

VEDĀNTA

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

Raphael

Nan Yar. Chi sono io?

Śrī Rāmaṇa Mahārṣi

Traduzione e commento di Bodhānanda

Anno 16 - N°39 - Dicembre 2017



Nan Yar - Chi sono io? ¹

Śrī Rāmaṇa Mahārṣi

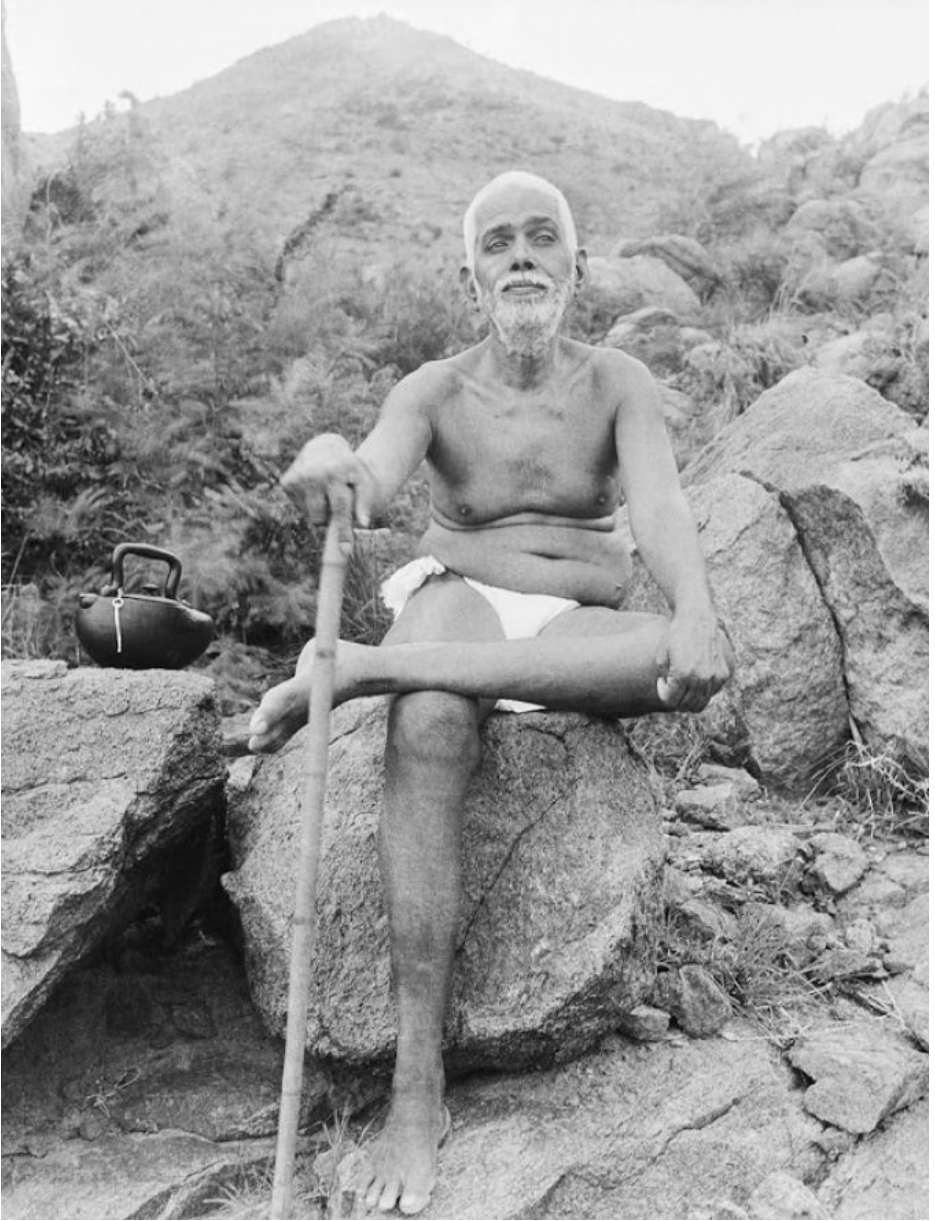
“Chi sono io?” raccoglie le risposte di Bhagavan Rāmaṇa alle domande poste alla Caverna Virūpākṣa, nel 1902 da uno dei primi che, avendo l’adeguata posizione coscienziale, intuì la grandezza della sua realizzazione: Śrī M. Sivaprakasam Pillai, impiegato presso il Revenue Department of the South Arcot Collectorate. Era un periodo in cui Bhagavan Rāmaṇa preferiva non parlare, così le risposte furono date a gesti e, ove non possibile a gesti, per iscritto.

Come tutti gli esseri viventi desiderano essere sempre felici, senza sofferenze, così è anche per chi pratica il supremo amore per il Sé, ma poiché solo la felicità è la causa dell’amore, per raggiungere questa felicità - che è la propria natura e che si esperisce nello stato di sonno profondo, dove non c’è la mente - bisogna conoscere se stessi. Per fare questo - il cammino della Conoscenza - il mezzo principale è il chiedersi “Chi sono Io?”

1. Chi sono io?

Io non sono il corpo materiale, composto dai sette umori (*dhātu*). Io non sono i cinque sensi di percezione: udito, gusto, olfatto, tatto e vista, insieme ai rispettivi oggetti - suono, sapore, odore, tocco e visione. Io non sono i cinque organi conoscitivi: gli organi del parlare,

1. La traduzione del Nan Yar è stata già pubblicata sul sito www.ramana-maharshi.it, il commento a cura di Bodhānanda è stato pubblicato in passato suddiviso in diversi quaderni Advaita & Vedānta.



Bhagavan Śrī Rāmaṇa Mahārṣi

della deambulazione, della tattilità, di escrezione e di procreazione, con le relative funzioni - parlare, muoversi, toccare, secernere e godere. Io non sono i cinque soffi vitali, *prāṇa*, ecc., che permettono rispettivamente le cinque funzioni - inspirazione, ecc. Io non sono neanche la mente che pensa. Io non sono nemmeno la memoria, che concerne solo le impressioni residue degli oggetti e in cui non vi sono né gli oggetti, né le funzioni.

Bhagavān Rāmaṇa inizia questo prezioso dialogo con una sequenza di negazioni, attraverso le quali procede alla definizione per negazione dell'essente. Egli man mano nega tutte le categorie di individuazione dell'essere, categorie dei nomi e delle forme che costituiscono il mondo fenomenico individuale, iniziando da quelli più grossolani.

In questa maniera egli mostra al discepolo il percorso da seguire: la disamina dell'individuazione iniziando dalle percezioni più grossolane alle più sottili, tutte determinanti, attraverso l'identificazione, per l'individuazione dell'essente. Per un maggior approfondimento si possono meditare i seguenti *sūtra* di Śrī Śaṅkarācārya.

«Non sono la mente, l'intelletto, il senso dell'io, il citta; né ancora il senso dell'udito, del gusto dell'odorato, della vista; né ancora l'etere, la terra, il fuoco, l'aria. Sono Coscienza ed essenza di Beatitudine. Sono Śiva, sono Śiva!

«Né ancora sono il *prāṇa*, né mi conosco come i cinque soffi vitali o i sette elementi costitutivi o le cinque guaine; né sono l'organo della parola, delle mani, dei piedi, né l'organo della generazione né quello dell'escrezione. Sono Coscienza ed essenza di Beatitudine. Sono Śiva, sono Śiva!

«Non mi appartengono avversione, piacere, avidità, illusione; così non mi appartengono orgoglio, invidia; né, ancora, doveri, desideri e fini da perseguire, né la stessa liberazione. Sono Coscienza ed essenza di Beatitudine. Sono Śiva, sono Śiva!

«Non sono la virtù, né il vizio, non il piacere, né il dolore, né il

mantra né il pellegrinaggio; non sono il *Veda*, né il rito sacrificale, né l'oggetto di fruizione, né, in verità, colui che fruisce né l'atto del fruire. Sono Coscienza ed essenza di Beatitudine. Sono Śiva, sono Śiva!

«Non mi appartengono la paura, la morte, la distinzione di casta. Così non ho padre né madre né, ancora, nascita; non ho parenti, amici, né maestro né discepolo. Sono Coscienza ed essenza di Beatitudine. Sono Śiva, sono Śiva!

«Sono privo di modificazioni, di nome, di forma; sono espressione dell'onnipotenza e dell'onnipervadenza, essendo oltre i sensi non sono identificato alla stessa liberazione. Sono Coscienza ed essenza di Beatitudine. Sono Śiva, sono Śiva!»¹

2. Se io non sono nessuno di questi, chi sono?

Dopo aver negato tutto questo, attraverso il “non questo”, “non questo”, quella Consapevolezza che sola rimane - Quella io sono.

Dopo aver mostrato al discepolo un esempio di come si effettua l'indagine sull'io, Śrī Rāmaṇa procede a mostrare lo strumento utilizzato nell'indagine. È la conoscenza per negazione: non essendo definibile in alcun modo la Realtà assoluta, egli ha mostrato come sia però possibile discriminare fra il Reale e il non reale. A questo fine viene utilizzato lo strumento del *neti neti*, “*non questo, non questo*”.

È uno strumento di inaudita potenza per quell'aspirante che, avendone le qualificazioni, abbia ricevuto mandato di utilizzarlo. Altresì, usato a sproposito, è uno strumento che può alterare i fragili equilibri fra i diversi piani coscienziali, ove è distribuita l'individuazione dell'ente.

Il processo di negazione necessita del distacco per evitare di negare l'oggettività di quelle strutture a cui ancora si aderisce, un paradosso che porta a diversi squilibri. Oltre al distacco, occorre una grande capacità di interiorizzazione e concentrazione.

1. Śaṅkara, *Śivo'Ham, Śivo'Ham* tratto dalle *Opere Brevi* Edizioni Parmenides (era Edizioni Āśram Vidyā, Roma).

L'indagine sull'io, attraverso il processo di negazione del *neti neti* è uno strumento che lo stesso Śrī Rāmaṇa raccomanda, in questo testo, solo a coloro che lo ottengono attraverso uno degli *yoga* (azione, amore, ragion pura).

Dopo aver negato tutto ciò che non è reale, ossia ogni oggetto passibile di percezione o di alterità (quindi lo stesso senso di esistenza, persino quello sottile ancora esistente in un *savikalpa samādhi* [la contemplazione trascendentale accompagnata dalla proiezione-differenziazione]), quella consapevolezza in sé che ha permesso l'intero processo, senza esserne affatto separata, Quella è il Reale.

