

VEDĀNTA

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

Raphael

Sommario

- Visione integrale attraverso gli *yoga*
- *Vijñāna*
- *Śravaṇa*
- Vita di Vivekananda XXIX 1/2

Anno 15 - N° 33 - Marzo 2016



Una visione integrale attraverso gli *Yoga*

Swami Veetamohananda

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 sfinite, anche senza avere compiuto 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 extrasensoriali, 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 sé 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.

È 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 conscientemente 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, conscientemente, 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* superiore, 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 *ko-sha*. 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.

È 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 raggianti *ego* divino, un *ego* maturo, l'Anima universale.

Per il Vedanta, 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' aumentata fiducia.

La divinizzazione del sé 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 sé è la meditazione. Se praticata correttamente, scuoterà l' intero incoscio ed aprirà il suo contenuto nel cosciente. A tempo debito, infrangerà ed aprirà le porte della coscienza e più tardi, unirà la coscienza individuale all' intera coscienza universale superiore.

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. Solo l' uomo continua a vagare 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.

Traduzione a cura di Maurizio Redegoso Kharitian

Vijñāna

Rāmaṇa Mahārṣi

Il termine *vijñāna* (conoscenza chiara) è utilizzato per designare la realizzazione del Sé e anche la conoscenza degli oggetti. Il Sé è saggezza. Esso funziona in due maniere differenti; quando si associa all'ego, la conoscenza è oggettiva (*vijñāna*); quando si dissocia dall'ego ed è realizzato il Sé universale, la si chiama ugualmente *vijñāna*. Questo termine implica un concetto mentale. È per questo che si dice che il saggio realizzato *sa* attraverso il suo mentale, ma che questo mentale è puro. Il mentale puro è esso stesso *Brahman*; ne consegue che *Brahman* non è altro che il mentale del saggio.

La *Muṇḍaka Upaniṣad* dice: “Il Conoscitore del *Brahman* diviene il Sé del *Brahman*”. Questa asserzione non è ridicola? ConoscerLo *e* divenire Lui? Sono soltanto parole. Il saggio è il *Brahman*, è tutto. Per comunicare la sua esperienza è costretto a far ricorso ad una attività mentale. Si dice allora di lui che contempla l'espansione infinita. Si dice anche del Creatore, di Suka e di altri che non emerge mai da questa contemplazione.

Una simile “contemplazione” è anch'essa una semplice parola. Come può qualcosa essere contemplato se non c'è divisione fra il contemplatore e il contemplato? Quando questi due elementi permangono indivisi, come è possibile la contemplazione? Quale funzione può assolvere dunque l'infinità? Si dice di un fiume che, una volta gettatosi nell'oceano, è diventato un fiume oceanico? Perché parlare allora di una contemplazione che sarebbe senza divisione, la contemplazione (cioè) di un ininterrotto

infinito? Occorre comprendere questa affermazione nello spirito in cui è stata detta. Essa significa, semplicemente, il riassorbimento nell'infinito.

Illuminazione del Sé e realizzazione del Sé sono termini sinonimici.

Il Sé è eternamente risplendente. Dunque, che significa questa illuminazione dell'io? Questa espressione è l'ammissione implicita dell'intervento della funzione mentale. Gli Dei e i saggi fanno continua esperienza dell'infinito, senza che la loro visione sia oscurata in nessun momento. Sono coloro che vedono gli Dei e i saggi che immaginano funzionante il loro mentale. In effetti, non è per niente così. Questa supposizione proviene semplicemente dall'esistenza del senso dell'ego presso coloro che fanno simili ipotesi. Non ci può essere funzione mentale in assenza del senso dell'individualità. Le due cose coesistono. L'una non può esistere senza l'altro.

L'esperienza della luce del Sé può essere provata solo nel rivestimento intellettuale. È questa la ragione per cui *vijñāna*, di qualunque natura sia (vale a dire: di un oggetto o del Sé) dipende dal fatto che il Sé è pura Conoscenza.

Tratto da Talks, edizione francese, traduzione a cura di Bua.

Śravaṇa

TMP Mahadevan

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

Tratto da Yoga: i suoi vari aspetti, Ramakrishna Math, Chennai

VITA DI SWAMI VIVEKANANDA

XXIX - In giro per l'Europa 1/2

Lo Svāmi era esausto del duro lavoro in Inghilterra. Tre dei suoi intimi discepoli, i Sevier ed Henrietta Muller, proposero un giro di vacanza sul continente. Lui “fu felice come un bambino” a questa prospettiva. «Oh! Desidero vedere le nevi ed errare sulle strade di montagna» disse, ricordando i viaggi sull'Himalaya.

