



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 Quadermi: advaita_vedanta-subscribe@yahoogroups.com
Per ricevere Vedanta: vidya_bharata-subscribe@yahoogroups.com

www.vidya.org

VEDĀNTA

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

Raphael

Sommario

- *Yoga e Vedānta*
- Dialogo sulla meditazione
- Vita di Vivekananda XXX 2/2

Anno 15 - N° 34 - Maggio 2016



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 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 durissimo 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 *sādhū* 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

Vidyā Bhārata

L'Associazione Vidyā Bhārata, l'Associazione Italiana Rāmana Mahārṣi e il Rāmākṛṣṇa Mission, anche attraverso le Edizioni I Pitagorici, promuovono la disponibilità di opere appartenenti alla Tradizione unica universale, attraverso libri, periodici, siti web, incontri, conferenze e seminari. I libri sono acquistabili sul sito web delle Edizioni I Pitagorici. Pitagora viene considerato colui che, per primo, ha coniato il termine *filosofo*, per indicare colui che reputa come sommo bene la ricerca del Vero, attraverso la conoscenza. I Pitagorici furono gli antesignani della Tradizione unica che, poi, ritroveremo in Occidente e in Oriente, come scienza “sacra”, che conduce alla Verità in sé. Una Tradizione che, non tralasciando le scienze del fenomenico, è anche una scienza dello spirito, ossia metafisica.

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

-

COLLEZIONE VIDYĀ BHĀRATA

1) *Il Vangelo di 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 Rāmākṛṣṇa Math.

2) *Satyā 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 *upanīṣadico*; 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.

Yoga e Vedānta

Śvāmi Ritajānanda

Si dirà, forse, che del *Vedānta* si è già tanto parlato che l'argomento è ormai esaurito, ma questo non è affatto vero. Infatti il *Vedānta* per ognuno di noi, è un soggetto sempre nuovo, un soggetto che ci sforziamo di comprendere sempre meglio. D'altra parte, non è possibile approfondirlo con letture erudite, le quali si limitano a darci nozioni concettuali, ma si tratta di superarle poiché le parole non bastano ad esprimere ciò che il *Vedānta* è. Grandi filosofi ci hanno lasciato opere splendide che ci fanno conoscere particolari concezioni allargando il campo dei nostri studi filosofici; molti eruditi conoscono bene queste diverse scuole di pensiero, e tuttavia non sono convinti della verità che esse espongono.

Il problema essenziale sta, dunque, nell'esistenza o meno di una convinzione profonda che non potrà essere soddisfatta con argomentazioni intellettuali. Per convincerci, abbiamo bisogno di un'esperienza interiore personale che sia fuori discussione. Ecco perché la filosofia, in India, non è un soggetto che possa essere appreso con il solo sforzo intellettuale. In sanscrito, la parola *darśana* ha il significato di filosofia, ma con l'accezione di “visione”. In effetti, dobbiamo avere innanzitutto una visione interiore convincente, un'esperienza spirituale personale. Questo dev'essere il punto di partenza.

I sei *darśana* filosofici dell'India cominciano dall'esperienza spirituale dei loro autori. La spiegazione che si dà di questa esperienza fondamentale è la visione filosofica formulata.

Il *Vedānta* si fonda, dunque, sul pensiero dei grandi Saggi delle *Upaniṣad*, ma ciò che troviamo nelle *Upaniṣad* non è tanto un sistema di pensiero organizzato, quanto un insieme di idee e di spiegazioni che riferiscono le esperienze individuali di quei grandi Saggi.

Potreste domandarmi se in tutto questo vi è qualcosa di specificatamente istruttivo per noi, oppure se l'insegnamento delle *Upaniṣad* si rivolge soltanto agli studenti che si dedicano a questo argomento in maniera specifica. È certo che il *Vedānta* ci indica con molta chiarezza qual è lo scopo della nostra vita; ciò concerne tutti noi, ma se non cerchiamo di comprendere qual è questo scopo, il *Vedānta* resterà privo di effettivo interesse. È evidente che dentro di noi c'è sempre un movente che ci fa agire di conseguenza. La vostra venuta qui, il vostro lavoro, gli studi, tutto ha uno scopo. Qual è, dunque, lo scopo che il *Vedānta* ci indica? Cercherò di spiegarvelo.

Durante i miei studi fui colpito da due argomenti che sono rimasti impressi nel mio cuore, due esempi sorprendenti, molto interessanti. Essi riguardano la *Bhagavad Gītā* e l'Insegnamento del Buddha. Nel primo di questi libri troviamo l'Insegnamento che Śrī Kṛṣṇa dà ad Arjuna che non sapeva come agire. Egli si trovava sul campo di battaglia, faccia a faccia con i suoi parenti allineati per il combattimento. Vi erano il nonno Bhīṣma e il suo maestro d'armi Droṇa ed egli doveva colpirli con le sue frecce. «Come posso uccidere i miei parenti», pensava Arjuna, «è meglio che io non combatta». A tutta prima questo pensiero ci sembra molto giusto: anche noi abbiamo sofferto molto a causa di lunghe guerre e non vorremmo più battaglie micidiali.

Nel sentire che Kṛṣṇa consiglia ad Arjuna di lottare con valore, incoraggiandolo al combattimento, molti di voi avranno dubitato della Sua reale grandezza. Ma qui il problema non è quello della guerra in se stessa. Il problema si presenta in una situazione drammatica, ma è lo stesso problema che ci si presenta tutte le volte che non sappiamo come agire. La questione ha per noi una grandissima importanza: abbiamo bisogno di sapere come agire, e di scoprire cosa sia meglio fare e qual è veramente il nostro dovere (*Dharma*). Ci può succedere di avere le idee un po' confuse e anche di non sapere con precisione qual è il movente

aiuto economico e la conoscenza scientifica e tecnologica per ricostruire la salute fisica del suo popolo. Sebbene nel suo ritorno non portasse con lui scienziati americani, e neppure oro e argento, tuttavia aveva lasciato dietro una grande riserva di benevolenza e rispetto per l'India. Era stato il primo ambasciatore spirituale dell'India in America, l'araldo dell'India, che, ricordando la dignità della regale terra da cui era venuto, aveva parlato a suo nome e consegnato il suo messaggio con appropriata dignità.

Il pieno effetto di questo contatto sarebbe stato compreso solo negli anni a venire; ma un inizio poteva essere visto anche adesso. Mezzo secolo dopo la visita di Svāmi Vivekānanda in America, l'India guadagnò la sua libertà dal dominio britannico. Quando ottenne la possibilità di controllare da sola i suoi affari nazionali, l'India mandò migliaia di studenti nel nuovo mondo per acquisire conoscenze avanzate nella fisica e nella tecnologia. Inoltre, oggi vengono spesi soldi americani per migliorare le condizioni materiali delle masse indiane. Così appare che, dopo tutto, Svāmi Vivekānanda non era un visionario, ma ebbe l'intuito di quello che sarebbe accaduto.

Lo Svāmi sentiva che il più immediato compito davanti a lui era lavorare per la rigenerazione dell'India dall'interno della nazione stessa. L'India poteva essere liberata solo dai propri sforzi. Ma lui stava portando dall'Occidente un inestimabile patrimonio per aiutarlo in questo enorme compito: l'Occidente gli aveva dato un'autorità che, in precedenza non aveva nella sua terra natale. Aveva avuto successo nel piantare i semi delle idee spirituali dell'India nel cuore del mondo di lingua inglese, a New York e Londra. Sapeva allora che in un mezzo secolo queste idee si sarebbero diffuse per tutto il mondo occidentale, e ne avrebbero guadagnato il rispetto per la sua madrepatria? Sebbene fosse venuto in America come un donatore, adesso stava, in un certo senso, tornando in India come un dono del Nuovo Mondo.

