (durante il sonno) nel *prana*. Nell'universo, tutti gli esseri sono assorbiti (durante la dissoluzione cosmica) in *vayu*. Il principio di vita, l'individuale ed il cosmico, è sempre stato considerato come unico, in quanto il microcosmo ed il macrocosmo erano suppostamente costruiti sullo stesso piano e *prana* rappresentava questo principio unitario. Ma

prana non è mai stato considerato come la Realtà ultima. Le *Upanishad* dicono che *prana* è derivato dalla pura coscienza che chiamiamo *Brahman* e *Atman*. Dal *prana* psichico, il se individuale controlla il corpo ed il mentale. Nella stessa maniera, dal *prana* cosmico, Dio controlla e dirige l'universo intero. Come *Brahman* è la somma totale di tutte le particelle della coscienza individuale, *prana* è la somma totale di tutte le forze dell'universo.

Swami Vivekananda dice: “... e da ogni parte, tutti i movimenti sono le differenti manifestazioni di questo *prana*. Questo *prana* è elettricità, è magnetismo, si manifesta nel cervello sotto forma di pensiero. Tutto è *prana*: fa muovere il sole, la luna e le stelle. Nel *prana*, abbiamo un principio olistico della vita che unisce il corpo ed il mentale, la materia e la vita, sotto una direzione comune omeostatica. Sì, *prana* è il sistema super-omeostatico dell'universo che governa l'esistenza individuale e l'esistenza cosmica”.

Nell'individuo, una parte del *prana* resta alla base della colonna vertebrale sotto una forma dormiente chiamata *kundalini*. La parte restante circola lungo due canali principali, i *nadi*, chiamati *ida* e *pingala*. A partire da questi canali, *prana* s'infiltra, in qualche modo, nell'organismo intero, andando liberamente in tutto il corpo ed il tutto il mentale, dando l'energia e la vita ad ogni cellula, ad ogni pensiero. Gli *yogi* indiani hanno scoperto che, se si ammaestra *ida* e *pingala*, il flusso di *prana* nel corpo e nel mentale può essere gestito. *Ida* e *pingala* sono i regolatori omeostatici di tutta la personalità. Il *prana* è conosciuto presso i cinesi sotto il nome di *Chi* e presso i Giapponesi sotto quello di *Ki*.

I maestri dell'antica Cina hanno disegnato la carta dei meridiani, delle linee, lungo le quali il *Chi* si sposta nel corpo. Secondo loro, le malattie sono dovute al disequilibrio nella corrente del *Chi*. Hanno scoperto che piantando degli aghi in certi punti di controllo sui meridiani, questa corrente poteva essere regolata e le malattie curate. E' la base della pratica dell'agopuntura.

Nell'India antica, i medici non consideravano il corpo ed il mentale come entità separate. La loro scienza è chiamata *Ayurveda*. Definisce la malattia come un insieme di sofferenze di ogni sorta, fisiche e mentali. La causa fondamentale di ogni malattia è una perturbazione del sistema dell'energia psicofisica, composta da tre umori: *vata* (l'aria), *pitta* (la

bile) e *kapha* (la flemma). Le autorità mediche mettevano l'accento sul ruolo del mentale nelle cause del disequilibrio umorale. Avevano una veduta olistica dell'uomo. La loro concezione della salute ha per nome *satmya*, che significa letteralmente “essere in armonia con l'Anima universale”. La malattia si chiama *vikara*, vale a dire deviazione dello stato naturale o *asatmya*, “non essere più in armonia con l'Anima universale”.

E' qui il punto fondamentale dello *yoga*. La sua finalità è l'istituzione di *swarajya*, la supremazia dell'Anima universale. Per ottenerla, il corpo ed il mentale devono diventare degli strumenti perfetti dell'Atman. Se il corpo ed il mentale non sono in armonia, la vita diventa difficile ed infelice.

Questa comprensione ha portato allo sviluppo di un sistema di *yoga* chiamato *Hatha yoga* . Questo sistema considera la malattia come una perturbazione nell'equilibrio omeostatico del *prana*, provocato da un funzionamento irregolare dei canali *ida* e *pingala* . Prova a ristabilire questo equilibrio con delle posture, il controllo della respirazione, ecc. E' utile ricordare che in tutti gli *yoga*, l'armonia delle funzioni del corpo e del mentale, chiamato anche integrazione della personalità tutta intera, è considerato come una prima tappa.

