



## **Advaita Sadhana. Da “I discorsi di Sri Chandrasekhara Saraswati Swamigal”.**

### **Appunti dal seminario del 20 Maggio 2018, “La Via filosofale del Vedanta”, con Udai Nath.**

#### 1. Le altre scuole filosofiche

“Vi è una Suprema entità come Causa di questo universo. La stessa causa è la nostra origine. Quello che ci ha creati. Siamo solo Jivatma [anime individuali] limitate. Ma quello è il Paramatma, l’infinito Supremo. Questo Jivatma deve tornare indietro fino a ricongiungersi al Paramatma. Solo allora questo Samsara, il ciclo ripetitivo della nascita e della morte, le sofferenze cui il karma ci sottopone e le turbolenze della mente finiranno e potremo raggiungere lo stato di eterna felicità. Questo è lo stato chiamato ‘Liberazione’ o ‘Moksha’. Quando si raggiunge non vi è più morte e si consegue la pace eterna”.

Così dicono le religioni e ci mostrano la via per raggiungere il Paramatma. Ogni religione e scuola filosofica dà un nome a quel Paramatma. Una scuola dirà ‘Shiva’, un’altra ‘Vishnu’, un’altra ancora dirà ‘Shakti’. Fai questo e quello, e andrai al luogo [Kailasa] dove è Shiva, il mondo di Moksa, dice una scuola. Un’altra dirà che quel mondo è solo Vaikuntha, residenza di Vishnu. Così la scuola Shakta dirà che il mondo di Moksa è solo Amba, detto Shri-puram. Oppure, Moksa è l’Ananda- Bhavana in cui vive Ganesha, diranno altri. No, è Skanda-giri, dove vive Subrahmanya; Krishna ha il suo mondo di beatitudine, chiamato Golokha – dunque le differenti scuole di pensiero si prodigano di parole. Ognuna offre un metodo di devozione e ricorda che lo scopo dell’Upasana è raggiungere il mondo dell’infinita beatitudine, a cui danno nomi differenti.

Qual è la relazione tra Jivatma e Paramatma? Questa è una domanda importante che viene posta e risposta da ciascuna scuola alla sua maniera particolare. Una scuola dirà che il Jivatma è sempre distinto dal Paramatma; e che nello stato di Moksa il Jivatma gode l’infinita beatitudine nell’adorazione del Paramatma, o Bhakti – questa è la conclusione Dvaita [dualismo]. Un’altra dirà: sebbene il

Jivatma si trovi separato offrendo la sua devozione [Bhakti] al Paramatma, avrà la percezione del Paramatma immanente in sé, come sua anima; questo è il Vishishtadvaita [non dualismo qualificato]. Ancora un'altra dice: quando il sole sorge le stelle non smettono di esistere; soltanto scompaiono dalla vista, a causa della luminosità del sole; così nella Moksha, il Jivatma sebbene non perda la sua esistenza, avrà la sua piccola coscienza sommersa nella Coscienza Assoluta del Paramatma – questa è la dottrina Shaiva-siddhanta. E vi sono ancora altre scuole di pensiero.

## 2. L'Advaita è differente

La scuola filosofica iniziata da Adi Shankara Bhagavat-pada è chiamata Advaita. Esprime un pensiero totalmente differente da tutti quelli descritti. Rifiuta tutte le chiacchiere sul Jivatma che sfugge al mondo e al samara, che va e raggiunge il Paramatma e tutte le conseguenti considerazioni su questo mondo e sul cosiddetto mondo-di-moksha e sulla relazione tra i due. Non vi è nulla che sia 'questo mondo'; è solo Maya. Moksha non è un luogo o un mondo. Quando l'Atma è liberato dalla schiavitù della mente, quello è Moksha, la liberazione. Potrebbe essere qui e ora. Si può conseguire la 'liberazione' mentre si è ancora in vita, non necessariamente dopo la morte. Colui che chiamiamo Jnani [Conoscitore, liberato] può apparentemente vivere in 'questo mondo' ma realmente essere in Moksha.

Non c'è unione del Jivatma e del Paramatma. Un'unione si verifica quando si è in più di uno. Solo quando si è in due si solleva la questione della relazione. In verità Jivatma e Paramatma non sono due entità distinte. L'Atma è uno e uno soltanto. E' sempre solo con se stesso; oltre ad esso non vi è nulla. Il Sé è il Sé. Questo è definito con il nome di 'nirguna-brahman'. Eppure, il Brahman è il supporto e contemporaneamente l'occultamento del supporto, che fa apparire lo spettacolo di Maya, come lo spettacolo di un mago, nella forma di questo universo. Il film appare sul supporto dello schermo bianco. Non c'è spettacolo senza lo schermo. Ma la proiezione nasconde lo schermo che le fa da supporto. Lo schermo non ne è in nessun modo intaccato; è ancora lo schermo e rimane lo schermo. Nel caso del Brahman vi è un mistero ulteriore. Da una parte Brahman rimane Brahman; ma dall'altra, per mezzo della sua Maya Shakti [potere illusorio] diviene la molteplicità dei Jiva individuali, ciascuno con un distinto organo interno (antaH-karanam), la mente. Con una appropriata Sadhana possiamo orientare questo antaH-karanam, perché il Jiva realizzi di essere Brahman. In altre parole non vi è 'unione' di due oggetti chiamati Jivatma e Paramatma. L'uno conoscerà se stesso come l'altro. La stessa entità che non conosce la sua vera natura pensa se stessa come Jiva, conosce se stessa come Brahman quando realizza la sua vera natura. Non ci sono due entità. E'

Brahman ad essere chiamato Jiva quando c'è schiavitù della mente, ma quando la schiavitù è stata eliminata ciò che rimane è il sé in se stesso; dunque nessuno deve essere unito a qualcun altro. Non esiste questione di relazioni. Come può esserci questione di relazione tra noi stessi e noi stessi? La liberazione da questa schiavitù è chiamata Moksha; non vi è luogo da definire quale 'mondo' differente o 'luogo' della Moksha. Questa è la posizione di fondo dell'Advaita.

Ci si può domandare: 'Dismettendo l'attività della mente – siamo noi stessi il Brahman. Questo è Moksha.' Questa affermazione dell'Advaita sembra renderci tutto facile. Invece, le altre scuole dicono che c'è qualcosa di più alto, oltre questo mondo, chiamato il mondo di Moksha; c'è un Paramatma sopra di noi, noi siamo solo Jivatma, lontani da Lui, e dobbiamo lottare per raggiungere il Suo mondo. Ma l'Advaita dice che non c'è alto né basso; che noi siamo quel Paramatma e che per raggiungere Moksha non dobbiamo 'andare' in nessun dove; lo possiamo avere qui. Si potrebbe pensare che sia tutto molto semplice.

3. Sembra facile, ma è realmente difficile.

Perché c'è un grande 'se...!' 'Solo se dismettiamo l'attività della mente...' conseguiamo l'advaita-siddhi [perfezione dell'advaita]. La difficoltà è esattamente qui – mettere la mente a tacere. Quando una maglia ci è larga la togliamo facilmente. Ma se la maglia è stretta, per toglierla dobbiamo impegnare un certo sforzo. E quando dovessimo toglierci la pelle, la difficoltà la possiamo immaginare. Come la pelle è attaccata al nostro corpo, così la mente aderisce a noi, ma ad un livello più profondo. Una veste sporca puzzolente e appiccicosa diventa pulita quando lo sporco, il cattivo odore e l'appiccaticcio sono lavate via. Non è necessario cercare un altro abito. La stessa veste quando lo sporco e il resto sono stati eliminati diventa un abito pulito. Così per il Jiva, non dobbiamo cercare un'altra entità chiamata Brahman; se possiamo rimuovere lo sporco e l'odore dalla nostra mente, sarà sufficiente. La stessa persona emergerà come puro Brahman. Ma questo è un compito temibile – eliminare lo sporco e il lezzo che profondamente si sono attaccati alla nostra mente!

La mente rifiuta di essere dismessa. Cos'è esattamente la mente? E' lo strumento che crea i pensieri. Se la creazione dei pensieri si ferma, la mente non c'è più. Ma non siamo capaci di fermare la creazione dei pensieri. La mente continua a galoppare. Attraversiamo numerose esperienze e godimenti. E li vediamo; conosciamo quelli di questa vita, e ignoriamo i molti altri avvenuti in vite precedenti. Ciascuno ha lasciato un'impressione nella nostra mente. Essi continuano a percorrere la mente e a produrre altri pensieri. Come il fetore che persiste in una bottiglia che ha contenuto dell'asafetida. Così anche quando

abbiano oltrepassato certe esperienze e godimenti, il loro odore persiste nella nostra mente. Questo è quanto chiamiamo Vasana, o JanmAntara Vasana (Vasana che provengono da altre vite) o SamskAra Vasana. Come funziona? Inizia con l'emergere di vecchie sensazioni piacevoli e diventa la causa di pensieri successivi su come procurarci ancora le stesse esperienze. Questi pensieri sono una sorta di piani creati dalla mente. L' 'odore' del passato deve cessare. Questo si chiama 'VAsana-kshhayam' (morte delle Vasana). E questo è la dismissal delle attività della mente.

'Dismissione' implica 'fine'. Quello che scorreva per tutto il tempo incontra la fine quando la sua corsa finisce. Quando un grande flusso d'acqua viene arginato, il flusso finisce. Allo stesso modo quando il flusso mentale viene fermato, si verifica la fine della mente.

Quando dico che la mente è ferma o stabile, non intendo il soffermarsi o riposare su un oggetto. E' qualcosa di diverso. Per ferma o stabile, intendo un'altra cosa. Quando la mente è fissa su un oggetto, significa che è completamente occupata da quell'oggetto. Nessun altro oggetto deve occupare la mente. Anche arrivare a mantenere la mente in questo tipo di stabilità è certamente un processo arduo. Si tratta del penultimo passo all'arresto dell'attività mentale. Quando un animale selvatico sfugge e salta ovunque, come catturarlo? E' difficile. Ma quando si troverà fermo in un dato posto, lo prenderemo facilmente. Allo stesso modo la mente che corre in tutte le direzioni deve essere portata a fermarsi in un solo luogo, su un solo pensiero. Questo è il prerequisito per quello che chiamiamo 'dismissione' della mente. Dopo di ciò la mente è dissolta totalmente. Avviene quando si consegue la Realizzazione – la Realizzazione dell'Atman. In altre parole, l'essere Jiva va, e l'essere Brhman emerge.

Il processo di fermare la mente su un singolo pensiero e quindi eliminare perfino quel pensiero, al fine di sgomberare la mente insieme alle sue radici, è come la conquista dell'Himalaya. Le Scritture [vediche] spesso vi si riferiscono come "anAdyavidyA-vAsanayA", che significa "le vasana dell'ignoranza sono radicate in un tempo senza inizio". Questa è la ragione per cui l'oscuramento della mente è talmente pesante e denso. La sua rimozione è certamente un compito difficile.

4. La Moksha avviene per Grazia di Dio.

Comunque, se persistiamo nei nostri sforzi, per Grazia di Dio, se non in questa vita, forse in una successiva, vedremo il nostro nobile proposito di realizzare Brahman, cioè la realizzazione che noi stessi siamo Brahman e siamo in

Brahman.

Chi è questo Dio (Ishvara) che ci concede la Grazia? Jiva e universo sono solo uno spettacolo di Maya, ma anche in questo ‘spettacolo’ vi è molta regolarità. Non è uno spettacolo casuale e caotico; è una rappresentazione ben orchestrata. La mente, che è parte di questo ‘spettacolo’ può trovarsi aggrovigliata dalla sua stessa danza, ma l’universo del sole e delle stelle, fino alla più piccola vibrazione interna all’atomo, accadono con stupefacente regolarità. Anche questa mente è stata portata al silenzio dai grandi uomini che hanno tracciato il sentiero per noi, nei termini che chiamarono Dharma, perché possiamo seguire i loro passi e fermare la mente. Inoltre, migliaia di altre cose accadono seguendo la legge di causa effetto scoperta dai nostri avi e lasciataci in eredità. Gli eventi di questo universo accadono nonostante noi, seguendo alcuni percorsi ben precisi, creati appositamente, perché possiamo vivere in pace. Se osserviamo questo attentamente, forse dal punto di vista assoluto tutto è maya, ma nel linguaggio del mondo di ogni giorno, vi è un ordine meraviglioso che deve essere stato iniziato o predisposto da una forza enormemente potente, molto più potente di ogni potere da noi conosciuto. Quel potere è chiamato Ishvara (Dio).

E’ Brahman che, associandosi a Maya – anche se la parola ‘associarsi’ è sbagliata, poiché Brahman non agisce e perciò non si ‘associa’ ad alcunché, dunque dovremmo dire ‘in apparenza associandosi con’ – è quell’Ishvara che controlla e organizza l’universo e gli Jiva. Sotto il suo controllo il mondo degli enti (Jiva) si manifesta. Per questo motivo, trascendere la cortina di Maya e superare perfino il suo orizzonte di controllo, al fine di realizzare Brahman, che è il Suo nucleo quanto il nostro, è impossibile senza il consenso di tale potere, Ishvara. In altre parole, solo per Grazia di Ishvara si può superare la nostra mente e realizzare il Brahman.

Nel mondo di Maya, il dispensatore dei frutti delle nostre azioni è Ishvara. Quale frutto deve essere assegnato ad una data azione è deciso da Ishvara. Ogni singola azione ha una conseguenza e il dispensatore delle conseguenze è Ishvara. I cicli di azione e di effetto si verificano nel ripetersi delle rinascite. Solo quando il Karma si arresta potremmo sperare di diventare il Brahman senza karma. Quello che conduce il Jiva ad essere coinvolto nel karma è la mente. A causa delle predisposizioni e dei bisogni della mente siamo coinvolti nelle azioni. Dunque le azioni si esauriscono quando la mente si ferma. Ma la mente si rifiuta di fermarsi. Come può una cosa distruggere se stessa per mezzo di se stessa? Può un’arma spararsi? **La mente può fare soltanto una cosa: prefigurandosi nell’agonia totale della morte, pensare sempre al Jiva-Brahma-Aikyam [identità del Jiva con Brahman] che segue la scomparsa della mente. Questo significa ‘nididhyasana’. Si deve svolgere con estrema**

### **continuità. L'essenza dell'advaita-sadhana è una sorta di pensiero**

**persistente.** Certamente si tratta anche di una 'azione'. Il camminare è l'attività delle gambe. Mangiare è l'attività della bocca. Pensare è l'attività della mente. Si è appena detto che tutte le azioni sono osservate da Ishvara e che Lui dispensa il risultato delle azioni. Egli osserva anche questa 'azione pensante', il nididhyasana. Se ci impegniamo costantemente e sinceramente, Egli deciderà ad un certo punto se la data persona ha svolto il nididhyasana abbastanza da distruggere il suo debito karmico e accorderà la Sua Grazia, capace di distruggere la mente che sta lottando per stabilire la propria individualità di Jiva distinto da Brahman.