3. Qual è la natura della Consapevolezza?

La natura della Consapevolezza è Essere-Coscienza-Beatitudine.

L'aspirante chiede al Conoscitore di esporre la testimonianza sul Reale, avendo prima illustrato l'indirizzo da percorrere quando le impressioni latenti nell'aspirante si approssimano all'esaurimento. Il Conoscitore testimonia: essere-coscienza-beatitudine (*sat-cit-ānanda*).

Sono parole usate dai diversi lignaggi per indicare l'apice raggiungibile dalla propria linea esperienziale. Nel caso della tradizione metafisica, esse indicano uno stato non-stato ove ogni alterità è venuta meno e, pertanto, i termini usati, necessitano dell'intuizione che li consideri nella loro inseità.

Sat solitamente tradotto con "essere", si riferisce ad una essenza oltre ogni possibilità di definizione dell'essere attraverso il non essere. Solitamente viene reso anche con la descrizione di *pieno più del pieno* e *grande più del grande*, indica uno stato in cui l'essenza non è colta attraverso alcuna molteplicità dell'essere (come, ad esempio, il *cogito ergo sum*) o del non essere (qui sono, altrove non sono). È l'essere in sé, l'essere assoluto.

Per questo motivo si accompagna al *cit*, una coscienza in sé stessa, priva di alcuna alterità, una coscienza-conoscenza assoluta che non necessita di alcun secondo da conoscere e di alcun primo conoscente. Intesa più nel senso di consapevolezza in sé, associata al *sat* esprime la potenza suprema dell'assoluto concentrato in sé stesso, senza alcun secondo che ne determini l'individuazione; per usare le parole di Raphael, è lo zero

metafisico che contiene in potenza tutte le potenze, pur non essendo né parcellizzabile, né in alcun modo definibile.

Si è visto come la natura del Sé sia consapevolezza assoluta in sé insieme alla pienezza della sua essenza. Per stimolare l'intuizione, abbiamo costruito una sorta di paradosso, attraverso l'impossibile descrizione dell'inseità: un *corpus* metafisico assoluto (l'essere in sé), nonché un intelletto metafisico assoluto (la consapevolezza in sé).

A questo punto, l'ultimo termine, *ānanda*, circoscrive intuitivamente il paradosso: essa è una emozione metafisica assoluta (la beatitudine in sé). Una beatitudine che non viene determinata da alcun dolore, pertanto inconoscibile per categoria, per confronto, per dualità. Essa è in sé.

Vediamo pertanto come Śrī Rāmaṇa affermi che l'inseità è la vera natura del Sé.

4. Quando si raggiunge la realizzazione del Sé?

Quando il mondo, che è l'oggetto del percepire, sarà rimosso, ci sarà la realizzazione del Sé, che è il percipiente.

Per giungere all'inseità dell'Assoluto, occorre la completa rimozione dell'ignoranza, dell'individuazione sovrapposta al Sé. Il mondo non è altro che questo, un oggetto di percezione che distrae dal percipiente che si è, la nostra stessa natura. Solitamente viene riportata una frase di Śrī Rāmaṇa, per indirizzare la *sādhana* di un aspirante alla realizzazione: «Sii ciò che sei!».

Essa dirige tutti gli sforzi e poi l'assenza di sforzo verso l'inseità stessa, stimolando alla spoliatura di tutto ciò che non è essere in sé. In questa ricerca ci si libera delle supponenze, delle sovrapposizioni, delle proiezioni. Di tutto ciò che non è noi stessi ma acquisizione, incrostazione, offuscamento, velo, coltre.

Nel "Sii ciò che sei" possiamo riconoscere gli stessi yoga nella loro integralità, ma anche la necessità di lasciarli cadere nella fase finale quando si passa nel momento del non sostegno, *asparśavāda*, e della non generazione, *ajātivāda*. Un percorso che nella sua totalità prevede, se dato, anche il ripristino del sensibile e, quindi, il ripristino consapevole dell'apparenza del sensibile.

5. Non ci sarà realizzazione del Sé finché ci sarà il mondo (percepito come reale)?

Non ci sarà.

6. Perché?

Il percipiente e l'oggetto percepito sono come la corda ed il serpente. Fin quando non scompare l'illusoria percezione del serpente, non è possibile riconoscere la corda che ne è il sostrato, così la realizzazione del Sé, che è il sostrato, non sarà raggiunta finché non si rimuove la convinzione che il mondo sia reale.

L'esempio del serpente e della corda appartiene alla tradizione non duale indiana codificata nel *Vedānta Advaita* da Śrī Śaṅkarācārya. Vediamo gli altri esempi utilizzati per discostare la mente dall'adesione alla percezione e avvicinarla ad una conoscenza superiore.

«Come per l'ignoranza sulla reale natura della corda questa appare per un momento serpente, così la pura Coscienza, priva di mutamento, appare come universo fenomenico.

«Come una corda è immaginata serpente e una madreperla un pezzo di argento, così l'*ātman* è immaginato corpo grossolano dalle persone di corto intelletto.

«Come l'argilla è immaginata vaso e il filo (di cotone) stoffa, così l'*ātman* è immaginato corpo grossolano dalle persone di corto intelletto.

«Come l'oro è immaginato orecchino e l'acqua un'onda, così l'*ātman* è immaginato corpo grossolano dalle persone di corto intelletto.

«Come un tronco d'albero viene immaginato forma umana e un semplice miraggio acqua, così l'*ātman* è immaginato corpo grossolano dalle persone di corto intelletto.

«Come una quantità di legna lavorata viene immaginata casa e il ferro una spada, così l'*ātman* è immaginato corpo grossolano dalle persone di corto intelletto.»²

Uno dei primi passi che l'aspirante alla realizzazione deve

2. Śaṅkara, *Aparokshānubhūti*, *sūtra* 44,70-74. Edizioni Āśram Vidyā, Roma.

affrontare è la comprensione diretta di non essere il corpo che indossa. Una comprensione che a seconda l'*āśrama* (stadio della vita) corrente, nonché il *varna* (ordine sociale corrispondente agli strumenti realizzativi in potenza) di appartenenza si attua attraverso diversi strumenti o pratiche. Nel caso del *karmayoga* questa è la presenza nell'azione:

«È la sola azione quella che ti concerne , non i suoi frutti; non dipendere dal frutto del karma e neanche devi attaccarti alla non-azione (*akarmaṇī*)»³. Una presenza che nel grossolano porta alla scoperta che il corpo è un semplice strumento che esegue delle azioni, facendone parte, mentre quella *presenza* che assiste allo svolgimento delle stesse è altro dal corpo. La stessa azione esaminata dalla sfera delle emozioni e dei sentimenti, inizia ad essere riconosciuta come parte di un ordine superiore (*ṛta*) espressione di un volontà o disegno. Da qui l'intuizione del Divino cresce sino a divenire la vera azione dell'aspirante. Ogni azione non è altro che l'unico modo che ha per vivere il Divino stesso. A seconda delle predisposizioni o della sfera esistenziale di maggior prevalenza, ecco che si praticano le modalità del *bhaktiyoga* o dello *jñānayoga*. Possiamo immaginare l'intero processo di realizzazione, come il ripristino dello stato naturale originario mai cessato e mai mancante, anche l'esempio del velo non è calzante perché nessun velo ricopre il Sé, è il sé stesso che “sceglie” di vedersi nella dualità e proprio questa possibilità è data dalla sua stessa natura. Non sarebbe possibile alcuna vita senza il Sé. Il velo è tale solo nell'apparenza del molteplice.

7. Quando sarà rimosso il mondo che è l'oggetto percepito?

Quando la mente, che è la causa di tutte le nozioni e di tutte le azioni, sarà placata, il mondo scomparirà.

«Quando si conosce la reale natura della corda, l'apparenza del serpente scompare, così scompare completamente il mondo fenomeno quando si realizza il suo sostrato».⁴

3. *Bhagavadgītā*, I, 47. Edizioni Āśram Vidyā, Roma

4. Śaṅkara, *Aparokṣānubhūti*, sūtra 96. Edizioni Āśram Vidyā, Roma.

Alcuni aspiranti ritengono erroneamente che la mente debba essere “uccisa”, mentre ciò che deve essere sciolto non è la mente stessa - che va considerato come un vero e proprio organo di senso o come un veicolo corporeo a tutti gli effetti - quanto la sua adesione ai suoi stessi contenuti. Quanto necessita per procedere verso la realizzazione è il ripristino della mente dianoetica alla sua funzionalità di semplice analisi.

8. Qual è la natura della mente?

Viene chiamato “mente” un meraviglioso potere che risiede nel Sé, e che permette l’insorgenza di tutti i pensieri. Esclusi i pensieri, non c’è alcuna mente. Pertanto il pensiero è la natura della mente. Senza i pensieri non c’è un’entità separata chiamata mondo. Nel sonno profondo non ci sono pensieri, e non c’è alcun mondo.

Nello stato di veglia e di sogno ci sono i pensieri e c’è anche il mondo. Proprio come il ragno emette il filo (della ragnatela) fuori di sé e poi lo ritrae in sé, così la mente proietta il mondo fuori di sé e poi lo risolve in sé stessa. Quando la mente esce dal Sé, il mondo appare. Pertanto, quando il mondo appare (sembra reale), il Sé non appare, e quando il Sé appare (rifugge), il mondo scompare.

Quando si indaga costantemente sulla natura della mente, la mente svanirà, lasciando il Sé (come sostrato). Quanto viene chiamato “Sé” è l’*ātman*. La mente esiste sempre solo correlata al fenomenico; non può esistere da sola. È la mente ad essere chiamata “corpo sottile” o individuo (*jīva*).

9. Qual è il cammino di ricerca per comprendere la natura della mente?

Ciò che appare quale “io” in questo corpo è la mente. Se qualcuno cercasse, nel corpo, dove per primo sorge il pensiero “io”, scoprirebbe che nasce nel Cuore. Questo è il luogo d’origine della mente. Anche se si pensasse costantemente “io”, “io”, “io”... si arriverebbe là. Di tutti i pensieri che appaiono nella mente, il pensiero “io” è il primo. Solo dopo l’insorgenza di questo pensiero, tutti gli altri si

manifestano. È dopo che appare il primo pronome personale che appaiono il secondo ed il terzo; senza il primo pronome personale non ci sarebbero né il secondo, né il terzo.