Nella Baghavad Gita, lo *yoga* è definito come un equilibrio che può essere ottenuto con la purificazione del mentale, la devozione in Dio, l'auto-analisi od il controllo dei canali , *ida* e *pingala* questo in funzione del tipo di *yoga* che si segue.

Arriviamo adesso al *prana* cosmico. Come nell'individuo, esiste nel cosmo un'armonia naturale, un equilibrio. I fiumi trasportano la loro acqua nell'oceano e la pioggia la riporta sulla terra. Nello stesso modo, vi sono movimenti periodici della terra e dei pianeti, delle correnti marine ed atmosferiche, dei bioritmi ed un equilibrio della vita nelle piante, gli animali, i mondi, ecc. L'Upanishad Katha dice che questo ordine cosmico, questo equilibrio, è il lavoro del *prana* sotto controllo dello Spirito Supremo.

E' la regolazione cosmica dell'universo manifestato che Sri Krishna chiama lo *yoga* divino.

La parola “*yoga*” ha molti sensi. Può significare:

- Grande strumento (o armatura)
- Mezzi

- Meditazione
- Ritrovarsi (unione)

Di tutti questi sensi, quello di unione è il più utilizzato nelle Scritture vedantine. Abbiamo detto che Krishna lo utilizzava per l'individuo ed il cosmo. Ma è comunemente impiegato per significare l'unione dell'individuo con il cosmo.

In questo modo, sappiamo che l'equilibrio negli esseri viventi è uno stato di rinnovamento personale costante. L'aria, l'acqua, il cibo e molte altre cose sono necessarie per il rinnovamento del corpo. Sono fornite dal vasto processo di rinnovamento dell'Anima universale che ha luogo nell'universo fisico. E per utilizzarle correttamente, il corpo deve essere in armonia con il mondo esterno. Allo stesso modo, le idee e l'energia fisica necessaria al rinnovamento del mentale sono presenti nell'universo mentale. Ma il primo deve essere in armonia con il secondo. Cattive abitudini di vita, l'odio, la gelosia, la paura, il dubbio e cattivi modi di pensare bloccano i canali di contatto tra l'individuo ed il cosmo ai livelli fisico e mentale. Questa è l'unica causa di tutte le malattie mentali e tutte le sofferenze.

Nello stesso modo, attraverso l'Atman, lo spirito individuale è una parte di Brahman, lo Spirito Infinito. E' l'egoismo e l'ignoranza che creano la separazione tra i due. Ne risulta che l'uomo è incapace di realizzare la beatitudine suprema e di compierla completamente. Lo *yoga* è una prova delle soppressioni degli ostacoli ai tre piani - fisico, mentale e spirituale. E' una disciplina integrale la cui finalità è lo sviluppo dell'uomo nella sua totalità. L'uomo non può svilupparsi isolatamente ed il ruolo dello *yoga* è di integrarlo al cosmo nei tre piani. Di fatto, la vita dell'uomo è veramente uno *yoga*. E' una parte dell'eterno *yoga* cosmico del Divino che esiste da se-stesso. Ma, a causa dell'ignoranza, continuiamo a falsificare questo *yoga* naturale trasformando la vita in ricerca di piacere (*bhoga*). *Bhoga* è un'ingiuria ed uno stravolgimento della natura, è vivere in disarmonia con una vita più elevata, facendo prova di una indulgenza e di un egoismo eccessivi. E' la causa principale di tutte le sofferenze dell'uomo. Ciò che chiamiamo *yoga*, non è che una prova cosciente per ritrovare l'armonia naturale, per restaurare l'equilibrio energetico aprendo il corpo, la mente e l'anima ai ritmi dello *yoga* cosmico del Divino.

Questa apertura può verificarsi con il sacrificio di se (come nel *karma yoga*), con il dominio di se (come nel *raja yoga*), e con l'analisi di se (come nel *jnana yoga*).

Il nostro ruolo nello *yoga* è unicamente di praticarlo coscientemente. La coscienza di se è tutto ciò che dobbiamo mantenere. Lo *yoga* non è *yoga* se non nella misura in cui è praticato coscientemente, con tutta la nostra volontà. Tutto ciò che facciamo inconsciamente, che sia il lavoro o anche *japa*, non è *yoga*. Per esempio, mangiare, è soddisfare un bisogno naturale.

Ma, se mangiamo con la piena coscienza che il cibo è una forma di *prana* e sarà riconvertita in *prana* nel nostro corpo, questa azione diventa *yoga*.

Così, ogni attività può essere trasformata, in *yoga* compiendola coscientemente essendo coscienti della relazione tra l'individuo ed il cosmo.