(continua)

Questa biografia di Svāmi Vivekānanda, a cura di Svāmi Nikhilānanda, è pubblicata in Italia dalle Edizioni Vidyananda. La presente è una traduzione dell'originale inglese, fornita dal Rāmakṛṣṇa Mission Italia, a cura di Luca Bazzoni.

delle nostre azioni; abbiamo bisogno di comprendere qual è il nostro dovere in qualunque situazione.

Questo problema si presenta anche tra figli e genitori. I genitori desiderano dare una buona educazione ai loro figli, sviluppare il loro carattere e un fermo senso del dovere; ma i figli non sempre manifestano le qualità apprezzate dai genitori. Il padre di famiglia è combattuto tra l'amore paterno e ciò che egli ritiene più ragionevole. Che fare? Deve lasciare che il figlio agisca a suo modo oppure esercitare l'autorità nel tentativo di condurlo sulla via che a lui sembra migliore? Bisogna prendere una decisione. Questo non è che un esempio tra mille.

Per quanto riguarda Arjuna sul campo di battaglia, di fronte al nonno e al suo maestro d'armi, è chiaro che non è Arjuna che si è spinto contro Bhīṣma e Droṇa per ucciderli, ma sono Bhīṣma e Droṇa che hanno ingaggiato battaglia contro Arjuna, loro parente. Essi consideravano che il loro dovere, il loro *Dharma*, fosse quello di partecipare a questa guerra fratricida. Era una questione molto sottile e delicata, e comprendiamo come Arjuna, non sapendo più quale fosse il proprio dovere, chiedesse a Śrī Kṛṣṇa di istruirlo.

Consideriamo ora la vita del Buddha. Senza dubbio saprete che il Buddha non ha fatto miracoli, nel senso che generalmente si dà il nome a questa parola, per compiacere coloro che andavano a trovarlo. Un giorno una donna gli chiese di guarire il suo unico bambino che stava per morire. Il Buddha non fece questo miracolo e non so se avrebbe potuto farlo, ma compì un'opera nobile: diede a quella donna la possibilità di comprendere ciò che la sua ragione si rifiutava di ammettere. Per tutta la vita egli fece la stessa cosa con parecchi discepoli, conducendoli alla comprensione e aiutandoli a trovare la verità entro se stessi.

Il Buddha non disse a quella madre affranta: «La morte è un fatto naturale, perché piangi?» Egli non era inumano, ma pieno di compassione. Egli le chiese una cosa molto semplice, una cosa che ella poteva fare: portargli dei semi di mostarda raccolti in una casa che non fosse stata visitata dalla morte. Questa donna andò di casa in casa, ma dappertutto era passata la morte. Ritornò allora dal Buddha, disposto questa volta ad ascoltare il Suo insegnamento avendo compreso il proprio stato di ignoranza e ottenendone la pace e la conoscenza.

Quando, nella vita, ci succede di soffrire, non c'è altro mezzo di guarigione per noi che riconoscere la nostra ignoranza e così arrivare alla conoscenza, chiamata *Jñāna*. Il *Vedānta* comincia qui. Infatti, la conoscenza è il solo mezzo che ci permette di vivere in questo mondo senza sperare nei miracoli.

Ma, mi direte, come potremo sopportare i dispiaceri? A questa domanda Śrī Kṛṣṇa e il Buddha ci hanno dato la stessa risposta.

Sul campo di battaglia Arjuna non voleva uccidere i suoi parenti, allora Śrī Kṛṣṇa cominciò ad istruirlo dicendogli: «Tu parli come un grande saggio, come un uomo che conosce tutte le Scritture... ma allo stesso tempo piangi come un ignorante. Se sei veramente un saggio devi avere la conoscenza e perciò non devi piangere, perché la conoscenza conduce alla comprensione di quanto succede».

Studiando il *Vedānta* noi cerchiamo la via che conduce a questa conoscenza: *Jñāna*. Prima di tutto c'è l'esperienza spirituale, della quale cerchiamo di dare una spiegazione intellettuale. È possibile descriverla? Certamente no, perché l'esperienza è completa in se stessa e inspiegabile: essa non potrebbe essere tradotta in linguaggio corrente. Finché non avrete sperimentato la conoscenza spirituale da voi stessi, tutto ciò che leggerete sarà come un racconto. Spesso avete visto il *Vedānta* sintetizzato in una breve frase. Nell'insegnamento di Śrī Rāmakṛṣṇa si legge: «Che cosa dice il *Vedānta*?». «Brahman è la sola realtà, il mondo è non-reale». Ma potete sostenere che il dolore è anch'esso un'illusione? Voi non potete affermarlo, e così non saprete spiegare il *Vedānta* fintanto che non vedrete la bellezza della conoscenza: *Jñāna*. Fin quando sussisterà in voi la coscienza di essere un individuo separato dagli altri, dovrete accettare la vita in questo mondo così come la vedete, col bene e col male, le opposizioni e i contrari. Non possiamo dire che la vita in questo mondo è un'illusione fino a che noi stessi siamo immersi nel relativo, nel cambiamento e nell'impermanente. Se ci consideriamo appartenenti a questo mondo passeggero, non possiamo chiamarlo un'illusione perché, per il momento, esso ci sembra vero. Se vi vedo, questo è certamente un fatto.

Allora è necessaria una domanda: «Chi sono io?».

Il *Vedānta* dice che fino ad ora non avete compreso chi siete. Avete soltanto un punto di vista che riguarda voi e la vita, e i punti di vista

di questa vasta nazione. La gente era stata travolta da questa prosperità acquistata da poco con l'aiuto di scienza, tecnologia, e ingegnosità umana. Loro gli apparivano spesso ingenui e chiassosi e forse si domandò se questa nuova nazione, *l'enfant terrible*, l'ultima speranza della cultura occidentale e anche la fonte di potenziale timore per il resto del mondo sarebbe stata pari alle aspettative dei suoi Padri Fondatori, e avrebbe agito come il grande amico del mondo, condividendo con tutti le piacevolizze materiali della vita.

L'America gli aveva dato il primo riconoscimento e lui ne era consapevole. In America lui aveva cominciato il lavoro del *Vedānta* in una forma organizzata, e sperava che l'America sarebbe stata il ponte spirituale tra l'Oriente e l'Occidente. Sebbene la sua mente colta e moderata spesso si sentiva a casa fra gli intellettuali di Inghilterra e Germania, eppure il suo cuore era devoto all'America. I monumenti della cultura occidentale senza dubbio lo affascinarono, ma, come scrisse a Mary Hale da Londra, nel maggio 1896: «Amo la terra degli Stati Uniti, mi piace vedere nuove cose. Non m'importa niente di oziare su vecchie rovine e deprimermi su vecchie storie e continuare a sospirare sugli antichi. Ho troppo vigore nel mio sangue per una cosa del genere. In America c'è il posto, la gente, l'opportunità per tutto ciò che esiste di nuovo. Sono diventato terribilmente radicale».

Nella stessa lettera scrisse, anche, che desiderava poter infondere un po' dello spirito americano all'India, in «quella terribile massa di meduse conservatrici e quindi gettare a mare tutte le vecchie associazioni e cominciare una cosa nuova, interamente nuova, - semplice, forte, fresca come il bambino appena nato - gettare tutto il passato a mare e cominciare in modo nuovo».

Svāmi Vivekānanda diede allo stesso modo il suo elogio agli inglesi. Sentiva che in un certo senso il suo lavoro era più soddisfacente in Inghilterra che in America. In Inghilterra aveva trasformato la vita degli individui. Goodwin e Margaret Noble avevano abbracciato la sua causa come fosse la loro, e i Sevier lo accompagnavano in India, abbandonando l'Europa e tutto il loro passato per seguirlo.