Il 31 luglio 1896, lo Svāmi, in compagnia dei tre amici, partì per la Svizzera. Visitarono Ginevra, Mer-de-Glace, Montreaux, Chillon, Chamonix, il San Bernardo, Lucerna, il Rigi, Zermatt e Schaffhausen. Lo Svāmi era molto rallegrato dalle passeggiate sulle Alpi. Voleva scalare il Monte Bianco, ma rinunciò all'idea quando gli spiegarono la difficoltà dell'ascesa. Trovò che la vita del contadino svizzero e le sue maniere e abitudini assomigliavano a quelle della gente che dimorava nell'Himalaya.

In un piccolo villaggio ai piedi delle Alpi fra il Monte Bianco e il Piccolo San Bernardo, concepì l'idea di fondare un monastero sull'Himalaya e lo disse ai suoi compagni: «Oh, quanto desidero un monastero sull'Himalaya, dove mi possa ritirare dai lavori della vita e passare il resto dei miei giorni in meditazione. Sarà un centro per il lavoro e la meditazione, dove i miei discepoli indiani e occidentali possano vivere insieme, e io addestrarli come lavoratori. I primi andranno in giro come predicatori del Vedānta in Occidente, e i secondi dedicheranno le loro vite al bene dell'India».

Il signor Sevier, parlando per se stesso e sua moglie, disse: «Sarebbe bello, Svāmi, se si potesse fare. Dobbiamo avere un simile monastero».

Il sogno fu soddisfatto attraverso l'Advaita Āśrama a Mayavati, che ha una magnifica vista sulle eterne nevi dell'Himalaya. Sulle Alpi lo Svāmi ebbe alcuni dei più lucidi e luminosi momenti della vita spirituale. A volte camminava da solo, assortito nei pensieri, e i discepoli si tenevano intelligentemente ad una certa distanza. Uno dei discepoli racconta: «Sembrava che ci fosse una grande luce intorno a lui, e una grande calma e pace. Non ho mai visto lo Svāmi a un tale livello. Sembrava comunicare spiritualità con uno sguardo o un tocco. Si poteva quasi leggere nei suoi pensieri, che erano del genere più elevato, tanto la sua personalità era trasformata».

Mentre ancora viaggiavano per le Alpi, lo Svāmi ricevette una lettera dal famoso orientista, Paul Deussen, Professore di Filosofia all'Università di Kiel, che lo invitava a fargli visita. Lo Svāmi accettò l'invito e cambiò il suo itinerario, arrivando a Kiel dopo aver visitato Heidelberg, Coblenza, Colonia, e Berlino. Rimase molto impressionato dal potere materiale e dalla grande cultura della Germania.

Il Professor Deussen conosceva bene il sanscrito, ed era forse l'unico studioso in Europa che lo poteva parlare correntemente. Discepolo di Schopenhauer e seguace di Kant, Deussen poteva apprezzare con facilità gli alti voli della filosofia di Śāṅkarācārya. Credeva che il sistema del *Vedānta*, fondato sulle *Upaniṣad* e il *Vedāntasūtra*, fosse una delle «più maestose strutture e importanti prodotti del genio dell'uomo nella sua ricerca per la Verità, e che la più alta e più pura moralità fosse la diretta conseguenza del *Vedānta*».

Lo Svāmi e i Sevier furono ricevuti cordialmente dall'erudito tedesco. Nel corso della conversazione, Deussen disse che si stava fondando un movimento che ritornasse alla fonte della spiritualità, un movimento che probabilmente avrebbe reso, nel futuro, l'India una guida spirituale tra le nazioni, la più alta e più grande influenza spirituale sulla terra. Egli trovò anche nello Svāmi una viva dimostrazione di concentrazione e controllo della mente. In un'occasione lo vide voltare le pagine di un'opera poetica e non ricevette alcuna risposta ad una domanda. Dopo di che, lo Svāmi si scusò, dicendo che era stato tanto assortito nel libro che non aveva sentito il professore. Quindi ripeté i versi del libro. La conversazione presto si volse verso il potere della concentrazione come sviluppata nella filosofia

Yoga. Uno degli scopi degli incontri di Deussen con lo Svāmi, si dice, era il desiderio di quest'ultimo di imparare i segreti dei poteri *Yoga*.