E' questo che incoraggia e rende l'uomo capace di dominare i suoi desideri e di creare in se stesso la possibilità di realizzare il Divino, anche vivendo il piacere della vita materiale.

Dunque, intensificando la nostra coscienza, possiamo intensificare la pratica dello *yoga*. Come fare? Vi sono due mezzi. L'uno è di possedere un'aspirazione intensa o un desiderio ardente di realizzarsi personalmente. L'altro consiste nell'estendere la nostra coscienza in ogni parte della nostra vita. Vale a dire, prendere sempre più coscienza che mangiamo, parliamo, lavoriamo, compiamo ogni altra normale attività della vita di tutti i giorni.

E' vero, è difficile per un principiante compiere tutte queste attività, o anche le proprie pratiche spirituali, coscientemente, con una piena coscienza di se. Può, al massimo, mantenere almeno ad intermittenza, questa sorta di vigilanza. In quanto, per la maggior parte del tempo, è assorbito dalla corrente incosciente dei suoi pensieri. Praticare con una piena coscienza di se diventa possibile quando l'intelletto si sveglia e la luce dell'Atman comincia ad illuminare la mente. Allora lo *yoga* diventa pienamente cosciente, pienamente diretto, verso l'Anima universale. Sri Krishna lo chiama *buddhi yoga* - una natura differente, cioè che è differente dallo *yoga* naturale o della vita ordinaria. Questo significa che lo *yoga* è guidato e controllato dalla *buddhi*, l'intelletto, il vero centro

spirituale nell'uomo. Sri Krishna voleva dire che è la tappa più elevata di ogni *yoga*. Non importa quale *yoga*, *karma*, *raja*, *bhakti* o *jnana*, compiuto con un intelletto risvegliato diventa *buddhi yoga*.

Adesso diviene chiaro che lo *yoga* può essere di due tipi: inferiore e superiore.

Lo *yoga* inferiore è quello praticato con un intelletto non-risvegliato. E' una prova per liberare la coscienza dai bassi istinti e dagli automatismi mentali. Il primo passo è la purificazione del corpo e della mente. Un corpo sottomesso ad ogni abitudine irregolare è impuro e disequilibrato. Allo stesso modo è una mente abitata da pensieri impuri.

L'uno e l'altro devono essere purificati da abitudini di austerità, dalla castità, il lavoro disinteressato e l'osservazione di virtù quali la sincerità e la non-violenza. La tappa seguente consisterà nell'armonizzare l'azione di *ida* e *pingala* sotto semplici forme di concentrazione come la preghiera, l'adorazione, la ripetizione di un nome divino, la respirazione controllata, ecc.

Ogni *yoga* possiede la sua tappa inferiore. Il *raja yoga* ha i suoi *yama* (le sue virtù), il suo *niyama* (la sua condotta), le sue *asana* (le sue posture), il suo *pranayama* (il suo ritmo di respirazione), il suo *pratyahara* (il distacco) ed il *dharma* (la concentrazione). Nel *bhakti yoga*, consiste e servire i fedeli di Dio, a pregare, adorare, ecc. Nel *jnana yoga*, è il lavoro disinteressato, lo studio delle scritture, la discriminazione, ecc.

Nella stessa maniera, ogni *yoga* possiede la sua tappa superiore quando diventa *buddhi yoga*.

Allo stadio di *yoga* inferiore, l'aspirante è quasi interamente nel regno del *prana*. E' come qualcuno che è caduto in un fiume e che lotta per salvarsi dall'annegamento. Quando lo *yoga* è praticato con un'intensa aspirazione, conduce al risveglio dell'intelletto, l'alba di una coscienza superiore. Come una persona che si tiene in piedi sulle rive di un fiume, l'aspirante è adesso capace di assistere allo scorrere del fiume del *prana* in un silenzio profondo. Allo stadio inferiore, era cosciente solo della vita universale, del *prana* cosmico, del ciclo d'evoluzione della vita vegetale ed animale.

Ma adesso, allo stadio superiore, il suo intelletto si apre alla coscienza universale ed entra nella via di una nuova evoluzione, l'evoluzione spirituale. Il rinnovamento personale, ottenuto attraverso lo *yoga* supe-

riore, è il rinnovamento del *prana*: il rinnovamento dell'anima ottenuto dallo *yoga* superiore, è il rinnovamento della coscienza. Nella vita spirituale, i due tipi di rinnovamento sono importanti. Se è uno di essi è deficiente, il progresso spirituale sarà rallentato.