Il ripristino della coscienza corporea, dopo il *samādhi*, secondo Śrī Rāmaṇa avviene in un preciso punto del corpo che chiama Cuore. Quando si parla di “ripristino di coscienza corporea” occorre comprendere che nella corporeità si comprendono tutti i veicoli corporei, pertanto tutti gli involucri. L'insieme mentale dei pensieri è da considerarsi come un corpo vero e proprio, così come le emozioni, i sentimenti, il corpo fisico stesso. Śrī Rāmaṇa sta istruendo in una direzione precisa, uno specifico aspirante qualificato a quella istruzione: l'*upadeśa* avviene a livello personale, e quando parla del Cuore e dell'indagine sull'io, Śrī Rāmaṇa dice: «Ai fini dello *jñanavicāra* (indagine di conoscenza spirituale) si deve procedere considerando come se l'ego avesse una sola forma, cioè quella dell'*ahamvṛtti*».⁵ È la posizione del *paramaguru* che mostra agli aspiranti qualificati la via per la realizzazione, la liberazione dai vincoli della contingenza. Occorrono delle precise qualificazioni per intraprendere con successo una tale via. In nessuna di queste domande si pone di fronte alla possibilità di non essere qualificato per questa via. Essendo arrivato innanzi al guru e ricevendo l'*upadeśa*, questo aspirante non ha dubbi, ma per altri non è stato così, specialmente se colui che offre in quel momento l'istruzione non si riconosce come Maestro.

D - «Allora cosa devo fare? Sono venuto da così lontano e da anni sono seduto ai piedi di Bhagavān... è stata solo una perdita di tempo? Devo andare in giro per l'India in cerca di un Maestro?».

Per l'aspirante, il Divino nella sua Grazia ha preso forma proprio per condurlo allo stato senza forma: «Ha forse qualche dubbio su questo? Chiedigli, se vuole che gli dia un documento scritto. Va' a chiamare Narayanier, il vicecancelliere, e digli di prepararne uno per lui».⁶

Śrī Rāmaṇa, quando viveva nella caverna di Virūpākṣa, tradusse in

5. Rāmaṇa Mahārṣi, *Il Vangelo*, XIV, Edizioni I Pitagorici – Catania (ora: Edizioni I Pitagorici - Roma).

6. Sādhu Arunachala, *Rāmaṇa Mahārṣi Ricordi Vol. 1, XIV*, Edizioni I Pitagorici.

prosa tamil una delle opere fondamentali dell'*Advaita Vedānta* attribuite a Śrī Śaṅkarācārya, il *Vivekacūḍāmani*. Prendiamo da quest'opera alcuni *sūtra* relativi alle qualifiche del discepolo, per una migliore comprensione.

«Il successo finale dipende essenzialmente dalle qualificazioni del ricercatore; il tempo, il luogo e l'impiego di mezzi ausiliari sono aspetti secondari.

«I Saggi hanno detto che per la realizzazione occorre praticare quattro qualificazioni, senza le quali l'attuazione del *Brahman* può fallire.

«La prima è la discriminazione tra reale e irreale, la seconda è il distacco da ogni frutto dell'azione sia in questo mondo, sia in altri, la terza è costituita dal gruppo delle sei qualità, quali la calma mentale, ecc., e la quarta è l'aspirazione ferma e ardente alla liberazione.

«Chi aspira alla verità dell'*ātman* deve, avendo le qualificazioni suddette, avvicinare un saggio Istruttore che lo guidi ad emanciparsi dalla schiavitù.

«A questo *guru* il discepolo deve avvicinarsi, con pro fonda devozione e, offrendogli umilmente i servigi, chiedergli ciò che deve conoscere». ⁷

Sūtra come questi sono presenti in molte opere della tradizione non duale; solitamente vengono ignorati e molti si confrontano così con pratiche cui non sono adatti. È un errore comune anche fra gli occidentali che si avvicinano a Śrī Rāmaṇa Mahārṣi, affascinati dalla sua logica, dalla semplicità del suo insegnamento, ritenerla una via facile. Costoro ignorano la necessità delle qualificazioni che ogni aspirante deve avere per percorrere il cammino; sono le qualificazioni ad indicarci quale sia la modalità più consona alla nostra natura. Śrī Rāmaṇa supportava ogni tipologia di cammino, non per nulla i *sādhu* di Aruṇācala compresero che il Divino Śiva, la stessa Aruṇācala, era scesa fra loro come un vero e proprio *Mahārṣi*. Questo gli ha permesso di essere riferimento per ricercatori, devoti e religiosi appartenenti ai disparati culti dell'India.

10. Come si può placare la mente?

Attraverso l'indagine: “Chi sono io?” Il pensiero “Chi sono io” distrugge tutti gli altri pensieri e, come lo stecco usato per

7. Śaṅkara, *Vivekacūḍāmaṇi*, 14, 18, 19, 32, 34, Edizioni Āsram Vidyā – Roma.

accendere la pira, anch'esso alla fine scomparirà. Allora si avrà l'Autorealizzazione.

11. Cosa significa concentrarsi costantemente sul pensiero “Chi sono io?”

Quando appaiono altri pensieri, senza prestargli attenzione, ci si dovrebbe chiedere: “A chi appaiono?” Senza curarsi di quanti siano, per ogni pensiero occorre scoprire con diligenza: “Questo pensiero a chi è apparso?”. La risposta che si troverà sarà: “A me”. Se allora ci si chiederà “Chi sono io?”, la mente risalirà alla sua sorgente; ed il pensiero che era sorto diverrà quiescente. Ripetendo questo esercizio, la mente svilupperà la capacità di rimanere in sé stessa. Quando la mente, che è sottile, si proietta tramite il cervello e gli organi di senso, appaiono i nomi e le forme materiali; quando invece rimane nel Cuore, il mondo dei nomi e delle forme scompare. Non proiettandola, ma ritenendola nel Cuore si ha ciò che viene chiamata “introversione o coscienza interiore” (*antarmukha*). Proiettando la mente fuori dal Cuore si ha invece ciò che viene detta “estroversione o coscienza esteriore” (*bahirmukha*). Allora, quando la mente è nel Cuore, l’“io”, che è l’origine di tutti i pensieri, scompare, e l’eterno Sé rifulge. Qualunque azione si compia, bisognerebbe farla senza alcuna egoità dell’“io”. Se si agisce in questo modo tutto apparirà come la natura di Śiva (Dio).

Il controllo della mente viene raccomandato in molti rami tradizionali agli aspiranti che abbiano l’opportuna posizione coscienziale.

«La vita di solitudine (*ekānta*) aiuta a controllare gli organi sensoriali (*indriyoparamane*), il controllo dei sensi serve a dominare la mente (*cetasah*), e con il controllo della mente viene trasceso il senso dell’io (*ahamvritti*). L’eliminazione dell’io porta lo *yogi* a realizzare in modo ininterrotto l’essenza della beatitudine del *Brahman* (*ānandarasa brahmi*); di conseguenza il discepolo dev’essere sempre impegnato a tenere *citta* in silenzio.

«Frena, dunque, la parola (*vānaṁ*) nel *manas*, il *manas* nella *buddhi*, la *buddhi* nel Testimone (*sākṣiṇi*) e questo nell’infinito e assoluto

ātman (*pūrṇātmani nirvikalpe*). Solo allora otterrai la suprema pace (*śāntim paramām*). Come si può notare occorre elevare lentamente, ma decisamente, la coscienza dalla condizione grossolana fino allo stato di *samādhi* provocando la rottura di livello dell'io empirico e penetrando nello stato brahmanico.

«Qualunque sia il condizionamento: corpo, energia vitale, organo sensoriale, mente, intelletto (*buddhi*), ecc., lo *yogi* che così si pensa diviene conseguentemente condizionato.

«Quando questo [condizionamento] è completamente risolto, il *muni* si distacca da tutto (*muneh sarvoparamaṇam sukham*), sperimentando l'essenza della beatitudine (*sadānandarasa*)».⁸

Śrī Rāmaṇa raccomanda una pratica che può essere eseguita indifferentemente da aspiranti qualificati per la rinuncia dagli attaccamenti mondani, ma anche come assaggio per quegli aspiranti che inizino l'allontanamento dalle spire del fenomenico, comprendendo la possibilità se non la necessità di una via interiore di consapevolezza di sé; solitamente costoro si avvicinano alla posizione dell'anacoreta.

Rāmaṇa nelle sue parole si rivolge all'aspirante che abbia già raggiunto in parte l'interiorizzazione e sappia assistere al movimento mentale senza soccombere nell'azione o nella parola. Anche i *sūtra* appena citati si rivolgono a quegli aspiranti che ancora non hanno il dominio della parola e dei sensi. Pertanto occorre comprendere che non necessariamente la stessa istruzione ha la medesima valenza se praticata da chi vive coinvolto nel mondo, chi è in procinto di distaccarsene e chi se ne è già distaccato.

«Il Saggio deve immergere, successivamente, la parola nel *manas*, il *manas* nell'intelletto (*vijñāna*), l'intelletto nel grande *ātman* e questo nella pace profonda del *Brahman*».⁹

L'aspirante ancora preso dal mondo che senta forte il richiamo del Mahārṣi e attratto dall'indagine sull'io, la pratichi con dolcezza, senza forzare, senza condannare l'eventuale caduta di attenzione, ma subito ripristinandola. Si ricordi che non è l'unica via che Śrī Rāmaṇa propone agli aspiranti, essa è per coloro che vivono forte l'anelito della ricerca

8. Śaṅkara, *Vivekacūdāmani*, 368-371. Edizioni Aśram Vidya - Roma

9. *Katha upaniṣad*: I, III, 13.

della conoscenza. Persone che arrivarono non solo da tutta l'India, ma sin dall'Europa e dalla più lontana America per sedere ai piedi del Saggio della Montagna. Qualcuno lo interrogava, altri sedevano in silenzio in meditazione, altri si contentarono di adorarlo, consapevoli di non essere in grado di comprenderlo.

Nella parte finale della sua risposta, Śrī Rāmaṇa porge le istruzioni proprie del karmayoga, le stesse che nella Bhagavadgīta, Śrī Kṛṣṇa porge ad Arjuna: «Qualunque azione si compia, bisognerebbe farla senza alcuna egoità dell'io. Se si agisce in questo modo tutto apparirà come la natura di Śiva (Dio)». Ecco che quindi chi non si trovi a suo agio con le istruzioni che indirizzano all'indagine interiore, può praticare un altro percorso che lo condurrà alla medesima meta. Śrī Rāmaṇa mostra come la stessa istruzione abbia più valenze secondo le predisposizioni dell'aspirante. Operare senza l'egoità dell'io, porta colui predisposto alla conoscenza ad interrogarsi su cosa sia l'io e quindi alla pura indagine sul soggetto. L'aspirante predisposto invece ad una vita fenomenica viene indirizzato a viverla nel distacco dalla credenza di essere l'artefice delle azioni, attraverso la perdita del senso di egoicità e quindi cogliendo l'ordine *ṛta*, che regola l'universo.