Ma cos'era stato del sogno originario di Svāmi Vivekānanda di raccogliere dall'America le risorse materiali per risolvere le sofferenze delle masse indiane e migliorare il loro tenore di vita? Era venuto in America per ottenere, in cambio della ricchezza spirituale dell'India, il necessario

Ma Svāmi Vivekānanda non rifiutò mai di accettare il Cristo storico. Come Kṛṣṇa, anche Cristo era stato rivelato nelle esperienze spirituali di molti santi. Questo, per Vivekānanda, gli dava una realtà che era più reale delle realtà storiche. Mentre viaggiava in Svizzera, lo Svāmi raccolse dei fiori e chiese alla signora Sevier di offrirli ai piedi della Vergine in una piccola cappella tra le montagne, con l'osservazione: «Anche lei è la Madre». Uno dei suoi discepoli, un altro giorno, gli diede un'immagine della Madonna da benedire. Ma lui rifiutò in tutta umiltà, e toccando con devozione i piedi del Bambino disse: «Vorrei aver lavato questi piedi, non con le mie lacrime, con il sangue del mio cuore». Si può ricordare che l'Ordine monastico di Rāmakṛṣṇa a aveva avuto inizio la Vigilia di Natale.

Durante le due settimane di viaggio, Svāmi Vivekānanda ebbe molto tempo per riflettere sulle esperienze dei suoi tre anni nel mondo occidentale. La sua mente era piena di ricordi di dolce amicizia, ferma devozione, e caldo apprezzamento da entrambi i lati dell'Atlantico. Tre anni prima, era venuto in America, sconosciuto e senza un soldo, ed era considerato come una specie di curiosità proveniente dall'affascinante e imperscrutabile Oriente. Adesso stava tornando alla sua terra natia, un eroe e profeta adorato da centinaia e ammirato da migliaia di persone. Guidato dalla mano di Dio era giunto a Chicago. Nel Nuovo Mondo aveva visto la vita al suo meglio e al suo peggio. Qui aveva trovato una società basata sugli ideali di uguaglianza, giustizia, e libertà, dove un uomo, in triste contrasto con l'India, aveva ogni opportunità di sviluppare le sue potenzialità. Qui la gente comune aveva raggiunto un alto tenore di vita e godeva della propria, ben guadagnata prosperità, in un modo inimmaginabile in qualsiasi altra parte del mondo. La mente americana era attenta, curiosa, audace, ricettiva, e dotata di una rara sensibilità etica. Lui vide in America, nei suoi uomini e donne di lettere, ricchezza, e posizione, scintille di spiritualità che si erano accese al tocco delle sue magiche parole. Era impressionato di vedere la generosa fiducia e ricchezza di cuore manifestata attraverso i puri e candidi spiriti che si erano dati a lui, una volta che l'avevano riconosciuto come una vera guida spirituale. Essi divennero suoi nobili amici e schiavi d'amore, e non si erano ritratti dal più alto sacrificio per aiutarlo nel raggiungimento della sua missione.

Ma allo stesso tempo, lo Svāmi vide la volgarità, l'appariscenza, l'avidità, la brama per il potere, e la sensualità fra gli elementi eterogenei

secondo i quali giudicate il mondo sono la causa della vostra sofferenza. Cambiando il punto di vista arriverete a una *visione* di insieme del tutto diversa e su questo punto l'insegnamento di Śrī Kṛṣṇa e del Buddha coincidono.

Śrī Kṛṣṇa disse ad Arjuna che egli non aveva compreso il significato della vita né chi realmente egli stesso fosse; dunque non poteva conoscere il tutto; egli ignorava l'unità dell'esistenza. Se voi capiste questo, i vostri problemi sarebbero risolti immediatamente e invece nascono le vostre domande. Perché, secondo il *Vedānta* la vostra visione del mondo non è che un semplice punto di vista. Perché la vostra idea della vita deriva da una visione *parziale*; ve ne rendete appropriate, riconoscendo come verità tutto ciò che vedete, ossia la sola testimonianza dei sensi. Questo è un problema molto importante, che richiede tutta la nostra riflessione.

Per penetrare il *Vedānta*, dobbiamo riconoscere innanzitutto la nostra ignoranza sul Sé e su "chi sono io". Questa ignoranza ci impedisce del tutto di comprendere noi stessi: è un'idea fondamentale del *Vedānta*.

Parlando di voi, quello che dite non potrà essere esatto fino a quando non avrete colto il significato della parola "io", perché questo "io" cambia continuamente; esso ha cambiato fin troppo e cambierà ancora. L'"io" è un'associazione di parecchie idee. Se lo applico soltanto al mio corpo, debbo constatare che esso cambia continuamente. Ecco il primo insegnamento del *Vedānta*: «Ricordatevi e tenete sempre presente che non siete questo corpo, questo uomo o questa donna con un particolare nome. Voi siete di là da tutto questo». Di solito questo pensiero non si presenta spontaneamente alla nostra mente. Siamo talmente abituati a limitarci e a identificarci col nostro nome e con la nostra forma che quando qualcuno ci chiama, rispondiamo subito: "presente". Ma come avviene che siamo questo nome e questa forma? Semplicemente perché siamo stati chiamati così da molti anni, ecco tutto. Non ci sono altre ragioni. Una persona come me, che ha cambiato nome parecchie volte e ne cambia ancora, non sa qual è il suo nome; e in verità il nome non è il Sé. Vi porto questo esempio per fissare in voi l'idea che forse fino ad ora non avete capito chi siete. Le *Upaniṣad*, la *Bhagavad Gītā* e l'insegnamento del Buddha sottolineano insistentemente questo stesso pensiero e ci consigliano di riflettere sul "chi sono io?".

Se vogliamo arrivare alla conoscenza, dobbiamo comprendere che essa non può essere realizzata in noi fin tanto che ci identifichiamo con questo piccolo io mutevole, che peraltro non è che una infima particella di noi. Tutte le esperienze dello stato di veglia non sono che una parte infinitesima di noi. Come potremo comprendere ciò?

Iniziamo una breve analisi: in questo momento sto parlando, e a mezzanotte non dirò nulla perché sarò addormentato. In quest'ultimo caso sarò sempre presente, ma senza nessun contatto col mondo esterno. Se esprimiamo questi due stati: quello di veglia e quello di sonno, in termini scientifici, diremo che essi sono due aspetti dell'io: l'aspetto dinamico e l'aspetto statico. Lo stato molto attivo della veglia è il primo aspetto, lo stato tranquillo del sonno profondo è il secondo, durante il quale ignoro completamente ciò che avviene intorno a me. Tuttavia la mia coscienza è continuamente presente, anche se non comprendo chi sono. La coscienza di sé non viene mai meno. Sfortunatamente comincio a pensare alla mia esistenza solo nello stato di veglia. Allora rifletto, parlo, stabilisco dei contatti con molti esseri e molte cose; e in questo stato sviluppo anche due aspetti particolari: quello dell'“io” e quello del “mio”.

Il nostro problema comincia col dolore, quando non sappiamo come guarire il nostro male. Vediamo se il *Vedānta* può aiutarci. Certamente lo può, sempre che vogliamo accettare il suo insegnamento. Esso ci dice: «Voi soffrite a causa della vostra ignoranza (*avidyā*). Siete voi stessi che avete creato il problema della vostra sofferenza; non è che sia arrivata dal di fuori, siete voi stessi che vi siete talmente identificati con una piccola parte della vostra vita da arrivare a dire: questo sono io, quello mi appartiene, quello è mio. Queste affermazioni sono inesatte perché non riguardano ciò che è *interamente* voi, ma si riferiscono a una piccola parte della vostra personalità». Il *Vedānta* afferma che l'individualità è la causa della nostra sofferenza.