La via dello *yoga* è piena di alti e bassi. Nella vita di ogni aspirante spirituale, esistono dei periodi di stagnazione quando il fervore della sua devozione diminuisce. Si accorge che ogni progresso è bloccato. Trova poca gioia nella preghiera o nella meditazione. E' assalito dal dubbio. Si sente disperato e sradicato. La ragione di questa stagnazione spirituale può essere descritta in diversi modi.

Per lo *yoga*, la causa principale, è che il centro spirituale è diventato inattivo. E come è stato detto più sopra, è lui che regola il processo del rinnovamento in noi.

Secondo il Vedanta, la personalità è costituita da cinque guaine o *kosha*. Ogni guaina possiede il suo proprio centro di controllo, conosciuto con il nome di *bindu*. Nella vita del mondo, solo le prime tre funzionano completamente.

Il centro di controllo del corpo fisico si situa nel cervello. Quello del *prana*, lo sviluppo vitale, si tiene alla base della colonna vertebrale. Quello del *vijnayama kosa*, la guaina dell'intelletto, è nella buddhi e generalmente percepito nella regione del cuore. E' questo il centro spirituale. La vera vita spirituale inizia solo quando questo centro diventa attivo.

I centri di controllo inferiori sono sotto l'autorità dei centri di controllo superiori. Quando il centro spirituale diventa attivo, inizia ad esercitare un controllo sui centri inferiori. Se questo controllo di sorveglianza è perduto e meglio se il centro spirituale stesso diventa inattivo, il rinnovamento dell'anima diventa difettoso.

E' la principale causa di stagnazione nella vita spirituale. Uno dei principali compiti della vita spirituale è di mantenere questo centro spirituale sempre aperto e attivo. E per questo, un'intensa aspirazione è necessaria.

Un'altra causa della stagnazione spirituale è il disequilibrio provocato nel corpo e nella mente, causato da cattivi modi di vivere e di pensare. Attraverso l'introspezione, è generalmente possibile di rivelare i fattori disturbanti. Ma, spesso, qualche forte emozione o qualche forte

desiderio vengono repressi ed agiscono nelle oscure profondità dell'inconscio, laddove il mentale cosciente è incapace di trattare con essi.

La terza causa di stagnazione spirituale è questa: come il fuoco si spegne quando si getta del legno umido sopra, così ugualmente, l'aspirazione spirituale muore quando il mentale è invaso da pensieri ed idee senza interesse negative. L'uomo moderno è senza sosta sollecitato da ogni sorta di idee senza interesse, da informazioni prodotte da persone, giornali, televisioni, radio e libri. Un mentale stimolato ad oltranza dall'eccitazione e le distrazioni perde il suo vigore e la sua creatività. Diventa pesante ed immobile. Il centro spirituale è allora incapace di attivarlo.

Una quarta causa è un senso costante di colpa che scurisce l'anima ed ostruisce il centro spirituale. Condannarsi come se fossimo peccatori senza valore, inibisce l'aspirazione spirituale. E' realmente una forma di scappatoia, un tentativo per evitare la responsabilità di mantenere costante il rinnovamento personale del corpo, del mentale e dello spirito.

Infine, vi è una quinta causa. Qualche aspirante spirituale troppo zelante prova ad intensificare la propria preghiera e meditazione al di là della sua capacità. Trascura il cibo, il sonno, l'esercizio e gli altri bisogni fondamentali del corpo. Ne risulta uno sfinimento delle energie mentali e l'aspirante si ritrova senza alcuna iniziativa spirituale.

Tutte queste cause di stagnazione spirituale non sono che i sintomi di una rottura nel processo di rinnovamento di se. Ciò può essere corretto da una pratica assidua di *yoga* inferiore di cui abbiamo parlato prima.. La compagnia di uomini santi e l'aiuto di un istruttore esperto sono di grande aiuto per attraversare tali periodi difficili.

Tutto nell'universo è cambiamento. Tutto, eccetto l'Atman, l'Anima universale autentica. Il nostro "io", *ego* o essere inferiore, non è che un riflesso dell'Anima universale nel mentale. E come il mentale stesso è cambiamento e si sviluppa, *l'ego* non è un'entità permanente. L' *ego* dell'infanzia, dell'adolescenza, dell'età adulta e della vecchiaia sono diversi l'uno dall'altro. In misura in cui cresciamo, il nostro *ego* evolve. Il nostro passato è cosparso degli *ego* che abbiamo altre volte apprezzato ed amato, per i quali abbiamo lottato e sofferto. La religione

ci insegna come dissociare l' *ego* impuro ed immaturo e costruire un nuovo e raggiante *ego* divino, un *ego* maturo, l'Anima universale.