L'aspirante che invece sente forte e impellente l'anelito per il Divino, sa di essere un mero servitore e pertanto pratica il distacco dalle azioni che è chiamato solo ad interpretare per Volontà e Grazia dell'Altissimo. Ma da Śrī Rāmaṇa non arrivarono solo i ricercatori e i *sādhu*, non era circondato solo da asceti, anacoreti e rinuncianti. Attorno a lui si raccolsero persone normali, bambine e bambini, giovani, adulti, anziani, capifamiglia, vedove, magistrati, operai, impiegati.

Persone la cui vita nel mondo ancora doveva protrarsi, non essendosi esaurito quel desiderio di fruizione del manifesto che li aveva fatti incarnare. Costoro, pur assecondando i semi causali che li avevano spinti verso una vita di affettività e impegni mondani, riconobbero la santità del Mahārṣi e a lui si rivolsero con semplicità per ogni pena o per ogni bisogno del Divino. Chi gli preparava il cibo, chi lo adorava con i canti, chi gli componeva poesie e inni devozionali, chi gli portava i dolci, chi si contentava di poterlo vedere. Tutti costoro non furono esclusi dalla Grazia del Mahārṣi, né dovettero mai confrontarsi con la Sua Non-dualità. A tutti venne permesso di avvicinarsi all'Assoluto secondo le proprie

predisposizioni. È significativo infatti che il curatore di questa raccolta, abbia unito le parole che indirizzano all'indagine sull'io a quelle che parlano di azioni compiute nel distacco dall'egoità quasi a sottolineare la sostanziale equivalenza delle varie vie, secondo la propria predisposizione o qualifica.

L'Assoluto si porge nell'Informale che condensa nel Divino con forma che può scegliere di porgersi nell'Incarnazione Divina, affinché l'intera manifestazione, pur se fenomenica, possa fruire ad ogni livello dell'accesso al Divino, sia esso inteso come Padre, come Madre o come Figlio.

12. Ci sono altri metodi per spegnere la mente?

Non ci sono altri metodi adeguati oltre l'auto-osservazione. Benché anche con altri metodi possa sembrare di aver placato la mente, essa poi risorgerà. Anche attraverso il controllo del respiro la mente si tranquillizza, ma solo finché il respiro rimane sotto controllo, non appena il respiro riprende liberamente, anche la mente ricomincia a muoversi e vagare, spinta dalle impressioni residue.

L'origine è la stessa sia per il respiro che per la mente. Il pensiero, in verità, è la natura della mente. Il concetto "io" è il primo pensiero della mente, e costituisce l'egoità. Ciò da cui sorge l'egoità origina anche il respiro. Quindi, quando la mente diventa tranquilla, diventa controllato anche il respiro, e quando il respiro viene controllato la mente si placa. Ma nel sonno profondo, nonostante la mente si fermi, il respiro non cessa. Questa è la volontà del Divino, affinché il corpo sia preservato e gli altri non credano che si sia morti.

Nello stato di veglia e nel *samādhi*, quando la mente diventa tranquilla anche il respiro diviene regolare. Il respiro è la forma concreta della mente. Fino al momento della morte, la mente mantiene il respiro nel corpo, e quando il corpo muore la mente porta via con sé il respiro. Per questo l'esercizio del controllo del respiro è solo un aiuto per placare la mente (*manonigraha*); esso non la estingue (*manonāśa*). Le pratiche di controllo del respiro, insieme alla meditazioni sulle forme del Divino, la ripetizione dei *mantra*, le restrizioni sul cibo ecc. sono semplici ausili per placare la mente.

Attraverso la meditazione sulle forme del Divino e la ripetizione dei *mantra*, la mente diviene concentrata. La mente si troverà sempre a errare nuovamente. Come un elefante incatenato ad un tronco, non può che spostarsi lungo la catena, così quando la mente è occupata con un nome o una forma essa si manterrà solo su quella. Quando la mente si espande su infiniti pensieri, ogni pensiero è debole, ma quando i pensieri svaniscono la mente diventa concentrata e forte; per una mente così, la ricerca del Sé diventa facile. Di tutte le regole prescritte, quella relativa all'assunzione di cibi *sattvici* in quantità moderata è la migliore; osservando questa regola, la qualità *sattvica* della mente aumenta e questo aiuterà l'auto-osservazione.

Śrī Rāmaṇa nelle sue parole potrebbe sembrare categorico:

«Non ci sono altri metodi adeguati oltre l'auto-osservazione [per spegnere la mente]». Un'affermazione che potrebbe indurre al rifiuto o all'incomprensione altri aspiranti su cammini diversi dall'autoconoscenza. In realtà la sua affermazione va letta attraverso la conoscenza di tutti i *darśana* brahmanici. Senza entrare in merito ad ogni singolo *darśana*, vediamo come Raphael nel suo commento all'*Aparokṣanubhūti* chiarisca il medesimo indirizzo.

«Il *Vedānta Advaita*, tramite certe tecniche, come ad esempio *vicāra*, *vairāgya*, *uparati*, ecc., offre l'opportunità di esperire la verità, non di dialogare verbosamente su di essa né di metallizzarla in aride prigioni sistematiche.

«I *darśana* sono semplicemente “punti di vista” di sperimentazioni coscienziali.

«La realtà, o la cosa in sé, non può essere oggetto di ideazioni (la mente, con il pensiero analitico, può solo dare un concetto del Reale-assoluto, ma lo *yogi* non mira a questo), essa va semplicemente realizzata e svelata. Ciò di cui noi possiamo avere una relativa rappresentazione concettuale è unicamente l'oggetto fenomeno di percezione, non il soggetto-essere.

«Così, alla domanda: chi sono io? non basta formulare una semplice idea-concetto per accontentare la mente ansiosa di far quadrare i conti, ma occorre esperire quell'ente che si pone appunto tale domanda e che sta dietro ogni possibile concetto intellettuale». ¹⁰

Come il *Vedānta* viene considerato il più metafisico dei *darśana* brahmanici,

10. Raphael, *Aparokṣānubhūti*, commento al dodicesimo verso.

così al suo interno l'*Advaita* ne rappresenta l'apice senza esserne però frazione. Non esserne frazione significa che il *Vedānta*, dal punto di vista *Advaita* non è costituito di parti; il *viśiṣṭādvaita* e il *bedha bedha* non rappresentano delle contrapposizioni, ma, citando nuovamente Raphael, diversi "punti di vista di sperimentazioni coscienziali".

Ecco che Śrī Rāmaṇa amplia la risposta e conduce ogni pratica all'auto-osservazione, le pratiche devozionali di ogni genere portano, nella fase finale, alla completa concentrazione della mente su una idea del Divino che sarà stato man mano spogliato di tutti gli attributi sovrapposti dalla mente stessa. Tutti i processi di purificazione prescritti nell'ambito dei culti conducono allo stesso fine: un intelletto forte e purificato capace di centrarsi e rimanere fermo.

13. Le impressioni residue (pensieri) degli oggetti sembrano senza fine, come le onde dell'oceano.

Quand'è che saranno tutte distrutte?

Quando la meditazione sul Sé diverrà sempre più profonda. i pensieri si annulleranno.

14. È possibile risolvere le impressioni residue degli oggetti che appartengono al continuo divenire e quindi stabilizzarsi nel Puro Sé?

Senza porsi il problema se sia possibile o meno, si dovrebbe perseverare nella meditazione sul Sé. Anche se si fosse un grande peccatore, non ci si dovrebbe rattristare e lamentarsi dicendo: "Oh! Sono un grande peccatore, come potrò salvarmi?". Si dovrebbe rinunciare completamente al pensiero "io sono un peccatore" e concentrarsi intensamente nella meditazione sul Sé, allora si avrà certamente successo. Non ci sono due menti, una buona e l'altra cattiva; la mente è solo una. Sono le impressioni residue ad essere di due tipi, positive e negative. Quando la mente è sotto l'influenza di impressioni positive è chiamata buona; e quando è sotto l'influenza di impressioni negative viene vista cattiva. Non si dovrebbe

permettere alla mente di interessarsi agli oggetti fenomenici ed a ciò che riguarda gli altri. Per quanto cattiva possa essere l'altra gente, non bisognerebbe portare astio. Sia il desiderio, che l'avversione andrebbero evitati. Tutto ciò che si dà agli altri lo si dà a sé stessi. Se si comprende questa verità, chi non darà agli altri? Quando ci si eleva, tutti si elevano; quando ci si calma tutti si calmano. Tanto più ci comporteremo umilmente, tanto più avremo buoni risultati. Quando la mente sarà placata, si potrà vivere dovunque.

Le condizioni a contorno di un sistema non sono necessariamente rilevanti ai fini della comprensione delle condizioni all'interno del sistema stesso. Conoscere e difendere i confini del regno è irrilevante per quel cavaliere che voglia sconfiggere il drago per liberare Madonna Bellezza. Così Śrī Rāmaṇa indirizza l'attenzione, le energie, le forze, tutto, verso la meta finale perché è su questa che l'aspirante deve concentrarsi. Non si tratta di un invito sincretico, di ordine orizzontale, che ammette ogni mezzo giustificato dall'unico fine. Anche se la morale della *dianoia* (mente empirica) può apparire infranta (indulgere nell'automortificazione, nell'umiltà, nell'uso degli opposti), non viene toccata l'etica della *noesis* (pura intellesione).

«E, senza dubbio, l'anima esplica questa sua attività quando nessun turbamento, da parte dei sensi, venga a distoglierla, né la vista, né l'udito, né il dolore o il piacere; solo quando resta tutta isolata e raccolta in sé, trascurando il corpo, staccandosi completamente da esso, senza più alcun contatto, essa può cogliere la verità».¹¹

L'aspirante che si confronti con la via tradizionale necessita la concentrazione di non distogliersi dal suo centro, in questo passaggio per la meta finale, vi è la dissoluzione dell'individualità empirica e contingente. È un impegno da cui non si può recedere, perché non si può recedere da sé stessi se non a pena di gravi sofferenze. L'agire da re senza esserlo, l'agire da ierofante senza esserlo, l'operare da mercante o da operaio senza esserlo, porta solo nocimento al cammino, rendendolo un vago e indefinito errare. E parimenti porta nocimento a sé colui che, chiamato ad indossare il proprio *dharma*, lo rifiuti.