Deussen mostrò allo Svāmi la città di Kiel. Quindi lo Svāmi decise di partire subito per l'Inghilterra, sebbene il professore insistesse per farlo fermare a Kiel alcuni giorni in più. Dal momento che non era possibile, Deussen si unì agli altri ad Amburgo e viaggiò insieme a loro in Olanda. Dopo aver passato tre giorni ad Amsterdam arrivarono a Londra, e per due settimane Deussen si incontrò con lo Svāmi ogni giorno. Lo Svāmi visitò ancora Max Muller ad Oxford.

Svāmi Vivekānanda trascorse altre due settimane in Inghilterra, tenendo conferenze e vedendo persone importanti di quel periodo, come Edward Carpenter, Fredrick Myers, Canon Wilberforce, e Moncure D. Conway. Le conferenze più importanti che diede in questo periodo erano quelle sulla *māyā*, dei cui aspetti parlò in tre occasioni. Si dice che alcuni membri della famiglia reale partecipassero a queste conferenze in incognito. Creava un'atmosfera così intensa durante questi colloqui che l'intero uditorio veniva trasportato in un regno di coscienza estatica, e a volte scoppiava in lacrime. Queste conferenze furono le più dotte ed eloquenti tra i suoi discorsi sul *Vedānta* non-duale.

Svāmi Abhedananda arrivò dall'India, e Vivekānanda fu immensamente contento di avere il fratello condiscipolo ad assisterlo nel suo lavoro. Il primo discorso di Abhedananda ad un club a Bloomsbury Square, il 27 Ottobre, fu molto apprezzato da tutti, e lo Svāmi disse del fratello spirituale: «Anche se dovessi morire su questo piano, il mio messaggio risuonerà attraverso queste care labbra, e il mondo lo ascolterà». Il resoconto della continua popolarità di Svāmi Saradananda, che nel frattempo era andato a New York, lo rese ugualmente felice.

Malgrado lo slancio nel lavoro in Europa, Svāmi Vivekānanda mantenne i contatti con l'America, avendo un interesse personale nello sviluppo spirituale dei suoi studenti. Abbiamo già parlato in precedenza dell'affezionata relazione dello Svāmi con la famiglia Hale di Chicago, soprattutto con le quattro ragazze non sposate. Venendo a sapere del futuro matrimonio di Harriet, le scrisse il 17 settembre 1896: «Il matrimonio è il fine più alto per il novantanove per cento della razza umana, e loro

saranno felici tanto quanto avranno imparato e saranno disposti a vivere nell'eterna lezione... che noi siamo obbligati ad avere pazienza e che la vita di ognuno deve essere un compromesso». Mandò alla ragazza la sua benedizione con queste parole: «Possa tu sempre godere del pieno amore di tuo marito, aiutandolo ad ottenere tutto quello che è desiderabile nella vita, e quando avrai visto i figli dei tuoi figli, e il dramma della vita sarà vicino alla fine, possiate aiutarvi a vicenda nel raggiungere quell'infinito oceano di Esistenza, Conoscenza e Beatitudine al tocco delle cui acque tutte le distinzioni si fondono e noi diventiamo Uno».

Invece Mary Hale non riusciva a decidersi tra il matrimonio e una vita di celibato. Lei era piena di idealismo e spirito d'indipendenza, tuttavia era appassionata nei suoi affetti. Svāmi Vivekānanda era particolarmente affettuoso con Mary. Il giorno che scrisse ad Harriet scrisse anche a Mary congratulandosi con Harriet per la sua discriminazione, e profetizzandole una vita di gioia e felicità, dal momento che lei «non era così fantasiosa e sentimentale da rendersi sciocca e aveva abbastanza senso pratico e gentilezza da addolcire i punti difficili della vita che devono venire per tutti». Ma lui voleva dire a Mary «la verità, e il mio linguaggio è chiaro».

Scrisse: «Mia cara Mary, ti dirò una grande lezione che ho imparato in questa vita. È questa: "Più alto è il tuo ideale, più infelice sei". Perché una cosa come un ideale *non può* essere ottenuta *nel mondo*, o anche in questa vita. Chi vuole la perfezione nel mondo è un folle, perché non ci può essere. Come puoi trovare l'infinito nel finito?