Abbiamo visto che ci manifestiamo sotto due aspetti: dinamico e statico. Nello stato dinamico faccio l'esperienza della molteplicità e mi vedo circondato da diversi oggetti; ma in quello statico non vedo e non sento nessuno, non essendo cosciente di altro che di me stesso e solo di me stesso. È certo che sono proprio io, e in uno stato in cui non soffro, mentre nello stato di veglia passo attraverso diverse esperienze che mi

era un asiatico che l'Asia aveva offerto all'Occidente come dono per risvegliare la sua coscienza spirituale.

Lo Svāmi passò alcuni giorni a Napoli, visitando il Vesuvio, Pompei e altri posti di interesse. Quindi alla fine arrivò la nave da Southampton con il signor Goodwin tra i passeggeri. Lo Svāmi e i suoi amici partirono da Napoli il 30 dicembre 1896, con un arrivo previsto a Colombo il 1° gennaio 1897.

A bordo della nave, lo Svāmi ebbe un'importante visione. Una notte in un punto tra Napoli e Porto Said, vide in un vivido sogno un venerabile vecchio con la barba, come un *ṛṣi* dell'India, che disse: «Osserva attentamente questo posto. Adesso sei nell'Isola di Creta. Questo è il posto dove cominciata la cristianità. Io sono uno dei terapeuti che vivevano qui». L'apparizione pronunciò un'altra parola, che lo Svāmi non riuscì a ricordare. Poteva essere stata “esseni,” una setta a cui apparteneva Giovanni Battista

Sia i terapeuti che gli esseni avevano praticato la rinuncia e sostenuto una visione religiosa liberale. Secondo alcuni eruditi, la parola *terapeuta* può derivare dalla parola buddista *sthaviraputta*, a significare i figli o discepoli dei *thera*, o Anziani, i superiori tra i monaci buddisti. La parola *Esseni* può avere qualche relazione con *Isiyana* a significare il Sentiero del Signore, una ben nota setta di monaci buddisti. È ora ammesso che i buddisti avevano anticamente dei monasteri in Asia Minore, in Egitto, generalmente lungo la zona orientale del Mediterraneo.

L'uomo anziano del sogno concluse la sua affermazione dicendo: «La verità e le idee predicate da noi furono presentate come gli insegnamenti di Gesù. Ma la persona Gesù non nacque mai. Varie prove confermantissime fatto saranno portate alla luce quando si scaverà in questo posto». In quel momento, circa mezzanotte, lo Svāmi si svegliò e chiese a un marinaio dove fosse la nave; gli fu risposto che erano a cinquanta miglia da Creta.

Lo Svāmi sussultò a questa singolare coincidenza. Lampeggiò nella sua mente l'idea che gli *Atti degli Apostoli* potessero essere stati un documento più antico dei *Vangeli*, e che il pensiero buddista, venendo attraverso i terapeuti e gli esseni, poteva avere aiutato nella formulazione del cristianesimo. La persona di Cristo poteva essere un'aggiunta successiva. Lui sapeva che Alessandria era stata un luogo d'incontro del pensiero indiano ed egiziano. In seguito, quando furono scavate delle rovine a Creta, vennero trovate delle prove che collegavano i primi cristiani con fonti straniere.

Il gruppo si diresse direttamente verso Milano, passando per Dover, Calais, e Mont Cenis. Lo Svāmi apprezzò i viaggi in treno e intrattene i suoi compagni, i Sevier, con le sue conversazioni stimolanti. Ma una parte della sua mente era trascinata in India. Disse ai Sevier: «Adesso ho un solo pensiero, cioè l'India. Sono ansioso per l'India». Alla vigilia della partenza da Londra, un amico inglese gli aveva domandato: «Svāmi, quanto vi piacerà la vostra madrepatria dopo l'esperienza di tre anni nel ricco e potente Occidente?». La sua significativa risposta fu: «Amavo l'India prima di venirme via. Adesso anche la polvere dell'India è per me diventata sacra, l'aria stessa è per me sacra; è la terra santa, il luogo del pellegrinaggio». Spesso lo Svāmi diceva che l'Occidente era la terra dell'azione (*karma-bhumi*), dove un uomo purificava il suo cuore attraverso il lavoro disinteressato; e l'India era terra della santità (*punya-bhumi*), dove i puri di cuore comunicavano con Dio.

A Milano lo Svāmi fu molto impressionato dalla grande cattedrale e dall'«Ultima Cena» di Leonardo. Pisa con la torre pendente, e Firenze, come sua magnifiche opere d'arte, gli piacquero immensamente. Ma il culmine della sua felicità era riservato per Roma, dove trascorse la settimana di Natale. Molte cose qui gli ricordarono l'India: la tonsura dei preti, l'incenso, la musica, le varie cerimonie della Chiesa Cattolica, e i Sacramenti... questi ultimi gli ricordarono il *prasāda* dei templi indù, il cibo condiviso dai devoti dopo essere stato offerto a Dio.

Quando una donna gli chiese del rituale ecclesiastico, lo Svāmi disse: «Se ami il Dio personale, allora dagli il tuo migliore incenso, fiori, frutta e seta». Tuttavia fu un po' sconcertato dall'imponente Messa Solenne a San Pietro il giorno di Natale, e bisbigliò ai Sevier: «Perché tutto questo spettacolo di ostentazione e sfarzo? Può essere possibile che la Chiesa che ama una tale mostra di fasto e cerimonia sia la vera seguace dell'umile Gesù, che non aveva dove poggiare il capo?». Lui non poteva mai dimenticare che Cristo era un *samnyāsin*, un monaco che aveva rinunciato al mondo, e che l'essenza dei suoi insegnamenti era la rinuncia e il distacco.

Apprezzò la visita alle catacombe, associata con le memoria dei primi santi e martiri cristiani. La festa natalizia a Santa Maria d'Ara Coeli, con le bancarelle dove dolci, giocattoli, e piccole immagini del Bambino Gesù venivano vendute, gli ricordarono simili fiere religiose in India. Il Natale a Roma riempì il suo cuore di una calda devozione per Gesù Cristo, che

lasciano talvolta gaio, altre volte triste o perfino molto infelice, poiché nella varietà di questo mondo effimero il cambiamento è “inevitabile”. Questo è l'insegnamento di Śrī Kṛṣṇa e del Buddha.

Se vivete con l'idea di essere un individuo, posto in un mondo separato da voi, questa idea limita talmente la vostra visione che finite per considerare solo un'infima parte della vostra esistenza. Se a voi non piace questa idea meschina, «venite con me», dice il Saggio, «vi aiuterò a comprendere qual è la vostra vera natura, qual è la natura del Sé».

Il nostro io empirico concerne soltanto una piccola parte del nostro essere. Infatti, facendo l'esperienza del sonno profondo, sappiamo bene che siamo completamente separati da tutto. Nello stato di veglia possiamo fare un'esperienza simile, nella quale arriviamo a uno stato tranquillo, di pace indescrivibile. Questo stato, nella nostra vita, può manifestarsi come un lampo che saetta e passa; talvolta lascia in noi un'impressione molto profonda, ma questa impressione può anche essere solo momentanea. In ogni caso, non si tratta di un'esperienza particolare di una certa persona – uomo o donna – né di un cristiano, indù o musulmano; al contrario quest'esperienza appartiene a tutta l'umanità. Essa non viene dal di fuori verso di noi, essa è in noi. Non c'è bisogno di cercare altrove la verità e la pace, tutto è in noi.

Il *Vedānta* ci insegna che siamo già pronti a cogliere questa grande comprensione interiore di cui cerchiamo la spiegazione. Vi ricorda l'insegnamento di Śrī Kṛṣṇa, la verità è in voi, ma essa non è tale da essere vista nella vita ordinaria. Ci sembra che Bhīṣma e Droṇa siano di fronte a noi e che domani debbano morire: non è la verità perché essi sono eterni.