11. Platone, *Fedone*.

Cosa importa allora il giudicare sé stessi buoni o cattivi, se a giudicare è ancora la mente empirica? Essa è ancora preda delle impressioni del continuo divenire, che affidabilità può dare nel nostro giudizio, chiamata com'è a giudicare sé stessa? E se non è in grado di giudicare sé stessa, cosa può far ritenere opportuno che giudichi gli altri?

Al di là della fallacia del giudicare, al di là dell'inutilità di codesta azione ai fini della conoscenza del Puro Sé è opportuno riconoscere che non esiste una via a metà, una via da percorrere il sabato e da ignorare di venerdì, per chi veramente aspiri, innanzi a tutto, alla suprema Realtà. Perdersi nel giudizio, significa distogliere energia e attenzione dalla meta, dalla realizzazione, significa venir meno alla propria iniziazione.

«Inoltre io non credo che siano stati uomini dappoco quelli che istituirono i Misteri i quali, sotto il velo dell'enigma, ci hanno pur detto, fin dai tempi più remoti, che chi giungerà nell'oltretomba, come un profano, senza esserne iniziato, giacerà immerso nel fango, mentre chi vi giungerà purificato e consapevole, abiterà con gli dei. Perché, vedi, come dicono gli interpreti dei Misteri, "molti portano il tirso ma pochi sono i veri iniziati". E solo questi ultimi, a mio avviso, son quelli che si son dedicati nel vero senso della parola, alla Filosofia. E per essere anch'io dei loro, nulla ho trascurato nella mia vita ma, anzi, per quanto ho potuto, vi ho messo tutto lo zelo e, se ho agito rettamente, se ho ottenuto qualche risultato, lo sapremo quando, a Dio piacendo, saremo di là, come io credo».¹²

Occorre comprendere che queste parole di Śrī Rāmaṇa pur se offerte a tutti, perché tutti possono aspirare alla risoluzione della contingenza fenomenica, devono essere applicate solo da coloro che hanno fatto di questa applicazione motivo e priorità vitale.

Le domande che vengono qui poste vertono sulla Realtà ultima e non sono le domande che si pone chi è interessato a fruire del mondo fenomenico: del suo divenire, del suo nascere, crescere, accumulare, figliare e morire. Altre sono le vie per la fruizione del mondo, esse sono solitamente offerte e contemplate, a chi voglia dedicarvisi, nei Piccoli Misteri. Chi è interessato alla fruizione, non necessita ancora lo

12. Platone, *Ibidem*.

spegnimento della mente; si è nella fase ove questa necessita ancora di sviluppo e integrazione per una migliore comprensione del mondo e della volontà del Divino che ivi si manifesta. Sono altri gli scritti con le parole di Śrī Rāmaṇa pertinenti questi argomenti; non tantissimi, ma nemmeno pochi, considerato che egli viveva circondato da *sādhu*, da coloro che avevano rinunciato all'impermanenza del mondo fenomenico per accedere alla pura Realtà.

È altresì vero che non si prestava al gioco della *dianoia* di coloro che, incapaci di un minimo controllo, incapaci di sacrificare l'adesione all'individuato, non sapevano frenare il proliferare sterile di quesiti su quesiti, inutile ai fini della ricerca del Sé. A tutti costoro offriva un quieto silenzio che, se saputo ascoltare, avrebbe offerto la risposta a tutte le loro domande. È il quieto silenzio che l'adepto offre ai non iniziati, quando gli si accostano incapaci di ogni apprensione, calici colmi di fango dianoico, in cui si rotolano credendosi felici, imputando ogni pena ad altro da loro.

«...l'esser dominato dai piaceri è proprio dell'intemperante ed è quello che succede a costoro che, solo per godere di alcuni piaceri, ne dominano altri. Questo era quello che volevo dire poco fa quando accennavo che per intemperanza costoro sono temperanti».

«E, infatti, è così».

«Ma questo, caro Simmia, non è proprio un cambio all'insegna della virtù, questo barattare piaceri con piaceri, dolori con dolori, paura con paura, una cosa che vale di più con una che vale di meno, come se fossero monete. E, invece, bisognerebbe dar via tutto per la sola moneta che vale, il sapere, grazie alla quale si possono davvero vendere e comprare coraggio, saggezza, giustizia, insomma la virtù vera, non disgiunta dalla sapienza, si accompagnino, poi, o meno, piaceri, timori e passioni del genere.

«Quando, invece, tutto questo è separato dal sapere e diviene oggetto di mutuo scambio, oh, allora, non è vera virtù ma la sua apparenza ingannevole, una virtù d'accatto, che non ha nulla di sano e di vero. Piuttosto la verità è che la temperanza, il coraggio, la giustizia nascono quando ci si purifica di tutte queste passioni e che il sapere è, forse, il mezzo per questa purificazione».¹³

13. Platone, *Ibidem*.

Non c'è alcuna parola che possa distogliere dall'indulgenza se non c'è la necessità e la necessità non può apparire nell'adesione se non è dato il tempo della comprensione. Se non ci sono i requisiti del discepolo. Sino ad allora costoro saranno dediti ad altro e ad altro vanno lasciati, quando realmente compunti non aspirino al superamento della contingenza, allora, sviluppando l'ascolto, sapranno intendere. E non si dovrebbe dubitare mai della buona fede di chi sapendo tace, poiché il silenzio è la più grande eloquenza e ogni aspirante anziano è presente alle parole di Śrī Rāmaṇa che riportiamo.

15. Per quanto tempo bisogna praticare l'auto-osservazione?

Fin quando ci sono le impressioni degli oggetti nella mente è necessario chiedersi "Chi sono io?". Non appena sorgono i pensieri essi dovrebbero essere distrutti alla radice, tramite l'osservazione. Se si assurge alla contemplazione del Sé senza interruzioni, fino a quando il Sé sia realizzato, allora esisterà solo quello. Finché ci sono nemici nella fortezza essi continueranno a combattere strenuamente, ma se li si distrugge non appena vengono fuori, la fortezza cadrà nelle nostre mani.

Chi non è nello stato del rinunciataro, né dell'anacoreta, e pratici l'auto-osservazione può trovarsi nelle condizioni in cui nonostante una pratica continua, i pensieri non accennino minimamente a rallentare. Lo stesso avviene per quei praticanti che si confrontano con pratiche meditative di altre discipline spirituali.

In occidente, l'idea di uguaglianza fa dimenticare che nell'oggettività dei fatti non siamo tutti eguali, ci sono persone alte e basse, grasse e magre, bionde e brune, predisposte per le arti per le scienze, per l'introversione e l'estroversione, per una vita sociale e per la vita solitaria. Questa diversità nella perdita della visione metafisica del fenomenico (che lo considera come relativo e quindi parte di un processo in divenire) fa sì che ci si confronti con arti e percorsi alle quali non si è ancora pronti. Rāmaṇa risponde con grande dolcezza spiegando il meccanismo che permette la dissoluzione dei contenuti estranei sovrapposti sulla pura coscienza, ma

questo sistema deve essere applicato sulle latenze, sui residui dei contenuti per determinare il rapido successo che le parole del Mahārṣi sembrano auspicare. Sono in molti ad associare l'insegnamento del Mahārṣi ad una presunta grande semplicità e quasi stimolano le masse ad abbracciare l'*Advaita Vedānta* quasi fosse una panacea di facile fruibilità da effettuarsi senza alcun sforzo e anche senza scelta, lasciando intendere che siano ben stolti coloro che, cercando di praticare un percorso di conoscenza interiore, si trovino invece in difficoltà. Śrī Rāmaṇa sull'argomento (Tratto da Rāmaṇa Mahārṣi - Giorno per giorno - opera in preparazione):

11 Gennaio 1946 - Pomeriggio

«Un giovane di Colombo ha chiesto: «J. Krishnamurti insegna il metodo della consapevolezza senza sforzo e senza scelta, distinto dal metodo della concentrazione intenzionale. Potrebbe Śrī Bhagavān compiacersi di spiegarci meglio come praticare la meditazione e quale forma dovrebbe prendere l'oggetto della meditazione?»».

B.: «Consapevolezza senza sforzo e senza scelta è la nostra vera natura. Se possiamo raggiungere o essere in quello stato, allora va bene, ma la maggior parte delle persone non lo può raggiungere senza lo sforzo della meditazione intenzionale. Tutte le vecchie *vāsanā* portano la mente verso l'esterno, la rivolgono verso gli oggetti esterni. Invece tutti i pensieri devono essere abbandonati e la mente rivolta verso l'interno. Per questo motivo, per la maggior parte della gente, lo sforzo è necessario. Chiaramente chiunque, come ogni libro, può dire: “Stai fermo e immobile.” Ma non è facile. Ecco perché la pratica dello sforzo è necessaria. Anche se noi troviamo qualcuno che ha realizzato immediatamente il *mauna* o lo stato Supremo, stiamo sicuri che lo sforzo necessario è stato compiuto in una vita precedente. Così, la consapevolezza “senza sforzo e senza scelta”, è arrivata solamente per mezzo della meditazione intenzionale. Per la meditazione si può prendere qualsiasi forma che più piace. Vedi quella che ti aiuta a tenere via tutti gli altri pensieri e adotta quel metodo per la tua meditazione».

A questo proposito Bhagavān ha citato i versi del santo Thayumanavar. La cui essenza è: «La beatitudine verrà a te se sei calmo. Ma per quanto tu possa dire alla mente questa verità, la mente non resterà quieta. È la mente che non resterà ferma. Perché è la mente che dice alla mente “Stai calmo e quieto e raggiungerai la beatitudine”. Difatti sebbene tutte le sacre scritture

l'abbiano detto, sebbene lo sentiamo dire ogni giorno dai Saggi, sebbene ce lo dica anche il nostro *guru*, noi non siamo mai calmi, né in quiete, ma erriamo nella *māyā* del mondo e degli oggetti dei sensi. Ecco perché è richiesto uno sforzo consapevole, intenzionale, cioè la meditazione, per raggiungere quello stato di *mauna*, lo stato di quiete».