Per il Vedānta, la soppressione degli errori si compie per semplice unione della coscienza individuale e coscienza universale. Ci sono diversi modi di compierla. Uno è con il culto *samdhya*. All'ora sacra del crepuscolo, il fedele si siede da solo, di fronte al sole, simbolo di Virat, la vita universale. Offre la sua anima impura, tramite un semplice rito, nel corso della coscienza universale che la purifica e l'illumina. Bevendo qualche sorsata d'acqua, egli mormora: “ *Possa il sole (il virat), il mio potere di volontà (Manyu) e le Divinità che presiedono, proteggermi dal commettere volontariamente degli errori. Possa la notte cancellare ogni errore che avrei commesso, la notte precedente con il pensiero, la parola, le mani, i piedi, lo stomaco e tutto il resto. Mi offro, con le impressioni che le mie azioni hanno lasciato in me, come un sacrificio nella luce della coscienza universale rappresentata dal sole, fonte d'immortalità*”.

Questo rituale può sembrare pura immaginazione od autosuggestione. Ma quando è praticato con fede profonda da un aspirante sincero, purifica poco a poco la sua anima. Anche un uomo che vive completamente nel mondo, si accorgerà che ciò lo rende capace di considerare i problemi della giornata con un mentale fresco ed un'augmentata fiducia.

La divinizzazione del se tramite il servizio alle persone bisognose e sofferenti diviene *karma yoga*. I canali che legano il se individuale al cosmo sono ostruiti dall' invidia, l'odio ed altri sentimenti negativi nella maggior parte delle persone. Il *karma yoga* apre un passaggio in questi canali e restaura il contatto con il cosmo. Un vero praticante di *karma yoga* percepisce la vita cosmica circolare liberamente in lui e attraverso di lui. Fa l'esperienza emozionante del rinnovamento di se continuo.

Ogni *yoga* è un mezzo per realizzare il rinnovamento di se. Lo yogi considera la sua propria energia vitale come un fuoco sacrificale e gli offre tutte le sue azioni come sacrificio. Nella forma tantrica di culto conosciuto con il nome di *puja* , il fedele consuma il suo essere inferiore nel fuoco della kundalini tramite un processo chiamato *bhuta-shuddi* e crea una nuova anima divina. Il culto mentale (*manasa puja*) se fatto con fede e concentrazione è altrettanto efficace di un culto esterno per purificare ed elevare il se.

Tuttavia, il miglior modo di elevare il se è la meditazione. Se essa è praticata correttamente, sbatterà l'incosciente intero ed aprirà il suo contenuto nel cosciente. E, a tempo debito, infrangerà ed aprirà le porte della coscienza e più tardi, unirà la coscienza individuale alla coscienza universale superiore tutta intera.

Quando ci sistemiamo per meditare, dobbiamo pensare che lo spirito individuale si tuffa nella corrente luminosa di *Sat - Chi - Ananda*, Esistenza - Coscienza - Beatitudine. Se questa coscienza è mantenuta per tutto il corso della giornata, sperimentiamo la gioia e la scoperta dell'elevazione costante della nostra anima verso il cuore della coscienza.

Ogni giorno, il sole si leva su un mondo nuovo, in quanto il mondo si sveglia esso stesso costantemente. Ma, solo l'uomo continua a vagabondare nelle camere oscure del suo passato, attaccandosi alle ombre del suo se precedente.

Questo gli impedisce di partecipare al processo incessante di elevazione che continua nella vita universale. Senza un costante risveglio, la nostra vita diventa stagnante, monotona, senza significato.

Tramite il fuoco della preghiera e dell'adorazione, il fuoco del sacrificio e del servizio, quello dello *yoga* e della meditazione, permettono ad un'anima nuova di svegliarsi ogni giorno, di aprirsi ai ritmi della coscienza cosmica.

VITA DI SWAMI VIVEKANANDA

XXVI - Prima visita in Europa

Da qualche tempo Svāmi Vivekānanda stava pensando ad una visita a Londra. Desiderava gettare il seme del Vedānta nella capitale del potente Impero Britannico. La signorina Henrietta Muller gli aveva rivolto un cordiale invito a venire a Londra, e il signor E.T. Sturdy gli aveva chiesto di fermarsi, lì a casa sua. Anche il signor Leggett lo aveva invitato ad andare a Parigi come suo ospite.