Questo è il significato dell'affermazione che è per Grazia divina che si trova la Realizzazione del Brahman. Non significa comunque che Dio aspetta e calcola se abbiamo fatto abbastanza sadhana per esaurire il karma delle nostre vite passate. Se così fosse non si potrebbe definire 'Grazia'. Un calcolo meccanico, come quello di un commerciante, per valutare i lati positivi e negativi del nostro operato non meriterebbe il nome di Grazia. Amore, simpatia, compassione, perdono e condiscendenza verso gli errori marginali – costituiscono quello che chiamiamo Grazia, o 'anugraha'.

La parola 'anugraha' può essere interpretata anche diversamente. Il prefisso 'anu' sta per concordanza o conformità; anche per continuità. La parola 'graha' connota il raggiungere. Quando cerchiamo di raggiungere Dio seguendo o conformandoci alla Sua natura senza attributi, per il semplice principio della conformità Lui viene e ci raggiunge. Questo è l' 'anugraha'. La nostra mente, invece che restare salda nel suo compito di 'raggiungere' Dio, può invece allontanarsene. Anche in questo caso la Grazia di Dio ci segue e si lascia 'raggiungere'. Questo è 'anugraha'. Raggiungere Dio si intende sia l'Onnipotente associato a Maya, che il Brahman senza attributi, non associato a Maya alcuna. Noi potremmo essere soggetti agli scherzi e alle amenità di Maya, ma Lui ne detiene completamente il controllo. Dunque, anche se siamo orientati all'Onnipotente con Maya, Egli è sempre il Brahman privo di attività. Quindi anche se ricerchiamo la divinità associata a Maya, questa ci restituirà al Brahman senza alcuna traccia di Maya.

Si tratta di una vera gara tra Ishvara e Jiva. Il Jiva cerca di raggiungere Ishvara. Ma Ishvara ritiene inopportuno accordare la realizzazione di Brahman a questo Jiva 'che ha ancora tanto Karma da risolvere'. E il Jiva che ha mancato il suo scopo abbandona la ricerca e si lascia distrarre dal mondo. E' allora che Ishvara lo segue, mosso da compassione, e rende possibile il 'raggiungimento'. Ma questa facilitazione avviene in maniera sottile. Potrà la mente a rivolgersi allo spirito; questo significa per Ishvara il 'raggiungimento'. Avverrà comunque

gradualmente, non prima del tempo. In questo intervallo Ishvara sembra ‘scivolare’ via. Questo farà cadere il Jiva a capofitto nel baratro più nero, e la presa di Ishvara diventerà più potente. Questo stringere e lasciare prosegue finché il Jiva avrà la mente completamente concentrata in Ishvara e in niente altro. E questo sarà il tempo di godere dell’ ‘anugraha’.

Il Signore è chiamato ‘karma-phala-dAtA’ – il dispensatore dei frutti dell’azione. Come un giudice ha pieno diritto di essere severo nel dispensare giustizia. E quando lo fa, non abbiamo diritto di accusarlo della sua severità. Ma non agirà in questo modo. Più spesso perdona i nostri errori con la sua suprema compassione. Non è mai troppo severo o troppo permissivo nel dispensare giustizia. Poiché ci concede lo stato di realizzazione suprema, è naturale che si preoccupi di riconoscere i nostri meriti. La giustizia deve essere temperata con la clemenza, ma non deve arrivare a negare la giustizia. In tutto ciò, non smette mai di restituire la giusta sanzione per il karma. Questa infatti è complementare al processo di distruzione del karma accumulato, di fine di liberare la mente e realizzare Brahman. In base a questa prospettiva, non ci si deve aspettare che il perdono di Ishvara sia oltre misura.

5. Serve tempo, ma occorre iniziare.

Esistono due categorie: ‘JnAnavAn’ e ‘JnAni’. Entrambi si trovano oltre il livello dell’uomo ordinario. Un Jnavan, grazie allo studio e all’ascolto, ha convinto se stesso che l’Atman che chiamiamo Jivatma non è altro che lo stesso Brahman, e sta cercando di portare tale conoscenza nella sua esperienza diretta. Un Jnani ha raggiunto la vetta della realizzazione di tale conoscenza con la sua esperienza diretta. Il Jnavan che sta compiendo ogni sforzo per conseguire la realizzazione di Brahman ‘Mi raggiunge’, dice il Signore, ‘solo al termine di molte vite’ (“bahUnAM janmanAm ante jnAnavAn mAM prapadyate” Bhagavad Gita VII – 19). Per ‘raggiungere’ si intende qui conseguire la consumazione della realizzazione che l’Atman è Brahmn. In un altro verso (VI-45) dice: “aneka-janma-samsiddhis-tato yAti parAm gatiM” - che significa: lentamente raggiunge per gradi la perfezione, nel corso di varie nascite. Anche la realizzazione dopo svariate nascite è possibile solo mezzo della Sua Mano di Grazia che ci solleva.

La ragione è: l’obbiettivo è immenso, ‘Diventare Brahman’. Ma quelli che davvero vogliono raggiungere questo obiettivo sono pochissimi. Naturalmente richiede molte vite.

Ho detto ‘sfuggire a questo ciclo’; ho detto anche che ‘si deve compiere uno sforzo’. Questi due elementi costituiscono la definizione di Sadhana. Per non agire in modo azzardato e seguendo la tendenza o l’occasione del momento, i

nostri grandi antenati, che raggiunsero il loro obiettivo in vita, ci hanno lasciato un metodo specifico. Percorrere quel cammino è detto Sadhana.

## 6. 'Saadhana-chatushhTayaM' – Il Cammino fondato dal nostro Acharya

Con grande compassione il nostro Acharya Shankara Bhagavat-pAda ha tracciato il Saadhanaa-kramaM (il metodo della Sadhana) per raggiungere lo scopo dell'Advaita. Tutto ciò che ha fatto è in accordo con la Sruti (i Veda). Il corpo dei Veda ha una testa, le Upanisad. Esse sono chiamate 'shruti-shira', che significa 'la testa della Sruti'. L'alto edificio della Sadhana costruito per noi dall'Acharya è fondato sulle Upanisad.

Egli ha tracciato un programma chiamato 'Saadhana-chatushhTayaM' (la Sadhana in quattro fasi). Nel suo monumentale commento al Brahma Sutra fin dall'inizio dice: 'nitya-anitya-vastu-vivekaH' si deve discriminare tra ciò che è reale e cioè che non è reale e nomina la quattro fasi del cammino.

Come il Sutra-Bashya è il culmine dei commenti scritturali, il Viveva-Chudamani è la massima espressione delle opere dette prakarana. In questo testo è data una perfetta definizione delle quattro fasi del Saadhana-chatushhTayaM.

sAAadhanAny-atra chatvAri kathitAni manIshhibhiH /  
yeshhu satsveva sannishhTA yad-abhAve na siddhyati //  
(Verso 18)

Questo è l'inizio. 'Stabilirsi saldamente della Realtà assoluta è impossibile senza questi quattro strumenti'- afferma con enfasi. Solo quando i quattro presupposti sono soddisfatti si è stabili nella Realtà assoluta (yeshhu satsu eva sannishhTA). Se si osservano i quattro fondamenti, si ha successo; altrimenti no. Essi sono stati enunciati dai manIshi.

Un altro prakarana dell'Acharya è chiamato "aparokshAnubhUti". 'Aparoksha' significa 'diretto'. Invece di qualcuno che ci spieghi che il Sé è Brahman, o invece che apprenderlo dai libri, è un fatto dato dalla propria esperienza, 'aparokshAnubhUti'. Anche questo libro prakarana espone i quattro passaggi.

La parola 'chatushhTayaM' indica una formazione integrata in quattro fasi. Delle quattro fasi, la terza è chiamata 'samAdhi-shhatka-sampatti' e consta di sei parti; poiché questa parte è detta 'la testa' vi sono esposti diversi argomenti chiamati orecchi, occhi, naso, bocca, ecc. Dunque nelle quattro fasi della formazione ne è inclusa una che ne contiene sei, perciò abbiamo realmente nove fasi da compiere nel nostro cammino spirituale, o Sadhana. Vi ho esposto tutto questo per parlare dei nove passi.



Le diverse fasi della Sadhana accadono sovente mescolate e in altri momenti avvengono singolarmente.

Infine, devo aggiungere che di fatto si ha una sequenza generale anche tra cammini differenti. Il fondamento iniziale è l'istruzione sull'Atma-vidya. Anche questo deve essere appreso in modo appropriato da un Guru. E' la grazia e la benedizione di un guru che permettono di avviarsi sul giusto sentiero. Poi, l'insegnamento del guru deve restare stabilmente nella mente dell'aspirante. Infine, quello che si è appreso con la mente deve essere portato nella propria natura ed esperienza.

## 7. Preparazione alla Sadhana: Karma e Bhakti.

Abbiamo un'altra sequenza di tre fasi: Karma, Bhakti e Jnana. L'Advaita Sadhana insegnata dal nostro Acharya è Jnana [la Via della Conoscenza]. Ma colui che desidera avviarsi per questo cammino deve avere purificato la sua mente abbastanza da avere la capacità della concentrazione in un solo punto ("Ekagrata"); solo allora potrà percorrere la via dell'Jnana. Se la mente è zeppa di residui, non si può svolgere il cammino dell'Jnana-sadhana. Per questo yoga la mente deve essere concentrata in un solo punto; una mente che vibra e vacilla non può stabilizzarsi su alcunché.

Per svolgere i due compiti gemelli, la purificazione della mente e la concentrazione in un solo punto, l'Acharya ha indicato Karma [azione] e Bhakti [devozione] come passaggi preliminari per l'Jnana Yoga. Prerequisiti per iniziare l'Jnana Yoga sono Karma Yoga e Bhakti Yoga.

Il terreno arido della mente deve essere dissodato con l'aratro del Karma Yoga e poi irrigato di Bhakti Yoga. Senza arare e irrigare, nulla potrà crescere nel terreno arido della mente.

Quando si svolge il proprio svadharma [dovere], meticolosamente e in accordo con le Scritture, le impurità della mente lentamente scompaiono.

Quando la mente diventa concentrata in un solo punto mediante la devozione al Signore, questo esercizio di concentrazione su una sola forma conduce a indagare con concentrazione sull'Atman senza forma.

Perciò quando la mente è purificata dal Karma Yoga ed è abituata alla concentrazione profonda dal Bhakti Yoga, può facilmente ascendere le fasi dell'Jnana Yoga.

## 8. Shraddha, la fede è necessaria.

Perciò lasciate che vi metta in guardia. Tutto questo di verifica attraverso un processo lento. E' necessario molto tempo per vedere un progresso. Che nessuno si disperi. Si potrà avvertire la sensazione che 'nulla sta accadendo'. 'Forse non sono capace di ottenere nulla sul piano spirituale' – è un pensiero che può affiorare di frequente. Nonperate e non lasciate.

Dove c'è volontà c'è anche una strada. Gli sforzi non andranno perduti. Proseguite con tutto l'impegno, costantemente. Non preoccupatevi di quanto tempo occorre. Al momento dovuto, vedrete i segni del progresso e raggiungerete la destinazione. La fede è un requisito fondamentale. 'Il Signore non ci dimentica. Il cammino indicato dai Sastra e dal Guru non sarà improduttivo' Questa convinzione profonda è quello che definiamo Shraddha, fede.

Quando diciamo che qualcuno ha fatto qualcosa con Shraddha, significa che ha agito col cuore, con la massima sincerità. Infatti la sincerità proviene dalla fede, Shraddha.

Quando ne osserviamo una prova diretta, non si sollevano dubbi sulla 'fede'. Ma molte cose descritte nei libri religiosi non riportano questa 'prova diretta'. Invece alcuni di essi possono indugiare sull'esatto opposto. [...]

Nel parlare ordinario parliamo di credenti e di non credenti (aastikas e naastikas). Aastika non significa semplicemente riconoscere che Dio esiste. Non si va molto lontano semplicemente con l'accettare l'esistenza di un potere superiore che è origine di tutto. 'Credere' è molto di più di questo. Il Potere Supremo osserva ogni pensiero e ogni azione e vi accorda un risultato appropriato; con la Sua compassione ci sta sempre dirigendo, per mezzo delle Scritture, per farci agire bene; in più, talvolta manda i suoi Messia o Acharya per mostrarci il giusto cammino; e perciò dobbiamo seguire quanto ci comunicano gli Acharya e gli Sastra; solo così potremo raggiungere l'Assoluto. La fede in tutto questo costituisce l'aastikam o il 'credere'. Quindi Shraddha farà di voi dei credenti. Nella Chandogya Upanisad (vii.19) è detto che solo colui che è dotato di sharaddha indagherà la natura dell'Atman; e il nostro Acharya, a commento di questo verso, ha detto: 'Shraddha è aastikya buddhi'. In altre parole, Shraddha è la fede in tutto ciò che abbiamo detto poco fa.

Dunque iniziamo l'ascesa con Shraddha. I Veda e le Upanisad lo raccomandano; Krishna lo conferma nella Gita e il nostro Acharya ne ha

elaborato il percorso, fornendo tutti gli strumenti. Seguendo tutto ciò certamente giungeremo a realizzare Brahma-anubhava, l'essere-in-brahman.

Si deve iniziare con Karma e Bhakti; solo successivamente Jnana. La nostra mente è come uno specchio coperto da molta polvere e allo stesso tempo non è ferma, ma vibra. In questo tipo di mente non si riflette alcun valore spirituale. La polvere deve essere rimossa con l'osservanza ripetuta delle giuste azioni [Karma]. La vibrazione va fermata con la continua pratica della Bhakti [devozione]. Quando la mente sarà stabile e pura, le cose spirituali si rifletteranno in essa. [Aggiunge sorridendo:] Poi dovremo anche prepararci a 'riflettere' su di esse.

## 9. Qualifiche per l'Atma-Sadhana

Non dimentichiamoci di una cosa. La disciplina dell'Atma-sadhana si deve intraprendere dopo che i residui della mente e le sue vacillazioni sono stati eliminati. Questo è quanto prescritto dal nostro Acharya. Allo scopo di sradicare lo sporco e l'instabilità della mente sono prescritti Karma e Bhakti Yoga. Egli afferma chiaramente che il Saadhana-chatushtayam è solo per colui che ha superato la barriera della mente impura e vacillante.