16. Qual è la natura del Sé?

L'unica cosa che esiste veramente è il Sé. Il mondo, l'anima individuale e il Divino, sono sue manifestazioni. Come l'argento nella madreperla questi tre appaiono insieme e scompaiono insieme. Il Sé è ciò che rimane quando non c'è assolutamente più alcun pensiero "io". Questo è il "silenzio". Lo stesso Sé è il mondo, lo stesso Sé è l'"io", lo stesso Sé è Dio; tutto è Śiva, il Sé.

Sono molti gli indirizzi che la Tradizione metafisica ci lascia quali semi meditativi attraverso cui intuire e comprendere la nostra essenza. C'è chi sostiene che il Sé è quel silenzio fra due pensieri successivi, chi lo stato senza possessi, chi anche uno stato così naturale che non ce ne accorgiamo nonostante sia sempre presente essendo la nostra medesima essenza. Il cammino spirituale in realtà non serve ad esperire il Sé, serve piuttosto ad eliminare, purificando i contenuti, tutte quelle distrazioni di cui preferiamo la percezione e che ci distraggono dal Sé. In un bellissimo tramonto, il Sé è quel sottofondo che permette l'ampiezza della vista. In una notte stellata, il Sé è quella profondità che rende sublime la percezione visiva. Nel sogno e nella veglia, il Sé è la finestra, il terzo occhio che osserva-testimonia ad ogni evento. Nel sonno profondo è quel sostrato continuo che al risveglio fa affermare di aver dormito.

17. Non è ogni cosa creazione di Dio?

Il sole sorge senza alcun desiderio, volontà o sforzo; e alla sua semplice presenza, la pietra di sole emette fuoco, il loto sboccia, l'acqua evapora, la gente svolge le sue attività e tutto il resto. Come in presenza del magnete la bussola si muove, è in virtù della mera presenza di Dio che le anime governate dalle tre

funzioni (cosmiche) o dalla quintuplici attività divina, svolgono le loro azioni e tutto il resto, secondo il proprio *karma*. Dio non ha proposito; nessun *karma* lo vincola. Questo è come le azioni del mondo, che non influenzano il sole, o come i meriti e demeriti degli altri quattro elementi che non influenzano tutto lo spazio infinito.

Se consideriamo il movimento di un uomo che dorme nel suo letto rispetto alla sua città, esso è immobile. Ma la sua città rispetto al sole si muove, e questi si muove rispetto alle stelle fisse (così lontane da considerarsi fisse). Ogni affermazione è vera nell'ambito delle condizioni del suo insieme e di quelle considerate al contorno dell'insieme. Questo impedisce l'acquisizione di credenze assolute nel ricercatore che eserciti la discriminazione e il distacco: ogni inferenza potrà essere lasciata cadere non appena mutino le condizioni di contorno, ma già l'inferire muta queste condizioni. Il sole non si fa toccare dalle azioni nel mondo. Vero sino a quando, non inizio a "credere" questa affermazione "assoluta". Una generalità non determina *ipso facto* un assoluto. Quindi di ogni affermazione, il ricercatore deve essere consapevole del soggetto che esperisce le condizioni che la determinano e del soggetto che la pensa. Si accorgerà che i due soggetti non sono i medesimi, essendo le due esperienze dislocate temporalmente e modificando le condizioni all'intorno, spesso la prima, sempre la seconda. Se aderisco all'esperienza modifico l'esperienza, l'inferenza è già una ulteriore modificazione dell'esperienza.

18. Qual è il più grande tra i devoti?

Il migliore è colui che giunge al Sé, che non è altri che Dio. Arrivare a Dio significa rimanere costantemente nel Sé, senza lasciar alcun spazio ove possano sorgere i pensieri, tranne quello del Sé. Quali che siano i carichi che affidiamo al Divino, Egli li accoglie. Poiché il supremo potere del Divino si prende cura di tutto, perché ci preoccupiamo sempre, pensando a come e cosa andrebbe o non andrebbe fatto, invece di abbandonarci a Lui? Sappiamo che il treno porta ogni tipo di carico, perché quindi, una volta saliti, dovremmo continuare a tenere faticosamente sulla testa i nostri bagagli, invece di posarli per terra e riposare?

Agli occhi dello *jñāni* non ci sono più mete finali, nonostante egli accetti la possibilità di vie all'apparenza diverse, man mano che i ricercatori si approssimano alla meta, non possono non riconoscere la similarità delle circostanze, delle occasioni e dell'esperienze che, seppur trascritte con diversi linguaggi, tutte descrivono la medesima meta. Sono state figure come Śrī Rāmaṇa e Śrī Ramakrishna in tempi moderni ad avere confermato ai diversi culti l'uniformità della meta finale. Descrivere Dio come una accesa amante, come un figlio, un caro e giocondo amico, una tenera o esigente madre, non distoglie il ricercatore dalla consapevolezza della sua unità. Né dovremmo farci confondere da chi lo descrive come un'esperienza visuale o una pura essenza. *Savikalpa* [con differenziazione] o *nīrvikalpa* [senza differenziazione], sono diverse esperienze di Dio, ma è sempre lo stesso identico ed unico Dio. Chi è più grande per un uomo? La moglie, la figlia, il figlio, la madre, l'amante? Occorre necessariamente definire una grandezza? No, ma possiamo cogliere invece l'essenza qualitativa di quel manifestarsi. Si può aspirare ad essere il miglior marito, la miglior moglie, il miglior figlio, il miglior amante per Dio. Ecco, un miglior devoto avrebbe potuto rispondere all'interlocutore di Śrī Rāmaṇa: "Non mi interessa, mi interessa che tutti si sia i migliori devoti, affinché Egli non possa essere turbato dall'esistenza di un più e un meno, di un migliore e di un deteriore. Questo ci supporti quando indugiamo sul nostro presunto o auspicato livello coscienziale: quale esso sia, si continui ad aspirare.

19. Cosa è il non-attaccamento?

Il non attaccamento consiste nella distruzione dei pensieri alla radice e senza lasciare alcun strascico, non appena sorgono. Proprio come il pescatore di perle lega un masso alla cintola e si immerge nel mare per pescare le perle, così ciascuno di noi, armato del non attaccamento, dovrebbe scendere in sé stesso e cogliere la perla del Sé.

Śrī Rāmaṇa indica come non-attaccamento la capacità di discriminare su qualsiasi contenuto, senza conseguenze. Ci soccorre in questo senso

l'opera già citata di Śaṅkara, il *Vivekacūḍamani*, dove è detto che la discriminazione necessita del distacco per poter essere applicata.

Il distacco è la distanza, ad esempio, di cui necessitano i nostri occhi per poter vedere: una cosa troppo vicina non può essere messa a fuoco. Così è nella nostra interiorità: pensiero, emozione o sentimento; se vi aderiamo non possiamo vederli, ri-conoscerli, identificarli; è distaccandocene che comprendiamo che essi sono altro dal Sé, lo scopo della nostra ricerca, e se li vediamo è grazie al Sé che siamo e cerchiamo.

«Tu, quando parli o pensi a Lui, elimina ogni altra cosa. Ma eliminando e tenendo per te soltanto “Lui”, non cercare ciò che potresti aggiungergli; ma vedi se per caso tu non abbia ancora eliminato qualcosa da Lui nel tuo pensiero. Poiché è possibile che tu sia in contatto con qualcosa che non permette che si dica o si comprenda più nulla».¹⁴

Il cercatore di perle discende nel mare grazie al peso che lo porta giù, lo stesso è il distacco. È il distacco che ci fa immergere in noi stessi, dimentichi di noi stessi, mentre la discriminazione ci aiuta ad identificare tutto ciò che non è la perla cercata. Questo non-attaccamento è importante che venga applicato allo stesso processo di interiorizzazione o ricerca e alla stessa discriminazione.

«Il saggio, già penetrato di ragione, scopre agli altri ciò che trae da sé: in sé è rivolto il suo sguardo. Egli tende all'unità e alla calma non solo rispetto alle cose esteriori, ma anche verso sé stesso, e tutte le cose in sé ritrova».¹⁵

Questo processo - nel tempo e in coloro che non hanno la grazia di essere nella stessa posizione coscienziale del Mahārṣi e quindi in grado di completarla in poche decine di minuti - si amplia finendo per assorbire l'intera giornata, se non la notte, divenendo la pratica meditativa senza seme o dell'osservatore o testimone.

Per alcuni consiste nell'iniziare l'auto-osservazione di ogni processo sensibile e sottile sin dal primo risveglio. Per altri il risveglio è la continuazione della medesima pratica che non si è interrotta durante il sogno, e che nel sonno profondo è proseguita come identità.

«Molte attività, meditazioni e azioni si potrebbero trovare, e assai

14. Plotino, *Enneadi*, VI, 8, 21.

15. Plotino, *Enneadi*, III, 8, 6.

belle, anche nella veglia, pur non accompagnate da coscienza e proprio quando meditiamo o agiamo. Infatti non è necessario che colui che legge abbia coscienza di leggere, specialmente se legge attentamente; né che colui che agisce coraggiosamente abbia coscienza di agire con coraggio, finché agisce; e così mille altri casi simili. Cosicché la coscienza pare che offuschi gli atti che essa rende consci, i quali, da soli, hanno più purezza, più forza, più vita; e in questo stato di incoscienza più intensa è la vita degli uomini diventati saggi, poiché essa non si disperde nelle sensazioni, ma si raccoglie in sé stessa in un punto solo».¹⁶

Conviene ricordare che i momenti di interruzione non sono catastrofici, né negativi, occorrerà del tempo affinché la pratica diventi costante e anche lì talvolta capiterà di interromperla - sino a che non si imparerà ad utilizzare la mente e a rispondere agli eventi senza cessare la testimonianza agli stessi. Quando si interrompe il non-attaccamento occorre sapere applicare il non-attaccamento all'interruzione stessa, lasciandola quindi scorrere nella discriminazione distaccata, senza attaccarsi (recriminare) all'accaduto. Occorre lasciar cadere, attraverso la discriminazione e il distacco, la tendenza al definire la dualità fra bene e male per ogni evento, e relativo "attaccamento", ossia repulsione-condanna e attrazione-approvazione; perché l'attaccamento non è solo attrattivo, ma anche repulsivo. L'attaccamento è un processo di sovrapposizione, l'inferire su un qualsiasi evento, protraendolo oltre il tempo necessario al riconoscimento. La discriminazione attraverso il non attaccamento abbandona senza produrre ulteriore inferenza tutto ciò che è riconosciuto come non Sé, il non reale in sé.