Nel *Mahābhārata* abbiamo letto la storia di Bhīṣma, grandissima personalità che aveva una profonda conoscenza della realtà. Egli è un esempio che brilla ai nostri occhi di una luce commovente. Per Bhīṣma il corpo non è che un oggetto esterno, e solo l'*ātman* è eterno. È quanto insegna Śrī Kṛṣṇa ad Arjuna: «Esso non nasce né muore. Essendo sempre stato non può cessare di essere. Colui che dimora nel corpo, come Bhārata, è sempre invulnerabile».

Qui bisogna anche sottolineare che nello stato di non-moto la pluralità sparisce ai nostri occhi; non c'è più io e voi. Tutto è Uno. È un primo grado di comprensione. Il secondo grado, se posso esprimerlo

così, consiste nella comprensione universale, dove non esiste più percezione che sia solo individuale. Non appena potete superare la vostra piccola individualità entrate nel dominio della pace e della gioia. Questo è quanto affermano la filosofia e la teoria razionale del *Vedānta*.

La questione essenziale, dunque, è di capire come arrivare a questo stato al di là dell'individualità. È lo stato chiamato *samādhi*, lo scopo dello *Yoga*. La pratica della meditazione ci conduce a una comprensione infusa che ci permette di superare la nostra identità, il nostro piccolo io col quale siamo in contrasto tutto il giorno. Quali sono le discipline da seguire? Tutte le religioni insegnano la forza della moralità, base di ogni disciplina religiosa. Noi conosciamo i principi dell'etica cristiana, ebraica, indù, ma il *Vedānta* non parla di una religione in particolare. Ai nostri giorni siamo sempre più consapevoli della necessità di raggiungere la comprensione universale, ma restando gruppi di esseri o di credenti separati gli uni dagli altri non arriveremo mai a comprendere che in effetti formiamo una sola famiglia.

Alla base di tutte le morali vi è la stessa regola essenziale, la ritroviamo dappertutto, e se poteste conoscere l'ideale di ogni religione, vedreste che questa regola si esprime semplicemente con queste parole: «Amate il vostro prossimo come voi stessi».

Non è un'idea nuova, nata in una determinata epoca; essa si ritrova sotto le più svariate forme in tutte le religioni. Ma se pensiamo che il nostro prossimo debba appartenere alla nostra società o alla nostra religione, possiamo essere certi che questa è una comprensione sbagliata dell'insegnamento divino, perché il Profeta non ha mai limitato l'amore divino agli uomini della nostra razza, della nostra comunità o della nostra religione.

Il Profeta ha detto chiaramente che l'amore diretto verso se stessi è un "istinto". I bambini cercano i piaceri e li rivolgono sempre verso se stessi. La religione ci chiede di estendere il nostro amore agli altri e al mondo intero. Se non allarghiamo il nostro cuore mantenendolo sempre rivolto solo alla nostra individualità, interessandoci soprattutto a ciò che vogliamo per noi stessi, non arriveremo mai alla comprensione che ci permette di superare le nostre sofferenze. È noi stessi che dobbiamo trasformare, allargando la nostra visuale. Questo cambiamento è assolutamente necessario. *Dipende da noi pensare poco a noi stessi*

«È un mondo simpatico, e l'individuo più simpatico che tu abbia mai visto è Lui, l'Amato. Infinito divertimento, non è vero? Fratellanza e compagni di giochi? Un branco di bambini chiassosi fatti uscire a giocare in questo campo di giochi del mondo, non è così? Chi c'è da elogiare, chi da biasimare? È tutto un Suo gioco. Loro vogliono una spiegazione, ma come puoi spiegare Lui? Lui è senza mente, né possiede qualche ragione. Ci sta prendendo in giro con piccole idee e ragioni, ma questa volta non mi troverà a sonnacchiare, "stanne sicuro". Ho imparato una cosa o due. Oltre oltre ragione e sapere e parole c'è il sentimento, l' "Amore", l' "Amato". Sì, Amico, scopri tutto e diventerai matto.

«Tuo anche nella follia, Vivekānanda».

In un umore filosofico parlò sull'illusione del progresso. Lui non credeva nella possibilità di trasformare questa terra in un paradiso dove l'infelicità fosse completamente eliminata e la felicità regnasse al suo posto. Vera libertà di beatitudine potevano essere ottenute solo dall'individuo e non dalle masse considerate come un tutto. Scrisse a Goodwin l'8 agosto 1896: «"Un buon mondo", "un mondo felice", "un progresso sociale" sono ugualmente comprensibili come "ghiaccio bollente", "luce oscura", ecc. Se fosse buono non sarebbe il mondo. Lo spirito cerca stupidamente di manifestare l'Infinito nella materia finita, l'intelligenza attraverso particelle grossolane, e alla fine scopre il suo errore e cerca di scappare. Questo tornare indietro è il principio della religione, e il suo metodo, la distruzione dell'ego, cioè, amore. Non amore per moglie o figli o qualcosa d'altro, ma amore per tutto il resto eccetto questo piccolo sé, questo piccolo ego. Non essere mai illuso dagli alti discorsi, dei quali sentirai molto in America sul "progresso umano" e cose simili. Non c'è progresso senza regresso».

Il 1 novembre 1896, nel corso di una lettera a Mary Hale, Svāmi Vivekānanda scrisse da Londra: «Un cielo o un millennio che siano oggetti di desiderio, vi hanno esistenza solo nella fantasia, mentre esistono già come soggettività. Il cervo muschiato, dopo una vana ricerca per la causa del profumo del muschio, alla fine dovrà trovarlo in sé».

Ma la missione per il mondo di Svāmi Vivekānanda non era ancora finita. Un arduo compito lo stava attendendo nella sua amata patria. Il lavoro indiano doveva essere organizzato prima che lui potesse dire addio a questa terra. Lasciò l'Inghilterra il 16 dicembre 1896, avviandosi via terra verso la partenza a Napoli.

fastidi come quelli di cui tu scrivi non mi toccano affatto. Dovrei essere disturbato da questo gioco per bambini? Il mondo è soltanto un gioco per bambini, pregare, insegnare, tutto incluso. «Sappi che è un *samnyāsīn* colui che non odia né desidera». Cosa c'è da desiderare in questa piccola pozza di fango che è il mondo, con la sua sempre ricorrente miseria, malattia, e morte? «Chi ha rinunciato a tutti desideri, lui solo è felice». Di questo riposo, eterno, pacifico riposo, sto cogliendo adesso un bagliore in questo bellissimo posto. «Se un uomo conosce l' *Ātman* come "Sono questo", allora desiderando cosa e per chi soffrirà in questo corpo?».

«Mi sento come se avessi avuto la mia parte di esperienza in quello che chiamano "lavoro". Ho finito. Adesso sto desiderando di uscirne».