\*sva-varNAshrama-dharmeNa tapasA hari-toshhaNAt /  
sAdhanaM prabhavet pumsAM vairAgyAdi chatushtayaM //\*  
(Aproksha-anubhUti: 3)

'Sva-varNAshrama-dharmaM' - il Dharma relativo al proprio varna [vocazione/classe sociale] e Ashrama [stadio della vita] – è il Karma Yoga destinato a ciascun individuo. 'Hari-toshhaNaM' è la soddisfazione di Hari, il Signore. Infatti tutte le azioni che ci competono [Karma] devono essere compiute per soddisfare Hari ("Ishvara-prItyarthaM"). Non è necessario compiere atti di adorazione particolari [puja]. Secondo la Gita, dedicare a Dio il proprio svadharma-karma [azioni doverose e disinteressate] è di per sé Bhakti [devozione]. Nel 'Sopana-panchakam' (o Upadesha-panchakam) l'Acharya dice "Svolgi bene il tuo svadharma-karma e consideralo come Puja per Ishvara". Eppure, fare in questo modo, cioè rendere tutte le nostre azioni altrettante offerte a Dio, non è facile; perciò la Bhakti è prescritta anche come un atto d'amore separato da offrire ad Ishvara. Karma è per la purificazione della mente e Bhakti per concentrare la mente in un solo punto, verso Dio. La Bhakti si chiama perciò 'hari-toshhaNaM' in questo caso. 'Hari' non si riferisce soltanto a Vishnu. Ogni volta che diciamo 'HariH OM', 'Hari' indica il Saguna-brahman che denota tutte le possibili divinità.

La parola 'toshhaNaM' significa 'dare soddisfazione' o 'generare contentezza'. Quindi, 'Hari-toshhaNaM' significa bhakti-yoga. La citazione che abbiamo riportato sopra aggiunge la parola 'tapas' [austerità] a svadharma e Hari-toshhaNaM. Tapas non è il terzo, ma ogni azione relativa al dharma e alla devozione deve essere svolta in spirito di austerità, con tutto il cuore, senza preoccuparsi del disagio fisico. Solo per coloro che riescono ad applicarsi in questo modo è accettabile e possibile la Sadhana-chatushhTayaM.

[...] Questo non significa che non ci si possa avvicinare all'Atma-vidya prima di avere completamente purificato la mente e stabilizzato la concentrazione in solo punto. Se si è raggiunto effettivamente un tale stato, non c'è alcun bisogno di proseguire in alcuna Atma-sadhana o disciplina di alcun genere. La mente sarebbe pronta a stabilirsi saldamente nell'insegnamento del Guru e la Realizzazione ne seguirebbe automaticamente. Ma l'Acharya non si è dato la pena di scrivere l'elaborata metodologia della Sadhana per aspiranti già talmente elevati. Se lo intendiamo correttamente, si tratta solo di questo: una mente pura e la capacità di concentrazione stabile in un solo punto sono gli elementi di base; con questi requisiti, si devono leggere i Sastra ed entrare nella via regale della sadhana. Solo allora si potrà avere reale progresso. Altrimenti si potrà appena toccarne i margini e riceverne la falsa sensazione di avere conosciuto tutto.

[...] Ci sono persone che affermano: "Tutti sono idonei a percorrere l'Advaita-Sadhana. Non è necessario alcun prerequisito. Dopo tutto si tratta di imparare la verità su se stessi e da se stessi. Perché dovrebbero essere necessarie delle qualificazioni per essere se stessi? E' sufficiente possedere l'anelito alla conoscenza di sé. Per effetto naturale di questo desiderio, una volta si sia dimenticata la mente, tutto quello che resta è pervenire alla Realizzazione. Le Realizzazione del Sé è un diritto naturale di tutti. Non è necessario prescrivere alcuna qualificazione". Forse alcuni di coloro che affermano queste idee sono davvero Jnani in saldo possesso della conoscenza. E forse alcuni dei loro seguaci, sebbene siano giovani, abbiano famiglia e conducano attività commerciali, avranno compiuto l'Atma Vichara con autentico fervore e piena concentrazione mentale e perciò potrebbero avere ottenuto una chiara conoscenza. Anche tra coloro che parlano in questo modo c'è la possibilità che l'uno o il due per cento abbia conseguito la Realizzazione. Hanno affrontato molte letture sul Vedanta, sono intelligenti, e hanno riflettuto a lungo sull'Atman e sull'insegnamento del Vedanta; e possono costruire bellissime argomentazioni, pubblicare articoli, e così via. A vederli si rimane sorpresi e si può credere che siano veramente degli illuminati Jnani. Ma in realtà, tra questi parolai ce ne sarà uno su mille che ha veramente visto quello che afferma di avere visto. Coloro che hanno avuto l'opportunità di vedere direttamente

solitamente non ne parlano, come Dakshinamurti. A beneficio del mondo il Signore Ishvara ha dato a un ristretto numero di Maestri, come il nostro Acharya, il compito di parlare e di scrivere sull'Atma Vidya. Certamente possono esserci rari individui che hanno ottenuto direttamente la Realizzazione, senza osservare la rinuncia nei modi prescritti, lo svadharma e la Bhakti, e che si sono immediatamente avventurati nel profondo dello studio dell'Atma-Vidya. Ma non potrebbero dire che anche altri possono fare quello che loro hanno fatto. Quello che questi hanno ottenuto è avvenuto grazie ai samskara [semi] accumulati, che li hanno forniti delle necessarie qualificazioni in vite precedenti, così che in questa vita hanno potuto assaporare pienamente la Grazia di Dio. Tali persone non appartengono alla vita ordinaria. L'Acharya stesso gli avrebbe riservato un trattamento speciale per agevolare il compimento spirituale. Ma quando l'Acharya scrive o predica all'umanità intera, per il bene generale, scrive solo tenendo a mente la vita della gente ordinaria e perciò parla di Karma Yoga e Bhakti Yoga quali prerequisiti all'Atma Sadhana.

Con questo orizzonte ha fondato la disciplina dei quattro gradi, o Sadhana-chatushtayaM.

Primo, con la mente purificata e concentrata si studino le Scritture, si riconosca cosa è eterno e cosa è effimero, si usi la discrezione nell'accettare e nel rifiutare, e si vada avanti finché il 'mumushukta' [anelito alla Liberazione] è diventato come il respiro. Nemmeno questo costituisce la fine. La fine di questo studio per gradi è raggiunta quando la qualifica di Mumushukta conduce effettivamente alla Realizzazione.

10. Il culmine della Sadhana è solo per i Sannyasi

MumukshhutvaM – l'anelito alla Moksha – rappresenta la fine della seconda fase del cammino. La prima è la purificazione della mente e il controllo delle sue oscillazioni, attraverso Karma e Bhakti. Sadhana-chatushtayaM è la seconda fase. La Sadhana rimuove la maggior parte delle Vasana [residui] e delle perturbazioni da cui la mente è affetta. Se ne rimangono, saranno al massimo il cinque o il dieci per cento.

E' in questa condizione che il ricercatore della liberazione (mumukshu) sente che rimane una sola cosa da fare, conseguire la Realizzazione. Così rinuncerà alla sua casa e ai suoi averi, prenderà il Sannyasa (voti di rinuncia solenne) ed entrerà nel terzo stadio. In altre parole, la conclusione dell'Acharya è che solo il Sannyasi possiede le giuste qualificazioni per entrare nel terzo stadio, l'Atma-

Sadhana. Rinunciando a tutti gli attaccamenti, ai legami e agli obblighi mondani, l'Atma-Vichara (ricerca dell'Atman) diventa il suo lavoro a tempo pieno. Solo a questo genere di ricercatori è accordata la Realizzazione del Brahman. Questo è quanto afferma l'Acharya e questo è quanto confermano le Upanisad.

Dunque, nel terzo stadio, l'aspirante prenderà il Sannyasa sotto la direzione del suo Guru, e riceverà l'Upadesha (sostegno) del Mantra, adatto a insegnargli l'identità del Jiva con il Brahman, lo ripeterà costantemente nella mente e al momento dovuto anche questo processo mentale avrà fine e raggiungerà il suo scopo, la Grande Esperienza del Brahma-anubhava. Ciò è prescritto dall'Acharya.

Il punto non è 'giovane' o 'vecchio'. Il punto è la maturità spirituale. Generalmente a questa maturità si perviene dopo avere conosciuto gli alti e bassi della vita, e dopo avere osservato senza cedimenti il percorso del Karma Yoga. Questo è il motivo per cui l'Acharya dettò, come regola generale, che i Mahavakya fossero insegnati solo agli iniziati al Sannyasi. Nel mondo ordinario, vi è un'età minima per iscriversi alle scuole superiori, ma vi possono essere 'prodigi' che dimostrino precocemente le doti che i più svilupperanno nell'età successiva. Questo non significa che la regola generale sia sbagliata. Ogni regola ha delle eccezioni. La regola che prescrive che solo i Sannyasi sono qualificati per il Brahma-Vidya ammise un'eccezione per il ragazzo del Sama Veda, Shvetaketu. All'inizio studiò sotto la guida del padre, poi per dodici anni fu mandato a completare la sua istruzione presso un guru e quindi fece ritorno a casa pieno di orgoglio. Quando individui tanto orgogliosi vengono scossi nel loro orgoglio finiscono per portarsi all'estremo opposto, alla totale umiltà, pronti a compiere il completo Saranagati [abbandono alla volontà divina]. Nessuna circostanza è più favorevole di quella in cui un uomo buono e studioso raggiunge il fallimento, in cui realizza che tutta la sua intelligenza e la sua erudizione non hanno alcun valore di fronte all'esperienza reale. E' allora che dedicherà completamente se stesso. Questo avvenne al ragazzo del Sama Veda, il cui padre distrusse ogni pretesa di valore della sua erudizione e lo elevò all'intuizione spirituale. Allora gli fu impartito l'upadesha del Mahavakya. Questo non deve essere usato come precedente per pretendere che tale insegnamento è adatto a chiunque.

Il Brahasutra (III - 4 - 17) pone delle regole per lo studio dell'Atma-Vidya. Sono qualificati solo gli 'Urdva-retasi'. Chi sono? Sono coloro che non hanno sprecato le loro energie in esperienze sensuali, ma le hanno conservate intatte per l'elevazione spirituale. Solo coloro che hanno distrutto il desiderio diventeranno Sannyasi. Fin da giovane l'aspirante deve essere puro come il

fuoco, tanto che nemmeno in seguito sorga in lui il pensiero del desiderio dei sensi; a tale persona può essere dato il Sannyasa-Diksha [iniziazione al Sannyasa] e si può certamente insegnare formalmente la conoscenza della non differenziazione tra Jiva e Brahman. Il nostro Acharya apparteneva a questa categoria. E la tradizione di iniziare al Sannyasa ragazzi in giovane età è stata continuata da lui e proseguita nei suoi monasteri [math].

In generale la via da seguire per coloro i cui Samsakara non sono chiari è solo il Karma Yoga. Questa è la regola. Essi troveranno difficile anche svolgere propriamente il Karma yoga. Non è utile chiedergli un'impossibile controllo dei sensi e della mente necessari per l'Jnana Yoga.

Ecco perché il terzo stadio [Nota: Saadhana-chatushtayaM è il secondo stadio] dell'Advaita Sadhana è prescritto solo per coloro che si trovano nel quarto Ashrama (sannyasa), che hanno già abbandonato tutti gli obblighi dell'azione e hanno dedicato se stessi alla ricerca dell'Jnana. Solo se si è gettato via ogni onere che costringeva a seguire le vicende della famiglia, la responsabilità di mantenere se stessi e i famigliari, i legami di parentela, di denaro e di posizione e si dedica tutto il tempo come un Sannyasi per realizzare l'Atma-Vichara – solo allora può essere recisa l'oppressione interiore del pensiero e quindi lavare via le antiche sedimentazioni della mente. Entro un certo intervallo di tempo, la somma di giuste azioni, svadharma e doveri aiuta a purificare la mente; ma dopo un certo livello essi stessi diventano potenziali contenuti nocivi della mente. Si impongono alla mente e impediscono di liberarsi di essa. Karma [le azioni] che aiutano la purificazione devono essere dimesse completamente perché l'organo interno [antahkaraNaM, la mente] diventi puro e cristallino. Questo è l'esatto significato di Sannyasa. Quando si diventa Sannyasi anche le attività interiori devono smettere e liberarci. Attività significa irrequietezza. La pace totale è un oceano di beatitudine; ci si deve dissolvere in esso ed essere Brahman. Quella è la pace immutabile. Se è possibile conseguire quello stato a partire dalla nostra condizione presente di perturbazione e di irrequietezza, non è forse nostro dovere compiere il massimo sforzo in questo senso? Se non lo facciamo siamo solo degli sciocchi, qualsiasi posizione o status abbiamo raggiunto in un altro campo qualsiasi.

11. Perché parlarne ad altri, se è possibile solo ai Sannyasi?

Potrei avervi chiamati sciocchi, perciò potreste sollevare una domanda: “E' corretto chiamarci sciocchi senza conoscere la realtà? E' giusto parlare senza nessuna preoccupazione per il mondo attuale?” Qualcuno potrebbe pensare, poi: “La pace eterna è certamente molto attraente. Ma, se è richiesto di indossare la

tonaca color ocra del Sannyasi, non è attuabile. Non siamo pronti, non abbiamo la maturità per farlo. Per ottenere la Pace è richiesto di abbandonare tutte le relazioni, la famiglia e la professione. Ma resta sempre la paura latente di ciò che potrebbe accadere abbandonando tutto questo; questa paura allontanerebbe la pace che si sta cercando. Nel contesto dei nostri legami di desiderio e attaccamento, come possiamo adempiere all'Ashrama del Sannyasi? Non finirebbe in un disastro? E vivendo quell'Ashrama, una caduta sarebbe un sacrilegio. Prendere il Sannyasa in questo momento, cercando di vivere con quelle modalità, sarebbe ingannarsi da soli. E lo Swami non può essere così sciocco da pensare che possiamo vivere la vita da Sannyasi e dedicare tutto il nostro tempo all'atma-Vichara. Quindi perché insiste a tenerci seduti qui ad ascoltare le sue lezioni?" In altre parole, voi vi state chiedendo perché spiego a chiunque quello che è attuabile solo dai Sannyasi e da quelli abbastanza maturi per il Sannyasa e perché voglio andare avanti.

## 12. Due differenti cammini per due differenti aspiranti.

L'Jnana Yoga è l'argomento dell'Advaita-sadhana. E' per coloro che possiedono samskara molto elevati. Essi vengono chiamati Sankhya dal Signore. A questa parola vengono dati solitamente molti significati. Ma io sono propenso per uno in particolare. 'Sankhya' significa contare. La popolazione si chiama 'jana-sankhya'. Perciò possiamo ritenere che quel 'Sankhya' significhi coloro che si possono contare facilmente. E' per loro e solo per loro che è disposto l'Jnana Yoga o Advaita-sadhana. Per tutti gli altri è dato il Karma Yoga.