Il signor Francis H. Leggett, di cui lo Svāmi aveva già goduto dell'ospitalità a Percy, era un ricco uomo d'affari di New York. Lui e due signore di sua conoscenza, la signora Sturges e la signorina Josephine MacLeod (che erano sorelle), avevano partecipato alle conferenze di Svāmi Vivekānanda a New York durante l'inverno precedente. Erano tutti impressionati dalla sua personalità e dal suo messaggio, e il signor Leggett osservò, un giorno, che il monaco era un uomo di "grande senso pratico." Un'intima relazione si sviluppò gradualmente tra lo Svāmi, le due sorelle e il signor Leggett. La signora Sturges, che era una vedova, e il signor Leggett si fidanzarono e annunciarono il loro fidanzamento al campo estivo a Percy. Decisero di sposarsi a Parigi e il signor Leggett invitò lo Svāmi ad essere un testimone alla cerimonia.

Quest'invito, venendo nello stesso periodo di quelli della signorina Muller e del signor Sturdy, sembrò a Vivekānanda, come scrisse in una lettera, una "chiamata divina." I suoi amici di New York pensarono che un viaggio per mare sarebbe stato benefico per il suo corpo e la sua mente, molto stanchi. In questo periodo lo Svāmi cominciò a sentire una premonizione della sua fine che si avvicinava. Un giorno disse, "Il

mio tempo si è compiuto.” Ma la consapevolezza della missione ancora incompiuta gli faceva dimenticare il corpo.

Lo Svāmi e il signor Leggett partirono da New York verso la metà dell’agosto 1895, raggiungendo Parigi alla fine del mese. La città francese con i suoi musei, chiese, cattedrali, palazzi e gallerie d’arte gli rimase impressa come il centro della cultura europea; fu presentato ad alcuni intellettuali francesi.

Quando Vivekānanda arrivò a Londra, fu accolto con entusiasmo dalla signorina Muller, che lo aveva già incontrato in America, e dal signor Sturdy, che aveva studiato il sanscrito e aveva praticato l’ascetismo fino a un certo grado sull’Himalaya. La mente dello Svāmi, come si può immaginare, era piena di pensieri tumultuosi quando arrivò nella grande città. Era ansioso di provare la sua abilità come interprete della cultura spirituale dell’India in ogni cittadella delle nazioni di lingua inglese. Sapeva anche che apparteneva ad una razza soggiogata, che era stata sotto il dominio imperialistico dell’Inghilterra negli ultimi centocinquant’anni. Lui attribuiva la sofferenza dell’India, almeno in parte, a questo dominio straniero. Non era inconsapevole dell’arroganza della classe dominante inglese in India, secondo cui l’India era una nazione arretrata immersa nella superstizione. Avrebbero gli inglesi ascoltato con pazienza la religione e la filosofia dei suoi antenati, delle quali lui era così orgoglioso? Non avrebbero piuttosto pensato che niente di buono poteva venire “al di fuori di Nazaret”? Non entrò, come sappiamo dalla sua stessa confessione, sul suolo inglese con sensazioni rassicuranti. Ma adesso descriveremo come si sentì quando lasciò l’Inghilterra dopo la sua breve visita.

Dopo pochi giorni di riposo, lo Svāmi Vivekānanda ricominciò con calma il suo lavoro. Attraverso gli amici fu gradualmente introdotto presso le persone più propense ad interessarsi al suo modo di pensare; dedicò anche parte del suo tempo a visitare luoghi d’interesse storico.

In tre settimane dal suo arrivo era già impegnato in un’attività intensa. Iniziò un corso e ben presto la sala fu inadeguata per far accomodare gli studenti. I giornali lo intervistavano e lo chiamavano “lo *yogi* indù”.

Lady Isabel Margesson e parecchi altri membri della nobiltà vennero attratti dagli insegnamenti dello Svāmi. La sua prima conferenza pubblica fu seguita da molte persone colte e intellettuali; alcuni dei princi-

pali giornali ne furono entusiasti. Lo *Standard* paragonò la sua statura morale a quella di Rammohan Roy e Keshab Chandra Sen. Il *London Daily Chronicle* scrisse che ricordava alla gente il Buddha. Anche i capi delle chiese mostrarono il loro caldo apprezzamento.