«Il non essere per me è non il non essere assoluto, ma solamente ciò che è altro dall'essere: non intendo, però, il non essere altro, come sono altri dall'essere il movimento e la quiete che sono nell'essere, ma come l'immagine dell'essere è altra dall'essere o come un non essere ancora inferiore. Sono tali tutte le cose sensibili e le relative affezioni e, in un grado ancor più basso, gli accidenti di quelle, è tale il principio delle cose sensibili e tale ciascuno dei loro componenti».¹⁷

16. Plotino, *Enneadi*, I, 4, 10.

17. Plotino, *Enneadi*, I, 8, 3.

20. Non è possibile per Dio e per il Maestro liberare un'anima?

Dio ed il Maestro mostreranno solo la strada verso la liberazione; essi non porteranno da soli l'anima alla liberazione. In verità Dio ed il Maestro non sono differenti. Proprio come la preda finita tra le fauci della tigre non ha scampo, così coloro che sono arrivati sotto lo sguardo pieno di grazia del Maestro, non si perderanno e saranno salvati dal Maestro, tuttavia, ognuno deve percorrere con le proprie forze il sentiero mostrato dal Maestro o da Dio, ed ottenere la liberazione. Ciascuno può conoscere sé stesso solo attraverso le proprie capacità di conoscenza e non con quelle altrui. Colui che è Rama dovrebbe aver bisogno di uno specchio per sapere di essere Rama?

Qual è il libero arbitrio per l'ente? L'essere consapevoli di sé. Come si esplica nel sensibile questa consapevolezza? Attraverso la testimonianza di sé.

«Il singolo, in quanto cade sotto l'universale, è condotto secondo una legge: l'universale infatti è nell'intimo di ciascun individuo, e la legge non trae dal di fuori la forza per il suo compimento, ma le è dato di sussistere in coloro che la utilizzano e la portano ovunque; e quando viene il momento, allora si avvera quanto vuole la legge per opera di coloro che la possiedono in sé, sicché sono essi che la eseguono in quanto la portano con sé, ed essa si attua perché ha trovato in loro la sua dimora e pesa, per così dire, su di loro suscitando l'angoscioso desiderio di andare lì dove essa dice nel loro intimo di andare».¹⁸

La devozione per il Maestro, se non la sua venerazione, mostra al discepolo-devoto la sua identità con l'Assoluto, con il Principio. Questo conduce ad identificare l'*Iṣṭhadevatā* (l'Ideale prescelto come Principio realizzativo) con quelle figure più o meno antropomorfe che l'immaginario collettivo ha costruito per rappresentarsi e significarsi l'assoluto Sé o Reale. Questa rappresentazione prevede per ogni culto una figura spesso antropomorfa che assurge alla posizione di Demiurgo e che questi incida nel manifestarsi dell'essere come unico artefice.

18. Plotino, *Enneadi*, IV, 3, 13.

Questa posizione è un punto di vista valido a tutti gli effetti, solo che non può essere utilizzato se l'aspirante sta già operando da un altro punto di visto, quello che vede egli stesso come puro Sé a cui deve risvegliarsi attraverso l'autoindagine.

«L'intelligenza, separandosi da tutte le altre cose e raccogliendosi nella sua interiorità, non vede più nulla e giunge a contemplare quella luce che non è “altra in altro”, ma è sola e pura in sé e per sé e splende all'improvviso in sé stessa così da far dubitare se sia apparsa dal di fuori o dal di dentro, e da far dire, quando sia scomparsa: “ma era dentro dunque, o non era dentro?”. [...] Non dobbiamo inseguirla, ma aspettarla tranquillamente finché essa non si riveli, preparandoci ad essere spettatori, come un occhio che è in attesa del sorgere del sole, il quale, levandosi dall'orizzonte - dall'Oceano sostengono i poeti - si fa cogliere dagli occhi nostri».¹⁹

La commistione fra libero arbitrio e Demiurgo è difficile anche se parecchi culti si sono cimentati in siffatte speculazioni che però necessitano poi di parecchi compromessi logici per stare in piedi. È difficile ma non impossibile, specialmente ai piedi di un saggio realizzato - ed è questo il caso in cui si trovano gli interlocutori di Śrī Rāmaṇa - dove il percorso spirituale è ben equilibrato fra la via dell'azione, della devozione e della conoscenza di sé.

Invocare l'aiuto di un intervento superiore è la negazione stessa del percorso di autoconoscenza, perché si ammette all'interno del processo discriminativo nel distacco, un elemento non discriminato attraverso l'attaccamento: è la negazione stessa di questa *sādhanā*.

Ma non è la negazione di una *sādhanā* attraverso la *bhakti* o l'azione. D'altra parte una *sādhanā* siffatta, così nuda, è cosa preziosa, ma rara e dobbiamo prenderne atto con umiltà: la maggioranza degli aspiranti vivono una condizione mista, iniziando spesso il percorso di autoconoscenza all'interno di una *dharma* familiare, lavorativo, comunque immerso nel mondo profano. Pertanto raramente ci si troverà nelle condizioni di purezza di un processo di pura autoconoscenza, se non in una auspicata fase finale.

Rāmaṇa in questo caso richiamando l'aspirante, - che possiamo

19. Plotino, *Enneadi*, V, 5, 7-8.

immaginare come un *sādhu* che ha rinunciato al mondo, privo di legami e doveri familiari e sociali - fa riferimento insieme al Maestro, al Divino e alle capacità di ciascuno per raggiungere la liberazione. Pertanto, come non si deve fare affidamento ad altri per la propria liberazione, così non si deve fare affidamento su capacità ideali che non si possiedono, se non le si possiede.

Nei momenti in cui il processo di autoconoscenza non procede in purezza, si può, anzi è auspicabile, fare affidamento sul Divino, attraverso la preghiera, la meditazione, la contemplazione: quell'apertura al Divino o alla Vita, sua manifestazione e potere, esattamente come facevano i *sādhu* che si erano riuniti ai piedi di Śrī Rāmaṇa, che oltre a seguire le sue istruzioni, "condivano" questa *sāadhanā* con la sua venerazione attraverso canti, ripetizione del Nome, nonché servizio.

21. È necessario per chi vuole raggiungere la liberazione interrogarsi sulla natura delle categorie (*tattva*)?

Come chi deve gettare dei rifiuti non ha bisogno di analizzarli e vedere cosa siano, così chi vuole conoscere il Sé non ha bisogno di conoscere il numero delle categorie o le loro caratteristiche; occorre rifiutare completamente tutte le categorie che nascondono il Sé. Il mondo andrebbe considerato come un sogno.

22. Non c'è differenza tra veglia e sogno?

La veglia è lunga ed il sogno breve; non ci sono altre differenze. Come la veglia sembra reale al risveglio, così accade nel sogno mentre si sogna. Nel sogno la mente utilizza un altro corpo. In entrambi, sogno e veglia, pensieri, nomi e forme concorrono simultaneamente.

Nyaya e *Vaisesika* sono i sistemi che hanno esaminato il mondo attraverso le categorie, necessarie per ordinare gli eventi attraverso gli strumenti di conoscenza, ma qui vengono indicati i *tattva* quindi non ci si sta riferendo alle categorie di un ordine solamente naturale, quanto alle

categorie dal un punto di vista del realismo materiale e pluralismo spirituale, del *Sāṃkhya* che prevede due principali categorie, *prakṛti* e *puruṣa*. La domanda del discepolo fa riferimento specificatamente ai *tattva* che sono le ventiquattro categorie proprie dell'evoluzione della natura o *prakṛti*. In realtà queste categorie classificano l'ente a partire dalla sua natura: intelletto, senso dell'io, i tre *guṇa*, mente empirica, i cinque sensi, la parola, l'apprensione, etc. Rāmaṇa con questa istruzione marca ulteriormente coloro che ne sono i destinatari; dicendo espressamente che le categorie sono inutili, sono da abbandonarsi e il mondo stesso è da considerarsi come sogno, egli indica solo nei *sādhu*, nei rinuncianti i praticanti del suo insegnamento - nell'India del Sud, specialmente nell'ambito degli *śaiva*, il termine *sādhu* si sovrappone quasi perfettamente sul termine *samnyāsin*, in uso nell'ambito tradizionale di Śāṅkara. Molti *sādhu* prendono nel loro nome il termine *svāmi* come fra i *samnyāsin*.

«Tutti gli uomini, fin dalla nascita, si servono dei sensi prima che dell'intelligenza e s'imbattono anzitutto nelle cose sensibili: alcuni rimangono fermi ad esse per tutta la vita e credono che esse siano le prime e le ultime ritenendo che il dolore e il piacere che c'è in esse sia il male e il bene; in tal modo trascorrono la loro vita sfuggendo l'uno e rincorrendo l'altro, e chi fra loro dà una certa importanza alla filosofia sostiene che questa sia la sapienza. Costoro sono simili agli uccelli pesanti che hanno avuto molto dalla terra e, resi pesanti, non riescono a volare in alto, pur avendo ricevuto le ali dalla natura. «Ce ne sono altri che si sollevano un po' dal basso, poiché la parte migliore della loro anima li spinge dal piacere alla bellezza, ma, essendo incapaci di vedere le vette e non avendo un altro punto sul quale appoggiarsi, cadono in basso, insieme con la loro parola "virtù", verso la vita pratica, verso la scelta fra le cose terrene, dalle quali prima avevano cercato di elevarsi.

«C'è infine una terza schiatta di uomini divini che hanno una forza maggiore e una vista più acuta, i quali vedono con uno sguardo penetrante lo splendore di lassù e si elevano al di sopra delle nubi e della nebbia terrena e, disdegnando tutte le cose mondane, gioiscono di quel luogo vero e familiare, come un uomo che, dopo tanto errare, torna alla sua patria bene governata».²⁰

20. Plotino, *Enneadi*, V, 9, 1.

23. È utile la lettura per chi aspiri alla liberazione?

Tutti i libri affermano che per ottenere la liberazione occorre placare la mente, quindi la loro conclusione è che la mente va resa quiescente; appreso questo, non serve leggere senza posa. Per acquietare la mente occorre solo interrogarsi su cosa sia il Sé; come si può fare sui libri? Ognuno dovrebbe conoscere il proprio Sé attraverso le proprie capacità di conoscenza. Il Sé è entro le cinque guaine, mentre i libri ne sono fuori! Dal momento che il Sé va scoperto discriminando le cinque guaine, è futile cercarlo nei libri. Verrà il momento in cui bisognerà dimenticare tutto ciò che si è imparato.