Con questo crescente distacco dal mondo, l'idea di bene e male, senza la consapevolezza dei quali nessun lavoro è possibile, cominciò a cadere. Lo Svāmi stava realizzando un intenso amore per Dio. In quello stato d'animo gli veniva una grande esaltazione, e l'intero universo gli sembrava un Eterno Giardino dove un Eterno Bambino gioca un Gioco Eterno. In quell'umore di gioia sovraccitata, scrisse il 6 luglio 1896 a Francis Leggett, suo amico e discepolo: «A vent'anni ero soprattutto un fanatico senza comprensione e senza compromessi. Non avrei camminato dalla parte della strada dove c'era il teatro a Calcutta. A trentatré anni posso vivere nella stessa casa con delle prostitute senza mai pensare di dir loro una parola di rimprovero. È degenerazione? Oppure mi sto allargando in quell'amore universale che è il Signore stesso? ... Certi giorni entro in una specie di estasi. Sento che devo benedire tutti, ogni essere, amare ed abbracciare ogni essere, e letteralmente vedo che il male è un'illusione... benedico il giorno in cui sono nato. Ho avuto tanta gentilezza e amore qui, e quell'amore infinito che mi portò all'esistenza ha guidato ogni mia azione, buona o cattiva (non essere spaventato); perché cosa sono, cosa sono sempre stato, se non uno strumento nelle Sue mani - per il cui servizio ho rinunciato a tutto - mio Amato, mia Gioia, mia Vita, mio Spirito? Lui è il mio diletto, io sono il Suo compagno di giochi. Non c'è né causa né ragione nell'universo. Quale ragione Lo lega? Lui, l'Allegro, sta giocando... queste lacrime e risate sono tutte parte del gioco. Gran divertimento, gran divertimento! Come dice Joe.¹

e molto agli altri. In generale questo consiglio non è recepito di buon grado, perché abbiamo paura di essere infelici abbandonando la nostra individualità. Ma qui dobbiamo veramente fare questa esperienza per conoscerne il vero valore. Le Scritture dicono: «Voi diverrete molto felici».

Lo stato oltre l'individualità è Beatitudine. E noi lo sappiamo per esperienza diretta, perché nello stato di non-moto siamo in pace, non abbiamo coscienza della nostra individualità, essa è scomparsa. Inoltre, nello stato di veglia la nostra coscienza è così limitata e la nostra conoscenza così ristretta che questo limite genera in noi le idee di bene e di male, di piacevole e di spiacevole, di ciò che ci appartiene e di ciò che non è nostro, insomma ogni sorta di distinzione. Ora, che cosa ci insegnano le *Upaniṣad*? Esse dicono: «Non appena fate una distinzione dovete essere pronti a subirne tutte le sofferenze». Il fatto di vedere una persona diversa da sé è fonte di paura. Perciò le regole dell'etica conducono alla scoperta dell'Unità; oltre, o dietro, l'immensa varietà di tutto ciò che vedete, secondo il *Vedānta*, v'è l'Uno senza secondo. Il Buddha ha parlato dello stato di *Anatta* – non ego – e del *Nirvāṇa* – esperienza da realizzare in noi.

Gli insegnamenti tradizionali dell'India si unificano e ci consigliano di comprendere questo: quando vi considerate un individuo che appartiene a questa vita quotidiana in quanto uomo, donna o bambino, voi raccogliete i risultati delle vostre azioni. Se accettate questa vita, non turbatela e lavorate, com'è vostro dovere, in questo mondo mutevole. Ma verrà un giorno in cui cercherete lo stato di Beatitudine della comprensione universale.

Tratto da
Vidyā del Luglio-Agosto 1989
Periodico mensile
Via Azone 20 - 00165 Roma 00165

¹Riferendosi alla signorina MacLeod.

desiderio di pace che veniva dal totale assorbimento nello Spirito Supremo. Sentiva che la sua missione terrena stava per terminare. Il 23 agosto 1896 scrisse ad un amico, da Lucerna: «Io ho cominciato il lavoro, che siano altri a finirlo. Perciò vedi, per far partire il lavoro ho dovuto sporcarmi toccando soldi e proprietà per un certo tempo. Adesso sono sicuro che la mia parte del lavoro è stata fatta, e non ho più interesse nel Vedānta o in nessuna filosofia del mondo, o nel lavoro stesso. Mi sto preparando a partire, a non tornare più a quest'inferno, questo mondo... Anche la sua utilità religiosa mi sta cominciando a stancare... Queste opere e buone azioni, e così via, sono solo un piccolo esercizio per purificare la mente. Ne ho abbastanza».

Stava perdendo interesse anche nel progetto americano, che lui stesso aveva organizzato.

Nella lettera citata prima, lo Svāmi scrisse: «Se New York o Boston o qualche altro posto negli Stati Uniti hanno bisogno di insegnanti *Vedānta* li devono ricevere, mantenere, e pensare a loro. Per quello che mi riguarda è come se mi fossi ritirato. Ho svolto il mio ruolo nel mondo». A Svāmi Abhedananda confidò un giorno, in questo periodo, che se ne sarebbe andato in cinque o sei anni al massimo. Il fratello discepolo protestò dicendo che era giovane e che non doveva pensare alla morte. Vivekānanda gli rispose: «Sei uno sciocco, non capisci. Il mio spirito sta diventando sempre più ampio ogni giorno; questo corpo riesce a contenerlo con difficoltà. In qualsiasi giorno può bruciare questa gabbia di carne e ossa!».

Il mondo lo stava lasciando. La corda dell'aquilone alla quale era fissato alla terra si stava rompendo.

Il lettore può ricordare che Śrī Rāmakṛṣṇa a parlò di Vivekānanda come di un libero spirito che era stato trascinato giù dal regno dell'Assoluto per aiutarlo nella sua missione sulla terra. Un velo temporaneo, necessario per il lavoro e l'incarnazione fisica, era stato gettato su questo spirito così che potesse dimorare nel mondo per aiutare gli uomini nella loro ricerca della libertà spirituale. Ma adesso, poiché il velo stava diventando più sottile, lo Svāmi cominciava ad avere un bagliore della vera libertà. Realizzò che il mondo era il *līlā*, il gioco, della Madre Divina, e sarebbe continuato fino a che Lei avesse voluto. L'8 agosto 1896, scrisse a Goodwin dalla Svizzera: «Mi sento molto ricaricato. Guardo fuori dalla finestra e vedo i grandi ghiacciai proprio davanti a me, e sento di essere nell'Himalaya. Sono abbastanza calmo. I miei nervi hanno ripreso la loro forza abituale, e piccolo

è tuo per sempre. ... Adesso capisco perché il Signore li ha benedetti sopra tutte le altre razze, sono fermi, sinceri fino in fondo, con grandi profondità di sentimenti, solo con una crosta di stoicismo sulla superficie. Se quella crosta viene rotta, hai il tuo uomo». In un'altra lettera: «Tu sai, naturalmente, della fermezza degli inglesi; loro sono, tra tutte le nazioni, i meno gelosi gli uni degli altri ed è per questo che dominano il mondo. Loro hanno risolto il segreto dell'obbedienza senza servilismo, grande libertà con rispetto della legge». In un'altra occasione chiamò gli inglesi: «una nazione di eroi, i veri kshatriyas... la loro educazione è nascondere i loro sentimenti e non mostrarli mai. Se tu sai come raggiungere il cuore inglese, egli è tuo amico per sempre. Se un'idea viene messa una volta nel suo cervello, non ne esce più; e l'immensa praticità ed energia della razza la fa germogliare e portare immediatamente frutto».

Lo Svāmi sentì che la mano di Dio aveva portato il contatto fra India e Inghilterra. L'impatto creato dall'aggressivo dominio britannico, da una parte aveva risvegliato la razza indù dal suo torpore secolare, e dall'altra aveva offerto all'India l'opportunità di diffondere il suo messaggio spirituale per tutto il mondo occidentale.

Scrisse al signor Leggett il 6 luglio 1896: «L'impero britannico con tutti suoi mali è la più grande macchina mai esistita per la diffondere le idee. Io intendo mettere le mie idee al centro di questa macchina, ed essa le diffonderà in tutto il mondo. Naturalmente, ogni grande lavoro è lento e le difficoltà sono moltissime, soprattutto perché noi indù siamo una razza conquistata. Eppure è questa la ragione per cui è costretta a lavorare, perché gli ideali spirituali sono sempre venuti dagli oppressi. Gli oppressi ebrei travolsero l'Impero Romano con i loro ideali spirituali. Sarai contento di sapere che io sto imparando la mia lezione ogni giorno in pazienza e soprattutto in comprensione. Penso che sto cominciando a vedere il divino anche dentro i prepotenti anglo-indiani. Penso che sto avvicinandomi lentamente a quello stato in cui sarei capace di amare anche il "Diavolo" stesso, se mai ce ne fosse uno».