Ma il più grande conquista di Svāmi Vivekānanda a Londra fu la signorina Margaret E. Noble, che in seguito divenne sua discepola, consacrando la sua vita all'educazione delle donne in India. Lei sposò inoltre la causa della libertà politica dell'India e ispirò molti dei suoi leader con le sue parole e i suoi scritti.

Margaret Noble, quarta figlia di Samuel Noble, nacque nell'Irlanda del Nord nel 1867. Sia suo nonno che suo padre erano ministri protestanti nella chiesa Wesleyana e presero parte nell'agitazione politica per la libertà dell'Irlanda. Sua nonna e suo padre le insegnarono la Bibbia.

Suo padre, che morì all'età di trentaquattro anni, ebbe una premonizione sulla futura chiamata di sua figlia. Una delle ultime cose che sussurrò a sua moglie fu riguardo a Margaret: «Quando Dio la chiamerà», disse, «lasciala andare. Distenderà le sue ali. Farà grandi cose».

Dopo aver finito l'educazione al liceo, Margaret prese il posto di un'insegnante a Keswick, nel Distretto inglese dei Laghi, dove i contatti con l'Alta Chiesa stimolarono le sue emozioni religiose. Quindi insegnò in un orfanotrofio a Rugby, dove condivideva il lavoro manuale degli allievi. A ventun anni, fu nominata direttrice della scuola secondaria a Wrexham, un grande centro minerario, e partecipò alle attività benefiche della città, visitando le famiglie nelle baracche e assistendo orfani e animali randagi. Quindi andò a Chester e insegnò ad una classe di ragazze di diciotto anni. Qui fece studi approfonditi sui sistemi di educazione di Pestalozzi e Froebel. E alla fine, andò a Londra, dove, nell'autunno del 1895, aprì la sua scuola, la Ruskin School, a Wimbledon.

La metropoli dell'impero britannico le offrì grandi opportunità per la realizzazione dei suoi molti desideri latenti: politici, educativi e letterari. Qui si unì al gruppo "Irlanda Libera", che lavorava per l'autogoverno dell'Irlanda. Fu anche ricevuta cordialmente nel salotto esclusivo di Lady Ripon, dove si discuteva regolarmente di arte e letteratura. Questo salotto si sviluppò in seguito nel Sesame Club, con stanze in Dover Street, dove Bernard Shaw, T.H. Huxley e altri uomini di letteratura e

scienza discutevano di molti argomenti intellettuali. Margaret Noble divenne la segretaria del club, e tenne una conferenza su “La Psicologia del Bambino” e “I Diritti delle Donne”. Così, ancor prima di incontrare Svāmi Vivekānanda, stava inconsciamente preparando il terreno per le sue future attività in India.

In questo periodo Margaret soffrì di un duro colpo. Era profondamente innamorata di un uomo e avevano già deciso la data del matrimonio. Ma un'altra donna improvvisamente glielo portò via. Pochi anni prima, un altro giovane uomo, con cui lei stava per impegnarsi, era morto di tubercolosi. Quest'esperienza la scosse profondamente, e lei cominciò a interessarsi di più nella religione. Era appassionata della semplice preghiera di Thomas à Kempis: «Sia ciò che Tu vuoi sia fatto».

Un giorno il suo insegnante d'arte, Ebenezer Cook, le disse: «Lady Isabel Margesson sta invitando alcuni amici a casa sua per ascoltare uno Svāmi indù. Vuoi venire?». Svāmi Vivekānanda era già stato un tema di discussione fra alcuni membri del Sesame Club, dato che E. Sturdy e la signorina Henrietta Muller avevano parlato del suo straordinario successo in America come predicatore e oratore.

Margaret Noble incontrò Svāmi Vivekānanda una domenica sera nel salotto di Lady Isabel Margesson, situato nell'elegante quartiere di Londra. Doveva parlare a un gruppo di persone sul pensiero indù. Margaret fu una degli ultimi ad arrivare. Quindici persone sedevano nella sala in assoluto silenzio. Lei si sentì nervosa come se tutti gli occhi fossero puntati su di lei, e prese la prima sedia disponibile, raccogliendo la gonna per sedere senza fare alcun rumore. Lo Svāmi le sedeva di fronte. Un fuoco di carbone bruciava nel focolare dietro di lui. Lei notò che lo Svāmi era alto e robusto e possedeva un'aria di profonda serenità. L'effetto della sua lunga pratica di meditazione era visibile nella gentilezza ed elevatezza del suo aspetto, che, come lei scrisse in seguito, “Raffaello aveva dipinto per noi in passato.”