Esistono due tipi di libri, quelli che testimoniano la tradizione e quelli che mostrano la fantasia dell'autore. La *Bhagavadgīta*, col commento di Śaṅkara, il *Vivekacūḍāmani*, la *Maṇḍūkyakārikā*, cui dona sublime voce nella traduzione Raphael, sono opere fondamentali per quell'aspirante che voglia vivere la propria via di fuoco. Perché allora Śrī Rāmaṇa qui avvisa della futilità dei libri, quando lui per primo li amava e curava con grande rispetto? Perché già ai suoi tempi era iniziata la proliferazione dei testi e degli autori e ognuno scriveva di tutto e di più, senza alcuna reale nuova testimonianza o conferma o offerta da lasciare. Parimenti, alcuni ricercatori indulgevano in continue letture, saltando da un Maestro all'altro, come api di fiore in fiore, incapaci di meditare e realizzare alcuno dei *sūtra* studiati. Il *mantra* veniva relegato ai momenti deputati, e non riusciva a valicare la coscienza divenendo autoripente.

Anche questo punto di vista però è destinato a naufragare nell'intendimento di Śrī Rāmaṇa, quando allerta: "Verrà il momento in cui bisognerà dimenticare tutto ciò che si è imparato". E questo per alcuni può essere devastante.

Significa che ci sarà un momento in cui ogni apprensione verrà meno. Verrà meno perché la conoscenza diretta non lascia spazio per le opinioni costruite sulle credenze della mente e, al suo fermarsi, ogni opinione verrà meno. Esiste un altro approccio ai testi sacri, l'approccio esperienziale, il libro diviene un compagno di percorso da consultare come si consulta la guida di un museo (se non si ha un accesso al Maestro), che spiega cosa sia quell'evento-oggetto cui stiamo assistendo. Cercare di immaginare la

visione del Divino o farsene un'idea, fantasticare o farsi un'opinione del *savikalpa samādhi*, se non si è vissuta alcuna di queste esperienze, non è saggio per l'aspirante.

Una cosa è gioire dell'amore che un santo ha messo in un inno, in una venerazione del Divino, patire del senso di inadeguatezza di un mistico o piangere al sentire il nome del Signore, un'altra è speculare su stati che non fanno parte del presente dell'aspirante. Certi libri, specialmente quelli espressamente definiti *Advaita*, andrebbero presi a dosi omeopatiche e masticati per molti anni, prima che la loro dolcezza possa effondersi.

24. Cos'è la felicità?

La felicità è la vera natura del Sé; la felicità e il Sé non differiscono. La felicità non si trova in alcun oggetto del mondo fenomenico. A causa della nostra ignoranza crediamo che la felicità derivi dagli oggetti. Quando la mente si estroverte, sperimenta il dolore. In realtà, quando i suoi desideri sono soddisfatti, ritorna al suo posto e gioisce della felicità che è il Sé. Allo stesso modo, nel sonno, nel *samādhi*, nell'incoscienza, quando l'oggetto desiderato viene ottenuto, quando l'oggetto odiato è rimosso, la mente è introvertita e gioisce del puro Sé-Beatitudine. La mente entra ed esce dal Sé senza posa. Sotto l'albero, l'ombra è gradevole; fuori, all'aperto, il caldo è insopportabile. Una persona che è stata al sole gode il fresco, quando raggiunge l'ombra. Colui che continuamente, passa dall'ombra al sole e viceversa, è un pazzo. L'uomo saggio è quello che rimane sempre all'ombra. Allo stesso modo, la mente di colui che conosce la Verità non lascia il *Brahman*. Al contrario, la mente dell'ignorante si immerge nel mondo e, trovandolo miserabile, per un breve momento torna al *Brahman* per sperimentare la felicità. Infatti, quanto viene chiamato mondo è solo un pensiero. Quando il mondo scompare, ossia quando non c'è più pensiero, la mente sperimenta la felicità; quando il mondo appare la mente sprofonda nella miseria.

Nel mondo della percipienza, la felicità è data dall'alternanza del dolore. Viene chiamata gioia quello stato di separazione dalla contingenza

che più ci avvicina alla nostra essenza. Parimenti viene detto che non è possibile poter usufruire perennemente della gioia perché solo la presenza della diversità permette la percezione e quindi la fruizione di uno stato rispetto all'altro.

L'aspirante che abbia raggiunto l'auto-osservazione (attraverso le varie pratiche di *dhāraṇā* [concentrazione], *dhyāna* [meditazione]) potrà vedere come la gioia viene esperita al termine dell'adesione perché avviene un avvicinamento alla propria essenza (la gioia dell'innamoramento consegue alla sensazione di completezza che insieme hanno i due amanti; la gioia della liberazione da una pena, avviene al termine dell'adesione al dolore; la visione dell'*Iṣṭadevatā* determina gioia perché l'*Iṣṭadevatā* è il simbolo della nostra reale natura. Ma questa gioia è ancora parte del mondo della contingenza perché necessita dell'adesione per venire in apparenza.

«Il Saggio, realizzando il Divino attraverso la pratica della concentrazione sul Sé, si lascia dietro la gioia e la sofferenza.»²¹

La gioia trascendente, della Verità, del *Brahman*, non è nemmeno la gioia apparente protratta indefinitivamente, come l'esempio di Śrī Rāmaṇa, del saggio che rimane sempre nell'ombra dell'albero, potrebbe far credere: non è il protrarsi della sua apparenza che può rendere reale un fenomeno.

«La crescita dell'esistenza terrena non mi appartiene. La gioia che deriva da un godimento continuo non mi appartiene né mi appartiene il vincolo della non-conoscenza. Io sono nettare di conoscenza, esistenza omogenea, come il cielo».²²

Né si creda che la felicità trascendente sia equivalente ad uno stato di annichilimento o al vuoto che si può esperire in alcune fasi della *sādhana*, ma nemmeno allo stato di chi abbia realizzato la beatitudine dell'*ānandamayakosha*.

«Io compio sempre la suprema azione che è non-azione. Io sono la gioia suprema, priva di attaccamento e non-attaccamento. Sono la gioia eterna, priva di corpo e di assenza di corpo. Sono nettare di conoscenza, esistenza omogenea, come il cielo».²³

21. *Katha upaniṣad* I, 2, 12.

22. Dattātreyā, *Avadhūtagītā*, III, 13. Edizioni I Pitagorici.

23. Dattātreyā, *Avadhūtagītā*, III, 26.

[Si riportano a seguire, per completezza, le ultime quattro domande e relative risposte di Rāmaṇa Mahārṣi dell'opera qui tradotta e commentata: Nan Yar; purtroppo queste ultime non hanno trovato il tempo di essere commentate da Bodhānanda, come le precedenti, a motivo della sua dipartita fisica...]

25. Cos'è la visione interiore consapevole (*jñāna-dṛṣṭi*)?
È il rimanere nella quiete. Per far ciò bisogna sciogliere la mente nel Sé. La telepatia, il conoscere il passato, il presente ed il futuro e la chiaroveggenza, non sono visione interiore consapevole.

26. Qual è la relazione tra assenza di desiderio e saggezza?
Assenza di desiderio è conoscenza. Le due cose non sono differenti; sono la stessa cosa. Assenza di desiderio è il rifiutarsi di rigirare la mente intorno ad ogni oggetto. Saggezza è la scomparsa di ogni oggetto. In altre parole, cercare ciò che è diverso dal Sé non è assenza di desiderio e non abbandonare mai il Sé è saggezza.

27. Che differenza c'è tra l'interrogarsi ed il meditare?
Interrogarsi consiste nel ritirare la mente nel Sé. Meditazione è pensare che il proprio Sé è *Brahman*, Esistenza-Coscienza-Beatitudine.

28. Cos'è la liberazione?
Interrogarsi sulla natura del proprio io ridotto in schiavitù, e realizzare che la propria vera natura è libera.

Edizione speciale offerta nel giorno della nascita di Bodhānanda.



Associazione Vidya Bharata
www.pitagorici.it
www.vedanta.it
www.vidya.org

Iscrivendosi alla Mailing List “Advaita Vedanta” si ricevono gratuitamente traduzioni prevalentemente inedite. Nella Mailing List “Vidya Bharata” si riceve l’omonimo periodico con articoli, brani e notizie. I brani sono tratti o ispirati dalla tradizione metafisica universale e possono essere uno spunto meditativo-riflessivo per coloro che vogliono confrontarsi con un percorso tradizionale.

Per iscriversi

Advaita_Vedanta-subscribe@yahoogroups.com
vidya_bharata-subscribe@yahoogroups.com

NOTIZIA SUL COPYRIGHT

Copyright © 2009 Vidya Bharata, Catania, Italia.

I contenuti di questo documento sono protetti dalla legge italiana sul diritto d’autore. Questo documento può essere diffuso, stampato e copiato liberamente, purché venga mantenuto integro, senza modifiche, nella sua interezza, includendo interamente questa pagina e quella di copertina, purché non venga posto in vendita o commercializzato direttamente o indirettamente. I diritti di traduzione in altre lingue sono riservati.

www.pitagorici.it

LIBRI PUBBLICATI

- 1) **Il Vangelo di Rāmaṇa Mahārṣi.** Presentazione di Raphael.
- 2) **Satya Sai Baba e il Vedānta Advaita** di Prema Dharma.
- 3) **Avadhūtagītā di Dattātreyā.** Presentazione di Raphael.
- 4) **Dialogo dIstruzione** di Prema Dharma.
- 5) Rāmaṇa Mahārṣi - **Ricordi Vol. I** di A.D. Mudaliar, Sādhu Aruṇāchala.
- 6) **Advaita Bodha Dīpikā** - Karapātra Svāmi. Presentazione Raphael.
- 7) **Et in Arcadia ego animam recepi** di Sigife Auslese.
- 8) **Il Vangelo di Śrī Ramakrishna - Vol I e II** di M. (Mahendranath Gupta)
- 9) Rāmaṇa Mahārṣi - **Ricordi Vol. II** di G.V. Subbaramayya.
- 10) Rāmaṇa Mahārṣi - **Ricordi Vol. III** di Śrī Kunjusvāmi.
- 11) **Discorsi Ispirati** - Svāmi Vivekānanda. Presentazione Bodhānanda
- 12) **Vita di Vivekānanda e il Vangelo Universale** - Romain Rolland.