Karma è spiegato come pravritti (coinvolgimento nel mondo) e Jnana è detto nivritti (rinuncia al mondo). I due sono stati distinti da Manu "pravRRittaM nivRRittaM ca dvi-vidhaM karma vaidikaM" (Manu-dharma-shAstra XII - 88). Due differenti tipi di persone hanno differenti mentalità, maturità e samskara, perciò sono stati offerti due modelli di cammino. La stessa cosa è dichiarata nel Brahma-sutra III - 4 - 11. Così come si possono dividere cento rupie in due, dandone cinquanta ciascuno, i cammini verso l'Atman sono stati divisi in Karma e Jnana e sono stati dati a persone differenti per qualifica. Questo esempio ricorre tre o quattro volte nel testo del Brahma-sutra. Ma subito all'inizio, lo stesso concetto è espresso nel primo verso "athAto brahma-jijnAsA", che dice: "Quindi, dopo di ciò, si considera la conoscenza di Brahman". 'Dopo' di cosa è spiegato nel commento dell'Acharya. Dopo avere completato alla perfezione il primo stadio e tutte le sadhana richieste nel secondo (che vedremo) – dopo tutto ciò, ricevuti dal guru il Sannyasa e l'Upadesha (istruzione formale) dei Mahavakya, allora l'aspirante è pronto e qualificato a dedicare tutto il suo tempo in maniera esclusiva alla conoscenza



del Brahman: questo dice l'Acharya nella spiegazione del primo Sutra. Tra quelli che sono radunati qui oggi, forse ci saranno una o due eccezioni; ma tutti gli altri sono qualificati solo per il Karma Yoga. Certamente non possono evitare il proprio karma. "Fai il tuo Karma, costantemente. Ma non ricercarne i frutti, non desiderarli; compi il tuo karma perché è il tuo Svadharma, il tuo dovere. Lascia i frutti alla responsabilità del dispensatore dei frutti". Questo insegnamento è il Karma yoga.

Solo dopo che la mente si è purificata con l'azione disinteressata, si diventa qualificati per l'Jnana Yoga. Nel Gita bashya l'Acharya ha reso questo concetto chiaramente. Sebbene in epoca moderna alcune persone – Tilak, Gandhi e altri – dicano che la Gita insegna il Karma yoga come via diretta alla salvezza, l'Acharya ha dimostrato il contrario. Non siamo veramente toccati da questo argomento, ora, ma l'ho sollevato inavvertitamente; quindi lasciate che chiarisca alcuni punti critici.

"svakarmaNA tam-abhyarchya siddhiM vindati mAnavaH" – Colui che compie il suo svadharma dedicandolo a Dio, raggiunge la meta – così recita la Gita nell'ultimo capitolo. Coloro che dichiarano che il Karma yoga sia una via diretta alla Moksha, interpretano la parola 'siddhi' come 'moksha'. Ma l'Acharya spiega: "La siddhi di cui si parla qui è solo la qualifica per l'Jnana Yoga; lo scopo finale (siddhi) del Karma yoga è il passaggio dallo stato della rinuncia ai frutti dell'azione alla rinuncia all'azione stessa, così che si entri nel percorso dell'Jnana Yoga e ci si concentri sulla conoscenza dell'Atman a tempo pieno". Sebbene la Gita esalti ed elevi al rango celeste la pratica del Karma Yoga, essa deve intendersi come 'artha-vada', dice l'Acharya. Arta-vada significa incoraggiare e sostenere l'aspirante lungo un certo cammino. E' come dire ad un bambino che sta imparando l'alfabeto 'così diventerai un re!'. Questo supporto non è altro che l'artha vada. In altre parole è un'esagerazione per incitare l'allevo nel suo interesse. Quando vaghiamo disperati: "Solo l'Jnana è la via alla Moksha; ma io non sono capace di percorrerla; non mi resta che sudare con il Karma" il Signore, per sostenerci nel cammino adatto a noi, dice: "Non sottovalutare il Karma Yoga; il Karma Yoga può fare così e così e ti restituirà questo e questo merito". Ma parlando dello Jnani, 'Lo Jnani non è altri che me' ("jnAnIt-vAtmaiva me matam"), 'Jinani sono coloro che hanno raggiunto il mio stato di comunione' ("mad-bhAvam-AgatAH") – così si esprime definitivamente.

Il Signore ha perciò definito l'Jnana Yoga per i Sankhya e il Karma Yoga per gli Yogi.

Prendere il Sannyasa e praticare shravana, manana e nididhyasana, sono i

passaggi prescritti nella sadhana; e gli stessi passaggi sono necessari per progredire nello svolgimento corretto del Karma Yoga. Ma non è necessario per tutti nuotare in acque così profonde; è sufficiente tenersi nell'acqua bassa – solo questo è necessario. [...]

Solitamente pensiamo che parlando dell'Acharya, si parli solo di Advaita. La sua grandezza sta nel fatto che non insistette in quella direzione per tutti. Strutture la filosofia dell'Advaita con forza e bellezza, ma non ritenne che fosse una disciplina per tutti. Comprensive molto bene la natura umana. Perciò con grande compassione ed empatia predispose per alcune persone il solo cammino karmico e l'Advaita per gli altri.

### 13. Che cos'è il Bhakti Yoga

Ecco una questione importante. Perché l'Acharya, così come lo stesso Signore Krishna, definiscono solo due classi di individui: quelli qualificati per il Karma Yoga e quelli qualificati per l'Jnana Yoga? [B. G. III - 3]

Perché non crearono un'ulteriore classificazione, precisamente quella dei qualificati per la Bhakti? Perché sia i Karma Yogi che gli Jnani Yogi devono avere Bhakti [devozione]. In entrambe le classi, la Bhakti è una parte importante che entrambi devono osservare. Ecco perché non venne separata in una classe indipendente. In momenti differenti l'esploratore del Karma e quello dell'Jnana devono dimostrare la propria devozione. Vi ho già parlato di due livelli di Shraddha. Al livello inferiore, l'esploratore del Karma osserva la Bhakti al fine di riconoscere che esiste un Ishvara sopra di noi che ci osserva e ci dispensa compenso e punizione. Deve poi proseguire nella stessa direzione e continuare a praticare la Bhakti per focalizzare quindi la mente sull'Amore. Un ulteriore progresso – ancora allo stesso livello 'inferiore', non ancora 'superiore' – lo deve portare alla Bhakti nell'attitudine della rinuncia a tutti i frutti dell'azione. E ora, al livello più alto, l'esploratore dell'Jnana praticherà la Bhakti pensando: 'Il Brahman o Atman per cui osservo la mia Sadhana è lo stesso Brahman che, come Saguna, è Ishvara; è questo Ishvara che mi ha donato la vocazione a questo cammino e solo per la Sua Grazia io posso conseguire la Siddhi [il successo]'.

Al di sopra di questo – sopra o sotto, più in alto o più in basso, ma niente di tutto questo è applicabile – è la Bhakti di quei 'siddha' che hanno raggiunto l'esperienza diretta (della realizzazione del Brahman). Non esiste una ragione per cui tali anime realizzate praticano la Bhakti, dice Sukacharya. (Shrimad Bhagavatam I - 7 - 10).

Dunque a tutti I livelli, vi è la Bhakti sia in Karma che in Jnana; ecco perché non viene menzionata separatamente.

#### 14. La conoscenza di base dell'Advaita è necessaria per tutti

Allora l'intera società era preoccupata che l'Acharya avesse suddiviso due classi – aspiranti del Karma e aspiranti dell'Jnana – e tenuto l'Advaita Sadhana solo per i ricercatori dell'Jnana. Sebbene la pensasse in questo modo, sentì che la conoscenza generale delle Scritture doveva appartenere a tutti, inclusi i ricercatori sulla via del Karma.

Un altro dei suoi prakaranam destinati al pubblico generico si chiama "Prashnottara-ratna-mAlika", anche questo scritto per i laici. E' formulato in domande e risposte, 'Parshna' significa domande e 'Uttara' risposte.

'Chi è già morto mentre è ancora vivo?' è una delle domande. La risposta è: colui che evita il karma che gli spetta. Lo stesso Acharya che ha detto, nelle opere sull'Jnana come il Viveka Chudamani: "Solo colui che rinuncia a tutte le opere [karma], prende il Sannyasa e indaga sull'Atman rende giustizia alla nascita umana, tutti gli altri uccidono il proprio Atman; ovvero, essi sono morti sebbene vivano" – lo stesso Acharya ora afferma che si deve compiere soltanto il proprio karma, oppure si è 'morti mentre si è ancora vivi'.

'Cosa deve fare da subito il conoscitore?'. La parola 'conoscitore' si riferisce ad uno studioso, uno che sa. La domanda sollevata è perciò: qual è il compito immediato di un conoscitore? Questa domanda non si riferisce all'uomo comune, solo a un 'conoscitore' di grado elevato. Cosa dovrebbe fare costui con la massima urgenza? Ed ecco la risposta: 'Spezzare la catena del Samsara'. In altre parole, ottenere la liberazione dalla morte (e dalla nascita) ripetuta. Dunque il cammino per la liberazione [moksa] si deve rammentare fin dall'inizio anche all'uomo comune. Nondimeno l'urgenza di tale impegno non è dell'uomo comune, ma del 'conoscitore'.

Successivamente si arriva alla domanda: 'Cosa si dovrebbe temere?' [...], cioè, cosa merita di essere temuto? Ecco la risposta: è la foresta del Samsara che deve essere temuta. E aggiunge 'sudhiyaH', da coloro che possiedono la conoscenza. In altre parole, solo coloro che sono qualificati per la più alta conoscenza pensano il Samsara come ciò che deve esse temuto, al pari di una pericolosa foresta, tanto da abbandonarlo per prendere i voti di Sannyasa. L'uomo comune deve solo sapere che questa sarebbe la risposta di un uomo di elevata conoscenza, perciò così è risposto alla domanda.

Lo studioso ‘conoscitore’ dovrebbe abbandonare il Samsara; l’uomo dall’intelligenza elevata (sudhiH) dovrebbe temere la foresta del Samsara – mentre uomini medi come noi devono soltanto essere informati di questo. Non solo. L’Acharya disse ancora una cosa che tutti noi dovremmo osservare; e la disse in maniera interessante.

“Qual è l’essenza del Samsara?”

Risposta: “Continuare a pensarci ancora e ancora”

“A cosa?”

“Hai chiesto ‘Cos’è il Samsara?’ – questo è quanto devi continuare a chiedere e pensare sempre. L’obiettivo di questa vita è chiedersi ripetutamente se ci sia uno scopo in questa vita e continuare ad indagare su di esso. Questo significa ‘idam eva bahusho’pi vicintyamAnaM”

Se si inizia a porsi questa domanda e la si analizza con il proprio intelletto, si perviene a comprendere che il Samsara non è l’essenza [sAra]. E nasce l’urgenza di conoscere l’Atman che è la vera essenza. Quando realizziamo che solo andando a fondo della domanda ‘qual è l’essenza del Samsara?’ senza desistere, giungiamo al desiderio della più nobile delle ricerche (l’Atman). Solo questa domanda può aprirci gli occhi, risvegliandoci dall’essere coinvolti nel Samsara e dal pensiero che ci sia solo questo nella vita. Dunque la domanda è se c’è qualcosa che valga nel Samsara; e senza esitare approfondirla sempre. In altre parole lo sloka indica che dovremmo essere sempre impegnati nel pensiero dell’Atman. Si deve notare che non sono aggiunte connotazioni di una qualche particolare qualifica per questo. Quindi questo insegnamento è rivolto a tutti. L’Acharya dice che anche l’uomo comune, descritto come ‘morto sebbene viva’ se lasciasse il suo karma, deve pensare sempre alla liberazione dal Samsara.

La domanda ‘Qual è il valore del Samsara?’, dice l’Acharya, deve essere ripetuta costantemente a se stessi. Un po’ più avanti, solleva un’altra domanda: “A cosa si deve pensare, durante il giorno e durante la notte?” A ciò risponde: “che il Samsara non ha alcun valore”.

L’acharya ci ha donato un’opera chiamata ‘SopAna-panchakaM’. Quando i suoi devoti appresero che egli era sul punto di abbandonare il suo viaggio mortale ed era pronto a raggiungere il Brahma-nirvANaM, gli dissero: “Ci stai lasciando. Ci hai dato volumi di consigli e di insegnamenti. Ma noi non siamo in grado di leggerli tutti. Dunque, prima che tu concluda questa incarnazione, puoi concederci di riassumere tutto per darci un upadesha [supporto]?”. In risposta a questa richiesta egli lasciò quello che è chiamato l’upadesha-panchakaM’ anche conosciuto come ‘sopAna-panchakaM’. ‘SopAna-panchakaM’ significa scala. In questo lavoro è esposta una procedura passo-passo per noi persone ordinarie, partendo dal gradino più basso e procedendo fino all’altezza massima dell’illuminazione. L’inizio dice:

“vedo nityam adhIyatAm taduditaM karma svanushhTIyatAM”

“Pratica ogni giorno la recitazione dei Veda e osserva il Karma [le azioni] che sono prescritte in essi.” Perciò è ovvio che si riferisca a coloro che stanno procedendo sul cammino del Karma. Ma nello stesso insegnamento aggiunge: “Coltiva il desiderio dell’Atman! Esci dalla tua casa! Prendi l’upadesha mahavakya dal Guru!” ed infine “Stabilisciti nel Brahman Assoluto”.

Naturalmente l’Acharya vuol dire che anche coloro che sono qualificati solo per il Karma devono essere istruiti sui temi connessi all’Jnana-yoga.

Se proseguiamo la nostra ricerca, troveremo conferma che sebbene l’Acharya distingueva tra gli aspiranti qualificati per l’Jnana e quelli qualificati per il Karma, così come il Signore [Krishna, nella Bhagavad Gita] distinse chiaramente tra sankhya e yogi, egli riteneva altresì che la maggioranza dei qualificati per il Karma dovesse avere una conoscenza di base dell’Jnana. Bhagavan (Krishna) la pensava allo stesso modo. Classificò Arjuna adatto solo per il Karma. Tutti noi conosciamo bene l’insegnamento ‘karmany-eva adhikAras-te’ [hai diritto solo di compiere il tuo dovere...]. Riportò alla battaglia Arjuna che era pronto a sottrarsi al confronto, deciso a non combattere. Ma perfino nella Gita, che esprime totalmente questo insegnamento, egli non si fermò al Karma Yoga ma espose dettagliatamente la dottrina dell’Jnana yoga. Proprio all’inizio parte con la nuda espressione del sankhya yoga in tutta la sua astrattezza.

## 15. NITYA-ANITYA VASTU VIVEKAM

(Discriminazione tra il permanente e il transitorio)

Il primo passo, come il ‘do’ per la musica, nella Sadhana, o meglio nella Sadhana-chatushhTayaM, è NityAnitya-vastu-vivekaM: Discriminazione tra il permanente e il transitorio

Compiere il proprio karma sinceramente e sistematicamente come indicato nei Shastra, dedicando tutto ad Ishvara, osservare la Bhakti verso Ishvara, per mezzo di tutto questo si raggiunge una certa purificazione della mente, e la capacità di mantenere la mente ferma su un solo oggetto – e tutto ciò costituisce il primo stadio. Il primo stadio, non dell’Jnana yoga, ma del percorso nella dimensione spirituale del Jiva. Tutto questo pertiene solo al Karma yoga. Il secondo stadio ha inizio dopo di questo ed è il primo passo nell’Jnana yoga. E in esso, il primo aspetto che viene indicato è ‘nityAnitya-vastu-vivekaM’. Ora assumiamo per ipotesi che tutti noi abbiamo raggiunto quella maturità spirituale

che proviene dalla completa osservanza di Karma e Bhakti.