Lo Svāmi guardò verso Lady Isabel appena lei disse: «Svāmiji, tutti i nostri amici sono qui». Lui cantò alcuni versi sanscriti. Margaret rimase impressionata dalla sua voce melodiosa. Sentì lo Svāmi dire, tra le altre cose: «Tutta la nostra lotta è per la libertà. Noi non cerchiamo né la felicità né l'infelicità, bensì la libertà, solo la libertà».

All'inizio fu difficile per Margaret accettare le idee di Svāmi Vivekānanda. Ma prima che lui lasciasse Londra, lei aveva già cominciato a chiamarlo "Maestro".

Ricordando questi primi incontri a Londra e la decisiva influenza sulla sua vita, Sorella Nivedita (il nome che Margaret avrebbe preso in seguito), scrisse nel 1904 ad un amico: «Supponi che lui quella volta non fosse venuto a Londra! La mia vita sarebbe stata allora un sogno senza scopo, perché ho sempre saputo che stavo aspettando qualcosa. Ho sempre detto che sarebbe venuta una chiamata. Ed essa venne. Ma se avessi conosciuto di più della vita, mi chiedo se, quando fosse venuto il momento, lo avrei riconosciuto. Per fortuna, ne conoscevo poco e mi fu risparmiata tale tortura... Ho sempre avuto questa voce ardente dentro, ma niente da pronunciare. Quante volte mi sedevo, con la penna in mano, per parlare, e non c'erano parole! E adesso non c'è fine ad esse! Io sono tanto giusta per il mio mondo, quanto il mio mondo ha bisogno di me, e mi aspetta, pronto. La freccia ha trovato il suo posto nell'arco. Ma se lui non fosse venuto! Se lui avesse meditato sulle cime dell'Himalaya! Io, quanto a me, non sarei mai stata qui».

Svāmi Vivekānanda e il signor Sturdy cominciarono presto una traduzione inglese degli aforismi *bhakti* di Narada. Questa volta allo Svāmi venne l'idea che una religione non poteva avere una presa permanente sulle persone senza organizzazione e rituali. Un semplice sistema di filosofia, comprese, avrebbe presto perduto il suo fascino. Egli vedeva il bisogno, perciò, di formulare rituali, sulle basi delle verità delle Upanishad, che sarebbero servite dalla nascita alla morte di una persona, rituali che lo avrebbero preparato per la realizzazione ultima dell'Assoluto sovramentale.

La sua permanenza in Inghilterra fu molto breve, ma lo rese capace di apprezzare il carattere inglese con grande accuratezza. Scrisse a un devoto il 18 novembre 1895: «In Inghilterra il mio lavoro è davvero splendido. Ne sono sorpreso io stesso. Gli inglesi non parlano molto sui giornali, ma lavorano in silenzio. Sono sicuro di aver fatto più lavoro in Inghilterra che in America».

E in un'altra lettera, scritta il 13 novembre, a un fratello discepolo in India, disse: «Qualsiasi impresa in questa nazione ha bisogno di un po' di tempo per partire. Ma una volta che John Bull ha messo le mani

su qualcosa, non la lascia più andare. Gli americani sono rapidi, ma abbastanza simili a un fuoco di paglia, pronto ad estinguersi».

Lo Svāmi riceveva le lettere dai devoti americani che gli chiedevano di tornare; una ricca signora di Boston gli promise di supportare il suo lavoro a New York per tutto l'inverno. Prima di lasciare l'Inghilterra, comunque, lui dispose che il signor Sturdy dovesse condurre i corsi a Londra fino all'arrivo di un nuovo Svāmi dall'India, sulla necessità del quale stava scrivendo costantemente ai suoi fratelli discepoli al monastero di Baranagore.

(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 Italia, dono a cura di Luca Bazzoni.

Vidyā Bhārata

L'Associazione Vidyā Bhārata, l'Associazione Italiana Rāmana Mahārṣi e il Rāmakṛṣṇa 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 Rāmaṇa 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 Rāmaṇa, 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 Rāmana Mahārṣi, è completata da un glossario sanscrito e dall'appendice di Svāmi Siddhe@varānanda del Rāmakṛṣṇa Maṭh.

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 *upaniṣadico*; 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.

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, Sādhū 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

Per ricevere le riviste:

advaita_vedanta-subscribe@yahoogroups.com

vidya_bharata-subscribe@yahoogroups.com

Per disiscriversi:

advaita_vedanta-unsubscribe@yahoogroups.com

vidya_bharata-unsubscribe@yahoogroups.com



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