Sebbene Svāmi Vivekānanda parlò molto dell'effetto dei suoi insegnamenti in Inghilterra, non cominciò alcuna attività organizzata come aveva fatto negli Stati Uniti d'America. Dalle sue lettere e conversazioni si comprende che si stava stancando del mondo. Sebbene fosse all'apice del suo successo, per quello che riguardava la pubblica attività, cominciò a sentire un

Dialogo sulla meditazione

D - Mi capita durante il giorno di avere delle sensazioni di vuoto, un vuoto che devo assolutamente riempire e che cerco di colmare col cibo in maniera spropositata o con altri metodi. Da cosa può dipendere?

R - Quel vuoto è una percezione intuizione dell'io che riporti a livello conscio durante la veglia.

D - Scusa, ma non capisco.

R - Dovrebbe essere semplice paura, evidentemente la meditazione ti ha portato sulla soglia del vuoto e la percezione di tale soglia si proietta anche nel quotidiano.

D - Cosa intendi come vuoto? Forse quel vuoto che si inizia a percepire in certe meditazioni in cui si ha l'impressione di cadere indietro, in un vuoto appunto? Quando arrivo a questo punto, purtroppo mi piglia la paura all'ultimo momento e non faccio nessun salto. C'è un collegamento?

R - Lo stato naturale dell'ente è quello che chiamano Sé o *ātman*. È il puro Essere o Pura Realtà. Mettiamo da parte in questa discussione che la Pura Realtà o Essere è identica a Quello, il *Brahman* o Realtà Assoluta.

Lo stato naturale dell'essere, quindi la Pura Realtà viene offuscata dal movimento (adesione alle azioni, pensieri, riflessioni, etc. etc.) che alcuni chiamano *māyā* e la cui adesione ad esso viene chiamata *avidyā*.

La meditazione dovrebbe consistere nel "giacere" in tale stato di Pura Realtà. In realtà viene chiamata meditazione il tentativo di raggiungere tale stato. In pratica esso consiste in esercizi di concentrazione, prima su un simbolo (con seme), e, raggiunta la capacità di concentrarsi, senza alcun seme. Molti credono che occorra concentrarsi sul seme per eliminarlo.

ogni altro pensiero/contenuto. In realtà la meditazione sul seme serve ad acquisire le capacità di concentrazione. Acquisite queste, la pratica senza seme serve a rimanere fermi in una posizione non partecipante, non giudicante (il tutto a livello mentale).

Dato che quanto c'è, c'è, ne consegue che non si può eliminare un qualcosa presente su questi piani di esistenza - non si parla di illusione, ma di apparenza, di gradi di percezione oggettiva. Un pensiero nel suo sistema di coordinate (emotive e mentali) esiste e ciò che esiste non può non essere. Non è in senso assoluto, ma è in senso relativo.

Un pensiero è un movimento energetico, ha un suo "spessore", una sua massa energetica, quindi per quanto possa essere apparente, esso all'interno del suo sistema di riferimento, esiste.

L'energia su questi piani può trasformarsi come forma, non cessare di esistere. Dato che la Pura Realtà si manifesta al cessare del movimento, occorre che il pensiero (auto indotto) cessi. Per fare questo occorre che si esaurisca l'energia che lo sostiene, ossia occorre smettere di alimentarlo.

Una pratica meditativa prima permette di raggiungere la concentrazione per iniziare questo processo (meditazione con seme), poi serve a smettere di alimentare i pensieri (meditazione senza seme).

Durante le due fasi - con seme e senza seme - avviene che alcuni pensieri o contenuti (la differenza è nell'energia che sostiene il pensiero, un pensiero molto radicato è una *vāsanā* o contenuto impressione e si trasforma in un seme causale) si mostrino più forti e di disturbo perché non più velati dagli altri.

Man mano che si esauriscono i pensieri non più alimentati, iniziano a comparire mostrare quelli sono stati relegati nel subconscio, sino a quelli che sono nell'inconscio.

(Definendo subconscio l'area ove sono i pensieri che vi abbiamo nascosto, e inconscio l'area dove sono i pensieri morali che abbiamo acquisito inconsapevolmente. Dicono che ad un realizzato manchino entrambe e tutti gli eventuali pensieri sono consci, ossia ne è consapevole).

Uno dei pensieri più forti è l'*ahāmvṛtti* ossia il senso dell'io, la cui risoluzione porta a quello stato che alcune scuole buddiste chiamano vuoto, erroneamente identificano col *nirvāṇa*.

Anche alcuni aspiranti *advaitin* ritengono questo sia lo stato finale. Siccome tale stato, all'io che si basa sull'*ahāmvṛtti*, sembra essere la sua

raggiunse l'altro lato della collina. La signorina Muller corse quanto poté e quindi cadde a terra, incapace di un ulteriore sforzo. Vedendo questo e non essendo in grado di aiutarla, lo Svāmi - pensando: «Così questa la fine, dopo tutto» rimase in piedi davanti a lei, con le braccia conserte.

In seguito raccontò di come la sua mente era occupata con un calcolo matematico di quanto lontano il toro sarebbe stato in grado di scagliarlo. Ma l'animale si fermò improvvisamente a distanza di pochi passi, e quindi alzando la testa, si ritirò arcigno. L'inglese si vergognò della propria fuga di aver lasciato lo Svāmi da solo a fronteggiare il toro. La signorina Muller chiese allo Svāmi come era riuscito a fare appello a tutto il proprio coraggio in una situazione tanto pericolosa. Lui disse che di fronte al pericolo e alla morte si sentiva - prese due sassolini nelle mani e li sbatté e l'uno contro l'altro - forte come una roccia, perché "ho toccato i piedi di Dio".

Aveva mostrato un simile coraggio nella sua gioventù, quando era rapidamente saltato su un cavallo in corsa e lo aveva fermato, in una via di Calcutta, salvando così la vita di una donna che occupava il carro trainato.

Riguardo alla sua esperienza e al suo lavoro in Inghilterra, disse alle sorelle Hale, in una lettera, che era stato un grande successo. A un altro amico americano scrisse che credeva nel potere degli inglesi di assimilare grandi idee, e, sebbene quel processo di assimilazione poteva essere lento sarebbe stato molto più sicuro e permanente. Credeva che sarebbe venuto in tempo in cui importanti ecclesiastici della Chiesa d'Inghilterra, saturi con l'idealismo del Vedānta, avrebbero formato una comunità liberale entro la Chiesa Anglicana stessa, supportando l'universalità della religione sia in teoria che in pratica.

Ma quello che ammirò di più in Inghilterra fu il carattere degli inglesi: la loro fermezza, precisione, lealtà, devozione all'ideale, e perseveranza a finire qualsiasi lavoro che intraprendevano. La sua idea preconcepita sugli inglesi era completamente cambiata quando li venne a conoscere intimamente. In seguito, rivolgendosi agli indù di Calcutta, disse: «Nessuno arrivò mai sul suolo inglese sentendo più odio nel suo cuore per una razza di quanto ne sentivo io per quella inglese. [Le iniquità del dominio coloniale in India erano profondamente impresse nella sua mente]. ... Non c'è nessuno tra voi che ami gli inglesi più di me».

Scrisse alle sorelle Hale il 28 novembre 1896: «Gli inglesi non sono così luminosi come gli americani, ma una volta che tocchi il loro cuore

Goodwin, che aveva già preso i voti di un *brahmacharin*, avrebbe lavorato come stenografo dello Svāmi. Fu anche deciso che le signorine Muller e Noble li avrebbero seguiti qualche tempo dopo, quest'ultima per dedicare la sua vita alla causa dell'educazione delle donne in India.