Se qualcuno vuole addentrarsi nella ricerca dell'Atman, cosa dovrebbe avere come base? La conoscenza che l'Atman è l'unica entità permanente e tutte le altre sono solo effimere. Se non si ha questa conoscenza, si rimane coinvolti nel Samsara e si continua a soffrire come al solito. La convinzione basilare che 'tutto quello che ci procura piacere in questo mondo o che ci procura onore è transitorio; nulla ci darà una felicità permanente; quello che può darci la felicità permanente è solo l'Atman, la sola entità permanente' – questa convinzione è la cosa più importante. La mente potrà essere ancora distratta da molte altre cose. In questi casi si dovrà fare attenzione e riportare la mente alla stabilità. “Devo acconsentire a questa esperienza solo perché mi procurerà piacere? Si tratta di felicità pura? E se anche fosse pura felicità, durerà per sempre? Quando la mente avrà colto questa esperienza, il suo ricordo la spingerà a ricercarla ancora? Non diventerà una schiavitù? Se una cosa non aiuta la mente a diventare calma e pacifica, si deve fare comunque?” Questa analisi deve essere svolta con l'intelletto. Si devono soppesare i pro e i contro di ciò che è permanente e di che è impermanente. Solo così possiamo sperare di progredire sul cammino spirituale.

L'analisi svolta con l'intelletto è chiamata 'vivekam'. L'analisi per soppesare il permanente e l'impermanente è chiamata 'nitya-anitya-vastu-vivekaM'. Questo è il primo vero passo nell'Atma-Sadhana.

Certamente conosciamo bene le cose impermanenti. Infatti tutto quello che sappiamo di conoscere riguarda cose impermanenti. E' da esse che apprendiamo le informazioni fondamentali sull'Atman eterno. Mantenendo il pensiero su Quello, che solo accorda la pace e la felicità permanenti, si diventa capaci di gettare via le cose transitorie che possono recare solo pace e felicità transitorie.

Non è necessario abbandonare queste cose allo stadio iniziale. Sebbene non siano l'entità permanente, l'Atman, vi sono alcune cose tra le altre transitorie che possono aiutarci ad andare verso l'eterno. Le scritture sull'Atman, l'insegnamento dei grandi uomini su di esso, i pellegrinaggi ai luoghi sacri che in cui la mente di purifica, i purana, gli stotra e molte cose simili, sono di queste. Ovviamente nessuna di esse è l'Atman. Solo quando perfino queste sono nullificate, la Realizzazione dell'Atman può avere luogo. L'esperienza della Permanenza è quella di essere l'Atman soltanto, senza alcun pensiero o azione. La sola esperienza della Realtà Assoluta è quella e nessun'altra. Anche se Dio stesso fosse dinanzi a voi a offrirvi il suo darshan, o se fossimo sul grembo della Madre Divina e lei ci coccolasse – nemmeno questo sarebbe la Permanente Realtà dell'Atman. Comunque, tutto questo ci porterebbe molto

vicini alla Verità. Dunque vi sono vari oggetti di felicità - di quello che crediamo essere le felicità- che vanno da quelli che ci portano vicini all'esperienza dell'Eterno a quelli che ce ne portano molto distanti. Allo stadio iniziale dobbiamo scegliere, usando il nostro discernimento, quelli validi ed utilizzarli per portarci nella giusta direzione. Ricordiamo quello che disse il Dio della Morte (Yama) a Nachiketas: 'Per mezzo di entità transitorie si può raggiungere l'eterno' (Kathopanishad: I -ii - 10).

Il vero Sadhaka che percorre la via dell'Jnana dovrebbe avere già abbandonato i piaceri dei sensi che sono solo ostacoli alla crescita spirituale e gli altri che sono lontani dall'Atman, come il piacere del chiacchierare e di starsene senza fare nulla. Ma le persone ordinarie come noi che si trovano appena all'inizio, devono usare tutto il loro discernimento (vivekam) per distinguere tra il Permanente e l'impermanente. Film, ghiottonerie, caffè e commenti sportivi, letture di intrattenimento, discussioni politiche - tutto ciò ci attrae fortemente. Dobbiamo ricordare costantemente: 'Contribuiranno queste cose a farmi avanzare di un solo briciolo nella mia ricerca spirituale? Meritano di avere importanza?' Cosa ci guiderà alla Realtà Permanente e cosa non lo farà? – una impietosa ferma analisi degli equilibri è il significato di nityA-nitya-vastu-vivekaM. Ho detto 'impietosa e ferma' poiché la nostra mente cercherà sempre di razionalizzare per poter fare quello che vuole fare; scoprirà ogni genere di giustificazioni. Usate il potere della discriminazione e giudicate le vostre analisi rigorosamente, al fine di valutare voi stessi. Vedete che esso non lascerà 'passare' quello che deve essere 'bocciato'.

Quello che ho appena detto è diretto alla maggior parte di noi, alla media. Coloro che hanno svolto invece esclusivamente l'Atma-Sadhana e hanno conseguito una certa maturità, probabilmente hanno già distolto se stessi dall'attrazione per il caffè, lo sport, ecc. Ma perfino costoro potrebbero avere alcune debolezze connesse alla soddisfazione dei sensi. Tali esperienze potrebbero perfino esserci utili, al nostro livello, per salire la scala spirituale, ma non sono necessarie a loro. Perciò essi dovranno ricercarle attentamente e liberarsene. La Realizzazione dell'Atman è l'unica cosa che si deve perseguire; in assenza di essa ci si sentirebbe come pesci fuori dall'acqua. Con questo tipo di angoscia uno si troverebbe a fare i conti anche in situazioni come il servizio sociale, adatto ai Karma yogi, o il pellegrinaggio ai luoghi santi e perfino con l'esercizio della devozione. Ricordatevi cosa vi dissi del trovarsi addirittura tra le braccia della Madre Divina – perfino questo! Tutto questo è impermanente; un tale aspirante deve avere il discernimento di evitare tutto ciò e appoggiarsi solo a ciò che lo può condurre al fondo dell'Atman. "L'Atman è l'unica cosa desiderata; tutto il resto è anAtma e deve essere rifiutato" – questa dovrebbe essere la sua ferma convinzione.

NityAnitya-vastu-vivekaM è AtmAnAtma-vastu vivechanaM. La sola

discriminazione raccomandata dagli advaita sastra è la capacità di distinguere cosa è Atma e cosa è anAtma. Il libro VivekaChudamani è chiamato anche "AtmAnAtma-viveka-chUDAMaNI". Immediatamente dopo il verso di benedizione che apre il testo, il libro inizia a descrivere la Sadhana. Si parla delle osservanze quotidiane secondo il viadika dharma [legge vedica], quindi dell'istruzione vedica – temi comuni a tutti i cammini – e quindi esprime un concetto, precisamente "AtmAnAtma-vivechanaM" che è la via del ricercatore dell'Jnana per parlare poi di svAnubhUti (esperienza personale) e di Mukti (Moksha, Liberazione). Di seguito nel libro l'acharya definisce, a livelli più alti, il concetto di 'viveka' (discriminazione) che stabilisce la differenza tra il permanente e l'impermanente.

”brahma satyaM jagan-mithyety-evaM rUpo vinishcayaH /  
so'yaM nityAnitya-vastu-vivekaH samudAhRRitaH //”

Il verso dice: Brahman è l'unica Realtà. L'universo è Mithya [illusorio], sebbene possa apparire reale, esso diventerà irreale; tale ferma convinzione è quanto viene dichiarato come nitya-anitya-vastu vivekaM. Chi ha stabilito questa affermazione? I Veda. L'autorità per affermare questa verità sono soltanto i Veda. L'Acharya segue questa tradizione e perciò sa che anche se non dirà “nei Veda... “ sa che la gente intenderà in questo modo.

Le Upanishad costituiscono l' 'anta' , la fine dei Veda. Perciò in essi troviamo abbondantemente queste affermazioni. Non è forse lo scopo dei Veda trasportare noi jiva, intrappolati nell'impermanenza del mondo, fino al Permanente? A cominciare dal giovanissimo Nachiketas, su fino allo stesso Indra, molti sono coloro che hanno riconosciuto l'impermanenza dell'impermanente e compreso il Principio del Nitya[eterno] – queste storie sono pervenute a noi nella Kathopanishad, Chandogyopanishad, etc. Lo stesso Dio della Morte offrì vari doni preziosi al piccolo Nachiketas, ma questi li rifiutò dicendo: “Tutte queste cose sono effimere; non torneranno tutte a te un giorno o l'altro?” Ed insistette per ricevere il tattva-upadesha [istruzione sulla Realtà Suprema] dal Dio della Morte finché non lo ebbe! Tra tutte le cose impermanenti, solo una è eterna – disse Yama-dharma-rajā “nityo'nityAnAM”. Chi la trova, avrà la pace eterna; e nessun altro. Tutto ciò che chiamiamo ricchezza è 'anitya'[transitorio]; nulla di ciò che appartiene all'anitya ci condurrà mai al nitya-vastu [Realtà Eterna], l'Atman. Nella storia della Chandogya Upanishad, Virochana re degli Asura, e Indra re degli Dei si posero la domanda: “Cos'è l'Atman?”. L'Asura [demone] pervenne alla conclusione che il corpo è l'Atman. Dall'altra parte, Indra iniziò ad analizzare le esperienze dello stato di veglia, di sogno e di sonno profondo, eliminandole una ad una come irreali e infine giunse alla Realtà dell'Atman. Questo tipo di



procedimento per esclusione non è altro che ‘nityA-nitya-vastu vivechanam’ – la discriminazione tra anitya e nitya. Nella Taittiriya Upanishad, Brighu Maharishi inizia la sua analisi dall’anna-maya kosha [corpo fatto di cibo] e prosegue per tutti gli altri kosha [corpi], presupponendoli inizialmente come uguali al Brahman e poi escludendoli mediante l’analisi, fino ad arrivare a riconoscere il Brahman come ciò che resta a substrato persino dell’Ananda-maya-kosha [corpo di beatitudine]. Un altro modo di spiegare questo procedimento è dire che mediante un’appropriata discriminazione eliminò i cinque kosha come impermanenti e infine pervenne a riconoscere che solo l’Atman è l’unica Realtà Permanente.

“Neti neti” – “Brahman non è questo, non è quello; non è nulla che si possa circoscrivere mediante altro; non è relazionabile a nulla altro; non è limitato da niente altro; non è quello che soffre; non è quello che può essere distrutto” così dice la Brihadaranyaka Upanishad. Qualsiasi cosa si dica qui sul Brahman non è il Brahman, ma una faccenda mondana. In altre parole, quanto si può circoscrivere, mettere in relazione, ciò che è limitato, distruttibile, tutto questo è materia. Quindi l’analisi condotta con il “neti neti” si fa prendendo in esame gli oggetti impermanenti del mondo, rifiutandoli come tali, e proseguendo fino alla Realtà Permanente, l’Atman; "anyat ArtaM" – “tutte le altre cose hanno una fine”. Cioè, ad eccezione dell’Atman, tutto il resto, senza esclusione, è destinato a finire. L’idea che ricorre nei versi della BrihadAranyaka Upanishad è quella di distinguere il Nitya-vastu (Realtà Permanente) dall’anitya (l’impermanente).

## 16. VAIRAAGYA (Distacco)

[Si è detto che] si deve distinguere tra nitya (il permanente) e anitya (l’impermanente).

[...] Ne consegue che quando si sia fatta un’analisi di ciò che è favorevole all’evoluzione spirituale e ciò che è dannoso, dobbiamo innanzitutto evitare ciò che è dannoso.

Dunque iniziamo col distinguere il bene e il male. Una vera distinzione ci insegnerà molto su come evitare il male e cogliere il bene. E nel corso del tempo questa scelta diventerà automatica, continuando a praticarla per un lungo periodo di tempo. Dobbiamo cominciare perciò concentrandoci sul rifiuto delle cose indesiderabili.

Ci affacciamo sulla seconda parte delle quattro fasi che compongono la Saadhana-ChatushhTayaM. Si chiama VairaagyaM (distacco, rinuncia, non-attaccamento), oppure virakti.

‘Ragam’ e ‘rakti’ significano entrambi desiderio o piacere. Il rifiuto consapevole del desiderio o del piacere è ‘vairaagyaM’ o ‘virakti’.

I piaceri sensuali sono il più grande ostacolo alla saggezza spirituale. Parliamo del piacere dei sensi. Quando rincorriamo un piacere significa che proviamo desiderio di sperimentare quel piacere. Se invece non provassimo quel desiderio, lo inseguiremmo ugualmente?

Dunque quello che intendiamo con il superamento di questi ostacoli alla crescita spirituale è vincere tutti i desideri – dal semplice desiderio di uno spuntino al più complesso desiderio di conquistare un premio prestigioso. Questa assenza di desiderio è esattamente il significato di VairaagyaM.

Il nostro Acharya ha dato grande importanza al Vairaagya [distacco] che sradica tutti i desideri. Nell’opera ‘aparokshhAnubhUti’, a proposito della disciplina della Sadhana, parla di “vairaagyaAdi chatushhTayaM” – le quattro parti consistenti in Vairaagyam ecc, accordando a Vairaagyam il primo posto. Vediamo come l’Acharya definisce il Vairaagyam:

tad-vairaagyaM jugupsA yA darshana-shravaNAdibhiH /  
dehAdi-brahma-paryante hyanitye bhogya-vastuni //

La definizione nel Viveka-Chudamani (sloka 21) è indiscutibile: ‘Questo è VairaagyaM’

‘Che cos’è?’ Repulsione per gli oggetti di godimento di questo corpo, di tutti i generi, dalle cose viste, alle cose udite, ecc nel mondo umano, fino agli oggetti di godimento situati nel Brahma-loka - questo è VairaagyaM.

"jugupsA" significa il disgusto che induce a rifiutare una certa cosa. Una lettura alternativa dice ‘jihAsA’, il significato è lo stesso.

Quando si è conseguito l’Jnana (la conoscenza suprema), si prova amore verso ogni cosa. Non c’è più questione di rifiuto. Poiché nessun oggetto, sia cattivo o attraente, potrà più affliggere il Conoscitore.

Ma negli stadi precedenti non è così. Tutti gli oggetti di godimento sensoriale che possono farci scivolare in basso devono essere evitati con disgusto – solo così ci si potrà salvare. Affinché in seguito emerga la personalità dell’Amore, si deve creare prima in se stessi questo sentimento di avversione!