«Tu, Mary, sei come un'araba appassionata... grande, splendida. Tu saresti una splendida regina - fisicamente, mentalmente - tu brilleresti al fianco di un audace, coraggioso, avventuroso, eroico marito. Ma, mia cara sorella, saresti una delle peggiori mogli; svuoteresti di vita uno dei nostri indolenti, pratici, arrancanti mariti dei giorni nostri. Ricorda, sorella mia, per quanto è vero che c'è più avventura nella vita vissuta che in qualsiasi libro, tuttavia è poca e lontana. Perciò il mio consiglio è che fino a che non abbasserai i tuoi ideali a un livello più pratico non ti dovresti sposare. Se lo fai, il risultato sarà l'infelicità per entrambi. In pochi mesi perderai ogni considerazione per un comune, buono, bravo ragazzo, e quindi la vita ti diventerà insipida...

«Ci sono due tipi di individui nel mondo: uno con forte energia, quieto, sottomesso alla natura, che non concede molto all'immaginazione, eppure buono, gentile, dolce, eccetera. Il mondo è per queste persone, solo loro sono nate per essere tranquille. Ci sono altri, invece, con fortissima energia, grande immaginazione e intensi sentimenti che vanno sempre in alto e il momento dopo cadono giù. Per essi non c'è felicità. Il primo tipo avrà quasi sempre un costante livello di felicità. Il secondo vagherà tra felicità e miseria. Ma solo da quest'ultimo tipo provengono quelli che noi chiamiamo geni. C'è una qualche verità nella recente teoria che il genio è "una specie di follia".

«Persone di questo genere, se vogliono essere grandi, devono combattere per essere tali, sgombrare il ponte per la battaglia. Nessun impedimento, nessun matrimonio, niente bambini, nessun attaccamento indebito a niente eccetto che a un'idea, e vivere e morire per essa. Io sono una persona di questo tipo. Ho preso l'idea del *Vedānta*, e ho "sgombrato il ponte per l'azione". Tu e Isabel siete fatte di questa pasta, ma lasciate che vi dica, sebbene sia difficile, voi *state buttando via le vostre vite per niente*. O raccogliete un'idea, sgombrate il ponte e ci dedicate la vita, o altrimenti siate contente e pratiche, abbassate l'ideale, sposatevi e abbiate una *vita felice*, o "*bogha*" o "*yoga*", o godere di questa vita o rinunciarci ed essere uno *yogi*. *Nessuno può avere insieme entrambe le cose*. Adesso o mai più, scegliete in fretta. "Chi troppo vuole nulla stringe", dice il proverbio. Adesso, sinceramente, realmente, e per sempre decidi di "sgombrare il ponte per la lotta, raccogli qualsiasi cosa, filosofia o scienza o religione o letteratura e fai che sia il tuo Dio per il resto della tua vita. Raggiungi la felicità o raggiungi la grandezza. Io non ho comprensione per te e Isabel, voi non siete né questo né quello. Io vorrei vedervi felici, come lo è Harriet, o grandi. Mangiare, bere, vestirsi e le stupidaggini della società non sono cose per cui valga la pena di spendere la vita, soprattutto per te, Mary. Tu stai facendo arrugginire la tua splendida intelligenza e capacità, per cui non c'è la minima scusa. Devi avere l'ambizione di essere grande. So che prenderai nel giusto modo queste severe osservazioni da parte mia, sapendo che ti voglio bene tanto o più di quanto ti dico, sorella mia. Da tempo volevo dirti questo e poiché l'esperienza sta maturando mi sento

di dirtelo. Le belle notizie da Harriet mi hanno spinto a dirti questo. Sarei felicissimo di sentire che anche tu sei sposata, e felice quanto può esserci qui la felicità, o mi piacerebbe sentire che stai facendo grandi cose.

Mary Hale in seguito sposò un gentiluomo di Firenze e divenne nota come la Signora Matteini.

(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, 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 Rāmaṇa Mahārṣi, è completata da un glossario sanscrito e dall'appendice di Svāmi Siddheśvarānanda 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, 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 G.V. Subbaramayya

Continuano i ritratti di Rāmaṇa Mahārṣi. Questo libro riporta la testimonianza di 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.

11) *Rāmaṇa Mahārṣi - Ricordi Vol. III* di Kunjuswami

Queste pagine narrano il primo Rāmaṇa, con i *sādhu* di Aruṇācala che gli vivevano accanto. Il suo attendente ci mostra l'ampiezza del cuore del Mahārṣi, capace di assecondare insieme devozione e non dualità; egli narra aspetti inediti della sua vita, dell'atmosfera dei primi tempi e di come nacque il Rāmaṇāśram.

VEDĀNTA & QUADERNI ADVAITA

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