Lo Svāmi ricevette un magnifico addio dai suoi amici inglesi, devoti, e ammiratori il 13 dicembre alla Royal Society of Painters in Water-Colours, a Piccadilly. C'erano circa cinquecento persone presenti. Molti erano in silenzio, e tristi nel cuore. Alcuni erano vicini alle lacrime. Ma lo Svāmi, dopo il discorso d'addio, camminò tra di loro e ripeté più volte: «Sì, sì, dobbiamo incontrarci ancora, dobbiamo». Fu deciso che Svāmi Abhedananda avrebbe continuato il lavoro dopo la partenza dello Svāmi.

Sulle impressioni lasciate dagli insegnamenti dello Svāmi in Inghilterra, Margaret Noble scrive: «Per non pochi di noi le parole dello Svāmi furono come un'acqua rinfrescante per uomini che stanno morendo di sete. Molti di noi erano stati consapevoli negli anni precedenti di incertezza e disperazione crescenti, soprattutto riguardo la religione, che aveva ostacolato la vita intellettuale dell'Europa per mezzo secolo. Credere nei dogmi della cristianità per noi era diventato impossibile, e non avevamo un mezzo, come lo abbiamo adesso, con il quale rimuovere l'involucro dottrinale dall'esperienza della Realtà, nella nostra fede. A tutte queste persone, il Vedānta ha dato conferma intellettuale ed espressione filosofica delle loro velate intuizioni. "La gente che camminava nell'oscurità ha visto una grande luce"».

«È l' *Io sono Dio* dello Svāmi che è venuto come qualcosa di sempre conosciuto, sebbene mai pronunciato prima... E ancora, era l'Unità dell'Uomo che rappresentava il tocco necessario per razionalizzare tutte le precedenti esperienze e dare una ratifica logica al desiderio per il servizio assoluto, mai confessato apertamente in passato. Chi da una parte, chi da un'altra, siamo tutti entrati in un grande patrimonio, e ne siamo consapevoli».

La pratica donna inglese vide nella vita dello Svāmi la dimostrazione del coraggio, che era la necessaria conseguenza dei suoi insegnamenti sulla divinità dello spirito. Questo si rivelò in molti episodi.

Uno in particolare lo illustra. Lo Svāmi stava camminando un giorno con la signorina Muller e un amico inglese attraverso alcuni campi quando un toro infuriato si diresse verso di loro. L'inglese scappò via subito, e

stessa negazione, perché si approssima alla perdita della soggettività personale, esso si ritrae con paura di fronte a tale evento che si può presentare con diverse forme (senso di caduta, di vuoto, di gorgo, di spirale, etc. etc.).

Tale stato può presentarsi anche se non si è proprio su tale soglia quando si eseguono tecniche non idonee, tecniche che non prevedono una risoluzione completa dei contenuti.

Da qui la convinzione che la realizzazione yogica coincida con l'abbandono del corpo fisico. Infatti al più accadeva che si raggiungeva il vuoto senza che fossero stati esauriti i contenuti.

Pur rimanendo dei semi causali, le tecniche yogiche possono "frangere" alcuni legami fra i vari involucri corporei, determinando la dissoluzione del corpo.

Per questo sono pochi i *jīvanmukta* fra coloro che seguono la via della *yoga*. È altresì vero che poiché difficilmente lo *yoga* prevede la permanenza in vita, alcuni raggiungono la *mokṣa* al momento del *mahāsamādhi* (morte del corpo).

Fatta questa necessaria premessa, quanto affiora nella meditazione normale che si presenti e condizioni anche il quotidiano.

Il senso di vuoto che hai provato è normalissimo ed è altrettanto normale che un io che ancora ha dei contenuti da vivere (esperienze da fare) non abbia ritrosia e che la paura conseguente cerca di essere placata in altra maniera... quindi si cerca di riempire il vuoto con la vita (piacere, lavoro, etc.).

Nel tuo caso, forse potresti o modificare tecnica di meditazione o portare la meditazione da una fase delimitata nello spazio tempo (*asana* di pochi orari) ad una continua di osservazione. Dato che ormai hai acquisito la capacità di concentrazione, potrebbe essere opportuno iniziare applicarla nella meditazione continuata.

D - Intendi la continua osservazione di me stessa anche mentre compio le quotidiane faccende? Già lo faccio, e sicuramente è un aiuto.

R - Bene.

D - Quale tecnica di meditazione mi consigli?

R - Nessuna. Una volta acquisita la capacità di concentrarsi, è opportuno iniziare a vivere in consapevolezza: essere presenti a se stessi sempre. Questa è la meditazione o meglio, questo significa essere sé stessi.

In ogni istante bisogna essere presenti, ossia non pensare al passato o al futuro (tranne dove queste valutazioni siano parte dell'azione che si

compie: progettazione, studio storico, educazione, etc. etc.), senza aderire alle azioni, lasciandone i frutti a chi li voglia cogliere (*karma yoga*). Oppure vedendo come tutto espressione del Divino e quindi non appartenente a noi (*bhakti yoga*) oppure come espressione del movimento che discriminiamo nel distacco (*jñāna yoga*).

Quando si giunge alla consapevolezza che l'ente è la Pura Realtà che si manifesta su diversi piani che sostiene Esso stesso, allora c'è il cammino senza sostegni, ossia cade ogni relazione con *māyā* (pur assistendovi, pur vedendola (*Asparsa Yoga*), ossia l'ente colta la propria Pura Realtà si riconosce come Realtà Assoluta o *Brahman*).

Non c'è una azione o un insieme di azioni che ci possa condurre alla realizzazione, per il semplice fatto che noi siamo già ciò che siamo, quindi qualsiasi azione può solo allontanarci dalla nostra natura di Pura Realtà.

Tratto dal
Forum Pitagorico
www.pitagorici.it/forum

VITA DI SVĀMI VIVEKĀNANDA

XXX - In giro per l'Europa 2/2

Da qualche tempo lo Svāmi aveva sentito un desiderio interiore di tornare in India. Dalla Svizzera scrisse ai suoi amici in India: «Non abbiate paura. Grandi cose stanno per essere compiute, ragazzi miei. Prendete coraggio... in inverno tornerò in India e cercherò di mettere le cose a posto laggiù. Lavorate, cuori impavidi, non fallite, non dite no; lavorate, il Signore è dietro il lavoro. Mahasakti, il Grande Potere, è con voi».

Il 29 novembre 1896, scrisse a un discepolo in India sulla sua proposta di un monastero nell'Himalaya. Disse inoltre che il suo attuale progetto era di creare due centri, uno a Madras e l'altro a Calcutta, e in seguito altri a Bombay e Allahbad. Fu contento di vedere che la rivista *Brahmavadin* pubblicata in inglese a Madras, stava disseminando le sue idee; stava pensando di aprire simili riviste anche nelle lingue native. Intendeva anche dare origine a un giornale, sotto la direzione di scrittori da tutte le nazioni per diffondere le sue idee in ogni angolo del pianeta. «Tu non devi dimenticare» scrisse «che i miei interessi sono internazionali e non solo indiani».

Svāmi Vivekānanda non poteva resistere a lungo alla voce dell'India che lo richiamava. Un giorno, verso la metà di novembre, dopo una lezione, chiamò la signora Sevier e le chiese a bassa voce di comprare quattro biglietti per l'India. Pensava di portare con lui i Sevier e Goodwin. Di conseguenza vennero fatte le prenotazioni sul "Prinz Regent Luipold," sulla Linea Lloyd di Navi a Vapore della Germania Settentrionale, che viaggiava da Napoli a Ceylon il 20 dicembre 1896. I Sevier volevano condurre una vita ritirata in India, praticando le discipline spirituali e aiutando lo Svāmi a portare avanti l'idea di costruire un monastero nell'Himalaya. Il fedel