L’avversione non è per le persone. Certamente no. L’avversione e il disgusto sono solo per la schiavitù che deriva dal nostro attaccamento ad esse; riguarda solo le cose piacevoli che possono offrire. Se qualcuno abbandonerà perciò la

sua casa, non sarà a causa dell'avversione per la madre, la moglie, il figlio o la figlia; certamente no. La repulsione o disgusto è dovuto agli ostacoli alla spiritualità che si creano nella schiavitù dell'attaccamento ad essi. La madre indebolisce i nostri sforzi di purificazione dell'anima quando digiuniamo, tentandoci con cibi appetitosi; quando si ha la sposa al proprio fianco la mente si fa vibrante; il figlio dovrà essere ammesso alla migliore facoltà di ingegneria anche se costerà un mucchio di soldi; la figlia vorrà sposare un dottore e si dovrà trovarle una dote adeguata – e dunque ciascuno di essi vi legherà in qualche modo. La repulsione sarà verso questi obblighi. La repulsione è per la schiavitù per queste azioni e per i piaceri che ne derivano, non per le persone coinvolte. Non per il regno animale. Anche nello sloka che discutiamo, è detto "bhogya-vastuni jugupsA" – che significa, disgusto verso 'gli oggetti di piacere' e non verso gli Jiva. In altre parole se isoliamo noi stessi dagli jiva, non è per odio o disgusto per essi, ma perché mediante loro proviamo attaccamento al godimento delle esperienze.

Quindi, discriminando tra gli oggetti transitori e permanenti, apprendiamo che tutti gli oggetti che cadono sotto l'esperienza dei sensi sono transitori e di conseguenza sviluppiamo disgusto per essi "jugupsA... hyanitye bhogya-vastuni"

Solo se abbiamo sviluppato questo sentimento di avversione riusciremo a stare lontani dagli oggetti che inducono alla schiavitù di Maya. L'attitudine a "lasciar perdere, lasciare che sia" in questo caso non è sattvica [equilibrata, spirituale]. E' solo stupidità. "Non avere paura di ciò che deve fare paura è ignoranza" dice Tiruvalluvar. Nel suo Tirukkural ci insegna ad essere uomini coraggiosi, a non avere timore. Nonostante ciò, prima di conseguire quel coraggio, non dobbiamo sbagliare per stupidità; perciò dice "In questo mondo si devono certamente evitare le cose di cui abbiamo giustamente paura; altrimenti siamo solo degli sciocchi". Ignoranza e stupidità non sono due cose separate. Il nostro Acharya che ci ha insegnato ad amare ogni cosa – lo stesso Acharya ci insegna a sviluppare, nelle fasi iniziali dell'ascesa spirituale, il disgusto per quelle cose che rappresentano un ostacolo alla crescita dello spirito.

Egli espresse un'eloquente analogia, che potrebbe disturbarci. E' un esempio che può a sua volta essere disgustoso. Lo stesso esempio è riportato dall'Acharya in tre libri 'Bala-bodha-sangrahaM', 'aparokshAnubhUti' e 'sarva-vedanta-siddhanta-sara-sangrahaM'. Nei primi due, dice "yathaiva kAkavishhTAYAM" e nel terzo "kAkasya vishhTAVat asahya-buddhiH". L'analogia è con gli escrementi di una cornacchia. Così come siamo spontaneamente disgustati dagli escrementi di una cornacchia, così dovremmo essere disgustati dalle esperienze sensuali – questo è il senso dell'analogia.

Supponiamo di fare un picnic sotto l'ombra di un albero e improvvisamente dai rami cadano gli escrementi di una cornacchia sul nostro piatto colmo di ottimo cibo. Ci allontaneremo immediatamente dal cibo disgustati, giusto? E anche se la cornacchia se ne sarà volata via, anche di fronte ad un nuovo piatto di cibo, il nostro appetito sarebbe rovinato e non riusciremmo più a mangiare. Questo tipo di disgusto è quanto si deve sviluppare verso gli oggetti di godimento sensuale - questo è *vairaagyaM*, dice l'Acharya.

Quando questo disgusto sarà diventato molto intenso, anche un picnic apparirà disgustoso quanto gli escrementi della cornacchia. Si comincerà a pensare che non c'è bisogno di un picnic quando, come ha detto l'Acharya, per calmare la fame è sufficiente mangiare di ciò che si riceve dal *Biksha* (elemosina rituale).

Non si tratta dei soli piaceri che si esperiscono in questo mondo per mezzo del corpo umano. Il nostro disgusto deve riguardare persino quei godimenti che ci si augura di conquistare nel mondo di Brahma ["in cielo"]. Il *jugupsA* [disgusto] deve arrivare fino lì, "dehAdi brahma-paryante"

La Verità Assoluta, che è senza forma e senza attributi, chiamata *Brahman* – è la sola cosa da desiderare. La felicità che può provenire dal Signore la cui forma è il Creatore *BrahmA*, in questo mondo, deve essere scartata come cosa senza valore.

[...]

Tiruvalluvar disse: "Quelli che non hanno Denaro perdono questo mondo; quelli che non hanno la Grazia perdono l'altro mondo" [...]. Le esperienze godute nel *Brahma-loka* non sono perciò esperienze della spiritualità; né è la beatitudine del *Brahma-loka* la beatitudine dell'Atman. I piaceri del *Brahma-loka* svaniscono anch'essi al termine del *kalpa* [ciclo cosmico]. Non è la beatitudine permanente dell'Atman.

Inoltre, tale felicità relativa è connotata dalla distinzione tra *Jivatma* [anima individuale] e *Paramatma* [Essere Supremo] e perciò non è nemmeno un briciolo della grande Beatitudine dell'identificazione dei due. Dunque *Viraga* [distacco] è *Vairaagya* [rinuncia] dall'esperienza [*bhoga*] degli oggetti di questo o dell'altro mondo. Perciò è detto 'ihAmutrArtha-bhoga-virAgaM'. Quando parliamo, invece, di rinuncia [*vairaagya*] ai frutti di questo o dell'altro mondo, diciamo 'ihAmutra-phala-bhoga-virAgaM': *artha* è l'oggetto, *phala* e ciò che riceviamo da quell'oggetto.

Coloro che possiedono *Vairaagya* sono chiamati '*vIta-rAga*'. Nella *Mundakopanishad* (III-2- 5), si descrivono i *Rishi* come soddisfatti della loro Illuminazione, stabilizzati nell'Atman e *vIta-rAga* (liberi da attaccamenti) e infine sono descritti come '*prashanta*' – pienamente realizzati.

Il disgusto che proviene dal Vairaagya è chiamato ‘nirvedam’. Stranamente, è questo il sentimento alla radice del ‘shanta rasa’ [desiderio di pace]- dice l’Alankara Shastra. Vairaagyam e Nirvedam sono parole simili. L’Acharya le commenta così: il prefisso ‘ni’ aggiunto alla radice ‘vid’ compone la parola ‘nirvedam’, il cui significato è ‘vairaagyam’.

Due cose sono tenute in alta considerazione nel cammino del Karma, conosciute con il nome comune di “Ishta-purtam”, precisamente i sacrifici rituali e il servizio sociale. Ma si tratta soltanto di preliminari (pUrvAngas) cui rinunciare quando ci avranno condotto sul sentiero dell’Jnana-yoga. Se invece di prenderli come parte del Karma-yoga, qualcuno li stima capaci di condurci direttamente all’obiettivo finale, è una grossa sciocchezza - pramUDha, dicono le Upanisad, non si tratta di sciocchi qualsiasi, ma di sciocchi totalmente illusi. “Un bramino intelligente può comprendere con l’analisi che persino i cieli conquistati con il karma più eccelso sono solo ‘anitya’ [impermanent]; può riconoscere pienamente che il Brahman che è privo di azione non può essere ottenuto mediante le azioni; e perciò pervenire al ‘nirvedam’, quindi, di fatto al vairaagyam [distacco].

Dopo di che cercherà un Guru che sia brahma-nishhTa [conoscitore del Brahman], prenderà da lui l’upadesha e otterrà egli stesso il brahma-jnAna [conoscenza del Brahman].

All’inizio abbiamo visto che il Karma yoga è il primo stadio; ricevere l’istruzione formale per il brahma-jnAna dopo essere diventati Sannyasin è il terzo stadio; quello che avviene nel frattempo come secondo stadio è la sAdhana-chatushhTayaM; e la seconda fase della Sadhana di quattro fasi è il VairAgyaM. Qui abbiamo parlato di Karma come primo stadio, poi abbiamo citato solo VairaagyaM e quindi subito l’istruzione al Brahma-jnAna, che rappresenta effettivamente il terzo stadio. Da questo deve essere chiaro che il solo VairaagyaM è sufficiente e se lo si possiede saldamente, tutte le quattro fasi della sAdhana-chatushhTayaM sono acquisite automaticamente.

Quando l’Acharya scrisse il Bashyam [commento] a questa Upanishad [BrihadAranyaka Upanishad], nei mantra dove si tratta dell’apara-vidya [conoscenza imperfetta] mondana e dalla para-vidya [conoscenza suprema] spirituale, affermò: “Tutti possono studiare il Brahma-vidya, nel senso di ricevere una conoscenza formale del Brahma-jnAna e diventare molto eruditi; ma se qualcuno vuole ottenere la conoscenza vissuta del Brahman deve recarsi, con VairaagyaM, da un Guru e ricevere l’upadesha – “gurvabhigamanAdi-lakshhaNaM vairAgyaM”. Dunque qui si parla solo di vairaagyam.

Abbiamo visto che l'Acharya ha definito VairaagyaM come “darshana-shravaN- AdibhiH jugupsA”, cioè “il disgusto per tutto ciò che è veduto e udito”. Parla perciò di due generi di cose: ‘vedute’ e ‘udite’. Ricordate che anche il Signore Krishna parla di due elementi (in BG II - 52) “shrotavyasya shrutasya ca” – ciò che si potrebbe udire e ciò che si è udito. Tutte le cose senza senso che abbiamo udito e conservato nella memoria costituiscono le cose ‘udite’. Inoltre tutte quelle di cui siamo curiosi e che cerchiamo di sapere – ‘dovrei imparare questo e poi quest’altro’ – sono le cose che ‘si potrebbe udire’. Da entrambe dovremmo prendere ‘nirvedam’ – così dice il Signore. Quando l'Acharya commentò questi versi, interpretò ‘nirvedam’ come ‘vairaagyam’. Il Signore dice che quando l'intelletto, che si è completamente oscurato per essersi immerso nei bassifondi dell'illusione, si solleva dalla bassezza, allora si manifesta il VairaagyaM nei confronti di tutto ciò che si è ascoltato o si ascolterà. Il concetto di oscuramento a causa dell'illusione è indicato esplicitamente dall'Acharya come “la confusione dell'intelletto nel discriminare tra Atman e anAtman”. Questo è elencato come primo punto nel chatushhTayaM. Il successivo è Varaagyam. Anche il Signore li enuncia nello stesso ordine.

Vairaagyam è assenza di ‘raga’, di desiderio. Colui che possiede vairaagyam è un VairAgi, oppure BairAgi. I rinuncianti senza fissa dimora che vagano nel nord dell'India sono così chiamati perché VairAgi. In altre parole abbiamo equiparato il Sannyasa con il Vairagyam. Chi ha rinunciato al raga è un VairAgi. Chi è soggetto al rAga è un rAgi. Chi possiede rAga è un rAgi. Tali individui portati al desiderio sono chiamati ‘kAmayamAnaH’ nella Brhadaranyaka Upanishad (Br.U. IV-4-6). [...]

Solitamente interpretiamo ‘kama’ e ‘raga’ entrambi come desiderio. Ma c'è una sottile differenza tra i due. In un verso della Gita (VII-11) Bhagavan dice ‘kAma-rAga-vivarjitaM’ per intendere ‘privo di kAma e di rAga’. Significa che si tratta di due cose diverse. Qual è la differenza? Sono questioni sottili su cui l'Acharya ci viene in aiuto. “Kama è la sete o ‘trishhNA’ per oggetti non ancora ottenuti; ‘rAga’ è l'attaccamento ad oggetti già ottenuti” – così l'Acharya distingue i due. Noi non abbiamo bisogno di questa sottile distinzione, qui. Possiamo considerare entrambi, kAma e rAga per identificare la stessa cosa, il desiderio.

L'Upanishad dice: Colui che non possiede Vairaagya è kAmayamAnaH [distrutto dai desideri] e colui che possiede Vairaagyam è akAmayamAnaH [privo di desideri]. L'Upanishad parla ulteriormente di essi. Il kAmayamAnaH ritiene che il Karma [l'azione] sia tutto e continua a svolgere i suoi Karma, quindi ne raccoglie i frutti nell'altro mondo; quando i frutti sono esauriti ritorna a nascere in questo mondo e a vivere le stesse condizioni karmiche. Dall'altra

parte, l'akAmayamana, quello che possiede Vairaagyam, è , prosegue l'Upanishad, akama, nishkAma, e AptakAma. Quando ha abbandonato i suoi desideri è 'akama'. Se invece di fare sforzi per dominare i suoi desideri, sono essi ad abbandonarlo, è 'nishkAma' (privato dei desideri). Quindi diventa un 'AptakAma' – colui che ha realizzato i suoi desideri! A queste parole, si potrebbe domandare: 'Come può un 'akAmayama' (uno non più soggetto ai desideri) avere ancora dei desideri? Cosa desidera ottenere?' Questo è spiegato dal successivo epiteto della serie: 'akAma', 'nishkAma', 'AptakAma' e 'AtmakAma'. AtmakAma è colui che desidera solo l'Atman. Quando lo realizza diventa AptakAma – colui che ha realizzato il suo desiderio. Dunque chi possiede VairaagyaM diventa akAma, nishkAma, AptakAma e AtmakAma; quando muore, il jiva non va ad abitare altri mondi. L'Upanishad dice che egli è Brahman da vivo e che lasciando il corpo resterà immerso nel Brahman (Br. U. IV - 4 - 6). E' lo stato dell'assenza di desiderio, detto VairaagyaM che rappresenta la qualificazione definitiva per l'esperienza del Brahman.

Se qualcuno è solo uno 'shrotriya' – uno studioso con profonda conoscenza del Veda – ma è anche un 'akAmahata', cioè uno che non è distrutto dai desideri, è colui che passo dopo passo si solleva verso la beatitudine, ad iniziare da quella del vincitore di questo mondo fino alla beatitudine ultima del Brahman, dice la Taittiriyanopanishad (II -8) ed anche (sebbene in modo leggermente diverso) Br.U. IV- 3 - 33. Ecco che anche qui la distruzione del desiderio, cioè VairaagyaM, è la qualificazione principale.

Nella Gita anche Bhagavan esprime con enfasi l'importanza di due sole cose: "Pratica e distacco" : abhyAsaM e vairAgyaM. Per fermare la mente riluttante su un punto fisso si deve effettuare uno sforzo costante. Pratica significa sforzo costante. E per raggiungere questa stabilità il requisito importante è il Distacco (VairAgyaM).

In apertura della Gitopadesha [Bhagavad Gita] quando descrive la caratteristiche del 'sthita-prajna' [ente realizzato], nomina una prima caratteristica: "prajahAti yadA kAMAn sarvAn pArtha manogatAn", niente altro che VairAgyaM. Nell'ultimo capitolo, parlando di cosa deve essere fatto nell'Jnana yoga, dopo aver svolto con successo il cammino del karma [dell'azione disinteressata], dice: nityaM vairAgyaM samupAshritaH (XVIII - 52) - "Il Distacco deve essere praticato ininterrottamente".

VairaagyaM è il disgusto per tutto ciò che è visto o udito, afferma l'Acharya nel Vivekachudamani. Di questi, oltre alle cose 'viste', dice il Signore nella Gita, come vi ho detto in precedenza, le cose udite sono "ciò che si è udito e ciò che si potrebbe udire". Nella stessa Gita nel commento al verso 'nityaM vairAgyaM

samupAshritaH', l'Acharya scrive: "L'assenza di desiderio per le cose viste e per le cose non viste". Cosa significa desiderare cose non viste? E' il desiderio per l'esperienza del paradiso, del regno di Indra e simili. Se qualcuno si sottopone alla disciplina delle azioni prescritte dai Veda, come se esse rappresentassero un fine di per sé, ottiene tali benefici nel mondo ultraterreno. Ma essi non sono visibili alla nostra percezione attuale, perciò sono detti adRRishhTaM, non veduti.

Vediamo perciò il VairaagyaM da tre differenti angolazioni. Uno: l'abbandono del desiderio per tutto ciò che è visto o udito; due: l'abbandono del desiderio per ciò che è stato udito o si potrebbe udire; tre: l'abbandono del desiderio per le cose viste e per quelle non viste.

Mettendo tutto insieme, comprendiamo che qualsiasi desiderio che possa occupare la mente deve diventare tabù; questo è VairaagyaM. E' un aspetto fondamentale della Sadhana.

BhartRhari era un grande uomo. Compose un shatakaM, un poema di cento versi, di grande sensibilità e solennità, sul Sannyasa e i Sannyasin. Avrebbe potuto intitolarlo "Sannyasa shatakaM", invece lo chiamò "VairAgya shatakaM". Se è presente il VairagyaM, il Sannyasa non sarà lontano – sembra avere pensato.

Cosa altro è il 'San-nyAsaM'? Non è forse la totale rinuncia? Senza che si rinunci al cosiddetto desiderio, come si può rinunciare a tutto il resto? Dunque non sorprende che il Saanyasa, come la Rinuncia, siamo entrambi sinonimi di VairaaagyaM.

Il grande Tiruvalluvar ci ha parlato del Dharma. Nel capitolo sulla Rinuncia, dice che la rinuncia avviene quando ci attacchiamo soltanto a Dio, che è privo di attaccamenti, rinunciando perciò a tutti gli attaccamenti. Viceversa, quando siamo associati a qualcosa, cioè proviamo attaccamento verso qualcosa, ecco che sorge in noi il desiderio per tale cosa. Dunque desiderio e attaccamento sono reciprocamente causa ed effetto l'uno dell'altro.

Perciò quando Tiruvalluvar parla di abbandono degli attaccamenti, si riferisce propriamente all'insorgere del VairaagyaM. Chiama questo evento rinuncia.

VairaagyaM è lasciare ogni ricchezza. VairaagyaM è in sé una grande ricchezza, nulla gli è pari a questo mondo, perché nulla gli è pari nemmeno nel mondo divino – scrisse.



Vi ho parlato di BhartRhari. Una storia dice che fosse discepolo di PattinatAr. BhartRhari è conosciuto anche col nome di Bhadragiri. Questo Bhadragiri era il re di Ujjain; ma rinunciò alla regalità e venne a Tiruvidaimaruthur, dove sedette come un rinunciante chiedendo l'elemosina per mangiare con una ciotola tra le mani. Era solito racimolare il BikSha (cibo caritatevole) per sé e per Guru PattanathAr. E' sorprendente notare che uno che era incarnazione di Kubera e uno che possedeva un regno entrambi divennero rinuncianti e con tanto disinteresse. Eppure Pattinathar ritenne che Bhadragiri non avesse abbastanza VairaagyaM, poiché possedeva una ciotola per le elemosine. Un uomo povero andò da Pattinathar e gli chiese l'elemosina. Si dice che fosse lo stesso Signore del tempio (Mahalinga Swami) in incognito. E Pattinathar gli disse: "io non ho nulla, perché chiedi a me? Chiedi a quell' 'uomo di famiglia' che siede al portone occidentale del tempio. E digli che sono io che ti mando!" Quando Bhadragiri udì queste parole sul proprio conto, comprese la forza delle parole 'uomo di famiglia' [grhashta, indica in generale il laico che possiede famiglia e beni, colui che non ha fatto alcun voto di rinuncia] e in quel preciso istante gettò via la sua ciotola per le elemosine.

Ci sono altre cose interessanti in questa storia; ma non continuerò a raccontarla, oppure non mi resterà tempo per dirvi le cose che vorrei sulla Sadhana. Quando parliamo di VairaagyaM, i modelli di rinuncia offerti da questi grandi uomini ci aiutano a capire più a fondo i loro ideali.

Dunque quello che cantava "abbiamo la ciotola delle elemosine" alla fine giunse alla conclusione che persino chi possiede la ciotola è in realtà un 'uomo di famiglia'.

Esiste una storia simile su Sadashiva Brahmendra. Cantava nel suo Atma Vidya Vilasam: "Con le mani come cuscino, il cielo come coperta, la nuda terra come letto e la rinuncia come moglie - così dorme un rinunciante nello stato beato del Samadhi". Una volta che egli stesso si trovava a dormire in un campo, in questa posizione beata, una ragazza di campagna che passava di lì, commentò rivolta a una sua amica: "Ma che Sanniyasi! Ha bisogno di un guanciaie per la testa; che genere di rinuncia è questa?" La frase fece riflettere Sadashiva Brahmendra: "Come posso pensare, come un uomo ordinario, che la testa debba poggiare ad un altro livello rispetto al resto del corpo per dormire? Se non vincerò questo attaccamento corporeo il mio Sannyasa non sarà valso un bel niente. E' stata la Madre Divina, nella forma di quell'umile ragazza, a darmi questa istruzione." E così pensando, tolse la mano che usava come guanciaie e rimase steso al suolo senza alcun sostegno.

Ma la stessa donna che era passata prima, tornò ancora, vide il cambiamento di posizione del Sannyasi e di nuovo rise sarcastica ed espresse un commento altrettanto pungente: “Un Sannyasin dovrebbe conoscere da sé le cose che gli servono. Reagire ai commenti dei passanti non depone a suo favore”

Quello fu il giorno che Sadashiva divenne un ente completamente non reattivo, non agente, inerte: Sadashiva Brahman!

Dunque anche la gente comune sembra sapere che genere di VairaagyaM un Sannyasin debba possedere. In questa terra abbiamo moderni Sannyasin che affermano di non poter rimanere senza caffè o ovomaltina! E se glielo domandate, vi diranno: “Noi siamo ati-varNAshramis, superiori al livello dei Sannyasin; come disse la donna del racconto, sappiamo da noi cosa fare e cosa non fare”.

Invece che vantarsi così, se si vuole veramente realizzare l’Atma-jnAna, la sola cosa veramente veramente necessaria è il VairaagyaM. E’ detto (ad esempio nella Jabala Upanishad IV e altre Sannyasa Upanishads) che quando si è acquistato il VairaagyaM, quel giorno stesso si può lasciare la propria casa come dei Sannyasin.

Ma non si deve lasciare la propria casa o il karma per disgusto della vita attuale senza felicità permanente. Una tale decisione non avrebbe alcun effetto. Il disgusto per la vita impermanente deve essere accompagnato dal pensiero della beatitudine eterna dell’Atman. Solo allora si tratterà di una vera Sadhana e porterà all’eterna beatitudine. Quando si è raggiunta la Realizzazione, anche il disgusto svanirà e tutto sarà ricolmo di Amore. In altre parole, si deve praticare il VairaagyaM insieme al discernimento (vivekam) del permanente e dell’impermanente. Né VairaagyaM senza Vivekam, né Vivekam senza VairaagyaM saranno sufficienti. Devono combinarsi insieme.

Il motivo per cui ci è chiesto di analizzare la distinzione tra permanente e impermanente è di eliminare l’impermanente attraverso la rinuncia. Possedere quel distacco è il primo passo dell’ascesa spirituale. Ecco perché l’AparokshAnubhUti dà tanta importanza al VairaagyaM e lo classifica come primo passo. Anche nel Vivekachudamani è detto “mokshhasya prathamam hetuH” – un’estremo distacco dalle cose permanenti è la prima causa della Moksha. Si combinino insieme i due precetti. Essi costituiscono le prime due fasi della Sadhana-chatushhTayaM.

Andiamo ora alla terza. Viveka e VairAgyaM sono conosciute da tutti almeno in

termini generali. Ma le fasi della Sadhana che ci apprestiamo a descrivere d'ora in poi potrebbero non essere così note, se non per nome.

## 17 : Le sei preziose qualità del ricercatore

La terza parte della Sadhana-chatushhTayaM è chiamata 'shamAdi shhaTka-sampatti' – i sei preziosi tesori, il primo dei quali è Sama. Essi sono: Shama, Dama, Uparati, Titksha, Shradda, Samadhana. Di questi è noto Shradda, che tutti ritengono significhi un profondo interesse o coinvolgimento. Non è così. Una ferma convinzione o fede è Shradda; ho già detto che Shradda è la fede nelle parole delle Scritture e del Guru. Ugualmente la sesta qualità, Samadhana è una parola ben nota ma non compresa correttamente. Ne approfondiremo il significato quando verrà il momento.

Dove sono prescritti esattamente Shama, Dama e gli altri? Nella in Brihadaranyaka-Upanishad, (IV - 4 - 23) tra gli insegnamenti di Yajnavalkya a Janaka, è detto che uno Jnani deve essere Shanta (in possesso di Shama), Danta (in possesso di Dama) Uparata (in possesso di Uparati) Titukshu (in possesso di titiksha) e Samahita (in possesso di Samadhana). In altre parole, solo chi ha praticato e acquisito tutto questo può diventare uno Jnani ovvero conseguire l'Jnana. Sono qui menzionati cinque dei sei attributi. Nello stesso ordine furono enunciati anche dall'Acharya. Shradda è escluso dall'elenco, poiché è in effetti la base di tutto. La Shruti ne parla diffusamente. Dunque continueremo a riferirci a questi termini come i sei del "Shama e gli altri".

## 18. Shama e Dama

Che cos'è Shama? L'Acharya ne dà la seguente definizione:

Virajya vishhaya-vrAtA doshha-dRRishhTyA muhur-muhuH /  
svalakshhye niyatAvasthA manasaH shama uchyate //  
(Vivekachudamani: 22)

L'insieme di tutte le esperienze sensorie del suono, del tatto, della forma, del gusto e dell'odore sono dette vishhaya-vrAta. Mediante la discriminazione (viveka) e il distacco (vairagya) si deve analizzare e scoprire che tutti questi sono ostacoli sul cammino della realizzazione del Sé e quindi devono essere evitati. Ciò è detto con le parole: muhur-muhuH doshha-dRRishhTyA virajya – 'riconoscendo che essi sono nocivi, li si eviti con disgusto'.

La nostra mente pensa continuamente a quanto è considerato piacevole ed è

disturbata ogni volta si trovi nell'incapacità di ottenere soddisfazione. Perciò non ha pace né felicità. Qualora si rifiutino gli oggetti dei sensi come nocivi diviene possibile stabilizzare la mente sul fine della Sadhana, l'Atman, pieno di pace di felicità. In altre parole, la mente che rincorre instancabilmente gli oggetti molteplici può essere fermata nella sua corsa e orientata verso un solo obiettivo. Questo tipo di controllo è detto Shama.

Si dovrebbe pensare agli effetti negativi del 'vishhaya-vrAta', il gruppo delle esperienze sensorie; 'virajya': evitarle con disgusto; 'sva-lakshhye' verso un solo obiettivo 'manasaH niyata avasthA' mantenere sotto controllo la mente; 'shama uchyate' questo è detto Shama.

In breve, il controllo della mente è Shama.

Perché la mente rincorre gli oggetti dei sensi? Accade a causa delle tracce residue delle esperienze passate. Le chiamiamo 'odori' o 'vasana'. Si ripresentano vita dopo vita. La percezione delle 'vasana' continua in forma latente e sottile anche dopo la morte del corpo fisico. Quando l'anima ritorna a nascere e acquista un nuovo corpo, le vasana latenti iniziano a riattivarsi. Se si sradicano completamente le vasana, la mente si placa automaticamente. Questo è quanto l'Acharya chiama Shama nell'AparokshhAnubhUti: sadaiva vAsanA-tyAgaH shamo'yam-iti shabditaH – Si dice Shama la fine permanente dell'attività dei desideri e delle vasana.

E' sufficiente comprendere che Shama è il controllo della mente.

L'elemento successivo è Dama. E' il controllo degli organi di senso. In realtà ci sono molte cose da dire ancora su Shama. Ma il controllo della mente e il controllo dei sensi vanno di pari passo. Dunque parliamo un po' del Dama così da poter poi approfondire entrambi.

Gli organi di senso sono dieci: cinque organi d'azione e cinque organi di percezione. Gli ultimi non possono 'agire' da soli. Gli organi d'azione invece agiscono autonomamente: azioni si svolgono con le mani e si chiamano perciò azioni manuali, le gambe agiscono camminando, saltando e correndo, la bocca parlando e cantando, e i due organi rimanenti eliminando gli escrementi o vIryaM dal corpo. Dall'altra parte gli organi di percezione sono quelli che conoscono (o percepiscono) le cose del mondo esterno e le 'esperiscono'. Gli orecchi esperiscono il suono, la pelle le sensazioni tattili, il liscio, il ruvido, il caldo e il freddo, gli occhi i colori e le forme, la lingua i sapori come dolce, amaro, aspro e il naso gli odori.

Quando non teniamo questi organi sotto controllo accadono ogni genere di errori. Il Jiva è irretito dal mondo di Maya mediante le esperienze degli organi di senso. Solo controllando questi organi possiamo sperare di penetrare nel mondo della spiritualità. Tale controllo è chiamato ‘dama’.

Il significato principale di ‘shama’ e di ‘dama’ è per entrambe ‘controllo’ senza ulteriori qualificazioni specifiche, in relazione alla mente o al controllo dei sensi. Ma l’uso tradizionale riconosce due controlli – uno, il controllo degli organi di senso che ricevono le informazioni del mondo esterno e rispondono mediante organi delle azioni, percezione e risposta; quindi, due, il controllo della mente che crea il suo proprio mondo di pensieri che rimugina costantemente con o senza scopo. L’uso distingue questi due generi di controllo e adopera perciò ‘shama’ per il controllo della mente e ‘dama’ per il controllo dei sensi. Sebbene entrambi i termini significhino semplicemente ‘controllo’, fu l’Acharya stesso, in apertura del suo ‘shhaTpadI stotraM’ ad andare contro l’usanza tradizionale usando ‘damaya manaH’ per dire ‘controllo della mente’ e ‘shamaya vishhaya mRRiga-tRRishhNAM’ per dire ‘controllo dei sensi che rincorrono il miraggio degli oggetti esteriori’. [...] Questa interpretazione ha scatenato numerose controversie tra gli studiosi. Vi ricorderete che ho detto poco fa che le sei qualificazioni, con l’eccezione di shradda, sono enunciate nella Brhadaranyaka Upanisad. Nel suo commento a questo passaggio, l’Acharya interpreta ‘shanta’ (colui che è dotato di ‘shama’) come ‘colui che ha il controllo dei sensi esterni’ (‘bAhyendriya vyApArata upashAntaH’), quindi uno che abbia conseguito quella posizione generalmente accettata come ‘dama’; e interpreta perciò ‘danta’ (colui che è dotato di ‘dama’) come ‘colui che ha liberato se stesso dalla sete (tRRishhNA) dell’organo interno’, la mente, (\*antaHkaraNa-tRRishhNato nivRRittaH\*) quindi, quello stato generalmente accettato come ‘shama’. D’altra parte nel Viveka-chudamani riprende il significato tradizionale. Ma non c’è ragione di sollevare alcuna controversia. Shankara scrisse i commentari alle Upanishad subito dopo l’iniziazione al Sannyasa, nella sua giovinezza. Successivamente, dopo avere viaggiato a lungo per il paese, decise probabilmente di adeguarsi all’usanza tradizionale.

Dama e shama implicano entrambe il controllo di sé esercitato da se stessi. Dunque quando parliamo di auto-controllo in senso integrale, di controllo dei sensi e della mente, possiamo usare correttamente dama o shama. Nel BrihadaranyakaM quando Brahma insegna agli esseri divini l’umiltà, dice semplicemente “damyata”, usando perciò soltanto ‘dama’.

Un nome alternativo per Bharata, figlio di Dushyanta e Shakuntala è ‘sarva-damana’, che significa colui che controlla e domina su tutto. A causa della superiorità della sua bellezza Damayanti fu così chiamata. Il Dio della Morte,

Yama, è chiamato ‘shamana’ perché conduce alla pace la vita di ciascuno, sia un re o un poveraccio, quando viene il suo momento.

Dalla parola ‘dama’ derivano le due parole ‘damanam’ e ‘danti’; così come dalla parola ‘shama’ provengono ‘shamanam’ e ‘shanti’, più diffuse delle precedenti. Sebbene si tratti sempre di controllo, in questa accezione denota un tipo di controllo gentile, non violento. La stessa parola ‘shanti’ indica il calmarsi e un processo pacifico ovvero uno stato in cui non si verifica un controllo sensibile.

‘Shanti’ è lo stato di calma mentale; ‘danti’ è la calma dei sensi. Ai Sannyasin si è soliti dare titoli quali ‘shAnti dAnti bhUmnAM’.

Occhi ed orecchi si possono schiudere per impedire che vedano o che odano. Mani e gambe possono essere tenute ferme al punto di non essere più in grado di muoversi. Ma ciò nonostante la mente potrebbe proseguire il suo corso senza alcuna disciplina. Sebbene i sensi non percepiscano, la mente può immaginare gli oggetti e rincorrendoli, farsene turbare. L’azione dei sensi si verifica unicamente per l’attivazione della mente e la sua soddisfazione, o soddisfazione dei desideri. Perciò è necessario immobilizzare la mente al fine di fermare le svariate attività dei sensi. A causa dell’importanza del controllo mentale e della disciplina, la sadhana esplora prima il shama e poi il dama.

Si potrebbe obiettare. “Se si è conseguito il controllo della mente [shama], il controllo dei sensi [dama] sarà automatico; perché affrontarli separatamente?” Il completo controllo della mente, detto anche ‘la morte della mente’ [mano-nAshaM] si verifica quasi all’ultimo stadio. Stiamo parlando ora del penultimo stadio. Ovviamente si deve cercare di controllare la mente a partire dall’inizio. Ma questo tentativo avrà successo solo nel corso del tempo. Quando gli occhi vedono un cibo appetitoso o il naso afferra qualcosa di piacevolmente noto, la nostra disciplina solitamente svanisce. Le gambe ci conducono al piatto e la bocca comincia a masticare. Quindi anche se la mente era riuscita a sostenere un po’ di controllo di sé, i sensi percepiranno gli oggetti e inizieranno a desiderarli, vanificando il controllo della mente. Finché non raggiungiamo una certa stabilità spirituale, la mente funziona in questo modo – cioè lasciandosi controllare se non compaiono oggetti nel raggio della percezione sensoria, e perdendo il controllo non appena i sensi percepiscono qualche oggetto di tentazione. Queste sono le situazioni in cui si deve essere capaci di imprigionare occhi, orecchie, naso, gambe, mani, ecc. Ecco perché ‘dama’ è menzionato contemporaneamente a ‘shama’.

La Kathopanishad descrive una bella analogia per la mente e i sensi. Il Jiva è

come il signore seduto sul carro. Il corpo è il carro. L'intelletto è il cocchiere. Il carro è trainato dai cavalli, che sono i sensi. Il cocchiere governa il carro tirando le redini e quindi controllando i cavalli. Le redini sono la mente. L'intelletto - quando è già stato temperato mediante viveka e vairagya, le prime due parti della sadhana – è ora un intelletto saggio, e dunque un cocchiere esperto che può guidare il carro fisico lungo il cammino della vita. Il sentiero giusto è il sentiero spirituale.

Il cocchiere deve tirare le redini con abilità, non troppo, non troppo poco, così che i sensi/cavalli vadano soltanto nella direzione della più alta esperienza di vita. Quando si è giunti alla realizzazione del Brahman, ecco che si possono lasciare i cavalli (i sensi) così come le redini (la mente) e il cocchiere (l'intelletto) – e il Jiva che ha diretto il viaggio può finalmente godere del Sé in sé e per sé.

'Dama' significa auto-controllo; ma fin ora sono stati indicati solo i sensi percettori (jnAnendriyas). Così come la mente è la forza dietro i cinque sensi di percezione, dalla loro forza proviene la motivazione che spinge i karmendriyas (organi dell'azione) ad agire. Ecco perché il controllo degli organi dell'azione non è considerato separatamente. Il controllo degli indriyas è solitamente limitato al controllo dei sensi percettori solamente. Nel Viveka Chudamani, in seguito, si legge che i cinque sensi sono i prodromi di tutti i mali.

“Il cervo va incontro alla sua rovina a causa dell'udito (il cacciatore suona il flauto e il cervo ne resta incantato e si ferma; così viene catturato). L'elefante incontra la sua rovina mediante la pelle (l'elefante maschio viene catturato mentre si abbandona al contatto di una femmina utilizzata per tendergli una trappola). La falena va incontro alla morte a causa della vista (brucerà infatti attratta dalla luce di una lampada). Il pesce andrà verso la sua rovina a causa del gusto del palato (l'esca del pescatore attrarrà il pesce che finirà catturato dalla lenza). L'ape andrà verso la rovina per il profumo (catturata dal fiore che si richiude su di essa). Ecco che ciascuno dei cinque sensi di percezione sono causa di della morte di cinque specie di esseri. Gli uomini, d'altro canto, sono preda di tutti i cinque sensi. Cosa dire di loro?”

Nello sloka 23 si definisce il 'dama'. E' scritto: 'dama' è il controllo di entrambi i tipi di organi di senso, percezione e azione; il controllo dell'esperienza di piacere ottenuta mediante entrambi:

vishhayebhyaH parAvartya sthApanaM sva-svagolake /  
ubhayeshhAM indriyaNAM sa damaH parikIrtitaH //

**'Dama' è detto il ritiro di tutti i sensi dai vari oggetti di fruizione e la**

## limitazione di essi alle rispettive sfere (sva-sva-golake)

E' chiaro il significato del 'ritiro dei sensi'; ma la '**limitazione dei sensi alle rispettive sfere**' può essere chiarito meglio. Vi dirò come io intendo questo passaggio. Non significa che non si debba vedere nulla, udire nulla, mangiare nulla, o che non ci si debba muovere o fare nulla con le mani o con i piedi. No, l'Acharya non intendeva questo. Se smettiamo ogni attività letteralmente il cammino della vita non sarebbe più possibile. E che ne sarebbe della Sadhana? Solo se lo schermo è presente possiamo proiettarci delle immagini. Tutto ciò che è necessario per la vita – come vedere, udire, mangiare, camminare, muoversi – deve essere fatto. Dunque quello che è necessario fare costituisce automaticamente un limite, una sfera di attività limitate, per tutti i sensi. Questo viene chiamato 'golaka' dall'Acharya. Questa particolare attività di ciascuno dei sensi (indiya) necessaria alla vita è il raggio di attività, golakam. Quando si trascende questo limite si ha un effetto dannoso per lo spirito. Si tratta di un limite che non deve mai essere superato. Un'automobile per esempio può andare ad una certa velocità; il vero scopo dell'automobile è recarsi nei luoghi che si desidera raggiungere. Ma abbiamo un limite di velocità. Allo stesso modo nel viaggio della vita, a qualunque tappa ci troviamo di esso, lavorano i sensi. Non possiamo reprimerli eliminando il loro operato.

Nella Bhagavad Gita il Signore ha detto (III – 8): “Compi le azioni che ti spettano; se non compirai alcun lavoro non ti sarò possibile continuare a vivere”. Questo si deve collegare a quanto abbiamo detto.

Non figuratevi 'golaka' come una sfera. Vedetela come un'orbita – il tracciato del movimento, non il semplice movimento. Quando tutti i pianeti mantengono la propria orbita attorno al sole, il sistema solare e i suoi abitanti proseguono normalmente a propria routine.

Affinché la vita nell'universo prosegua regolarmente, il movimento dei pianeti deve essere conforme all'ordine. Cosa accadrebbe se un pianeta fuoriuscisse dalla sua orbita? Cosa accadrebbe se i pianeti non si trovassero ciascuno nella propria orbita? Sarebbe il caos. Allo stesso modo i dieci sensi dell'uomo devono essere mantenuti nelle rispettive orbite e limitati a svolgere il proprio lavoro; altrimenti non ci sarebbe vita alcuna, ma solo morte. [...] **In breve dobbiamo vigilare che le indriya svolgano il lavoro necessario, ma senza fuoriuscire dalla sfera limite del loro raggio di azione. Lo 'sthApanaM' (fissaggio, stabilizzazione) dei sensi nelle relative sfere d'azione non significa fermarli, ma ancorarli al percorso definito.** Ricordatevi che questo si applica ad entrambi i generi di sensi: jnAnendriyas (sensi di percezione) e karmendriyas (organi/sensi dell'azione).



Solitamente i cinque sensi percettori e i cinque organi dell'azione sono conteggiati insieme alla mente, come gli undici indriyas. Gli undici Rudra di Shiva sono gli adhi-devata, le divinità che presiedono a questi sensi. Quando digiuniamo nel giorno di Ekadasi (l'undicesimo giorno del ciclo lunare) lo facciamo per affamare gli undici indriyas. Manu ha detto:

ekAdashaM mano jneyaM svaguNeno-bhayAtmakaM /  
yasmin jite jitAvetau bhavataH panchakau gaNau //  
(Manusmriti II - 92)

“Conosci la mente come l'undicesimo indriya, che intrattiene una relazione attiva con i due gruppi di cinque indriya; eliminando questa solo, avremo il dominio degli altri dieci”.

Esiste un'altra classificazione. La mente e i sensi percettori (jnAnendriyas) sono contati assieme come sei. Nella gita il Signore dice: 'indriyANAM manashchAsmi' (X -22). E più nello specifico, dice in XV-7, 'manaH shhashhTAnIndriyANi' – i sei indriyas inclusa la mente.

In alcuni passaggi l'Acharya sostiene questa classificazione. Per esempio, gli indriyas sono talvolta chiamati 'karana' strumenti, poiché sono gli strumenti che permettono di compiere le azioni che esaudiscono la volontà dello jiva. D'altra parte, le azioni quali pensare, pianificare, provare felicità e dolore – sono svolte dalla mente che è all'interno. Perciò la mente è chiamata 'antaH-karaNaM'. Insieme ai cinque karana che svolgono il lavoro all'esterno, l'Acharya visualizza il sestetto come un'ape e scrive nel Soundaryalahari (90) 'majjIvaH karaNa-charaNaH shhaT-charaNatAM': l'ape ha sei zampe e così lo jiva ha sei indriya (karana) è come un'ape. Ogni movimento si attua per mezzo di queste zampe. Nella vita ogni azione si svolge per mezzo dei sei karana; perciò sono utili come le zampe dell'ape. L'ape immersa nel fiore di loto resta immobile, incantata e dimentica di sé. Così la preghiera del devoto è di essere immerso nei piedi di loto della Dea Madre, dimentico di sé come un'ape nel fiore di loto. Così è quando la mente e i sensi sono stati placati, realizzati shama e dama, lo Jiva è immerso nell'Assoluto. [...]

In breve, il controllo dei sensi e quello della mente devono procedere a braccetto, completandosi a vicenda. Infatti tutti gli aspetti della Sadhana devono muoversi compattamente ed essere praticati insieme. Vi ho già detto che non dovete seguire i precetti in successione, isolatamente. Devo ripetere questa raccomandazione nel caso di 'dama' e 'sama', con ancora maggior convinzione.

"bhavanti bhAvA bhUtAnAM matta eva pRRithak-vidhAH" – Tutte le differenti attitudini provengono da Me, dice il Signore. E ne espone una lista delle più elevate: (X-4,5) intelletto, saggezza, non-illusione, perdono, verità, autocontrollo (dama), quiete (shama)... E nella lista di qualità divine descritta nel 16° capitolo include shama e dama. Come ho già detto, ciò che si ottiene mediante shama è 'shanti' (pace) e mediante dama è 'danti'.

Un Sannyasin è chiamato 'yati', il cui significato è colui che controlla o che possiede controllo. Le parole 'yama' e 'yata' indicano entrambe controllo o disciplina. Il divino Yama (la Morte) è colui che controlla tutti con la paura. Il genere di controllo che esercita Yama riguarda gli altri. Ma il significato di 'yati' è il controllo di sé. Perciò gli Sahastra e la Gita, indicano lo 'yati' come 'yatAtaman' o 'samyatAtmA'. Chi abbia acquisito 'shama' e 'dama' è uno 'yati' o un 'sannyasi'.

Il Signore ha detto (IV-39) "shraddhAvAn labhate jnAnaM tatparaH samyatendriyaH" - colui che con fede e dedizione (shradda), ha preso il controllo dei sensi ed è perciò 'samyatendriya', raggiunge l'Jnana. Con queste parole ha integrato simbioticamente shradda, shama e dama, tre elementi della sAdhana-chatushhTayaM!

Descrivendo gli attributi di uno sthita-prajna, dice: "Come una tartaruga ritira la testa nel guscio se scorge un pericolo, l'essere umano dovrebbe ritirare i sensi dagli oggetti sensibili, rivolgendoli in se stesso", sottolineando l'importanza del controllo dei sensi attraverso questa bellissima analogia. Ogni volta che i sensi vanno disordinatamente a loro piacimento, per l'essere umano è un momento di pericolo. La tartaruga ritrarrà la testa nel guscio solo al sospetto di un pericolo; ma l'esser umano deve sempre ritirarsi. Il Signore sottolinea questo fatto usando una semplice parola in più: sarvashaH, che significa 'sempre e con ogni mezzo': yadA samharate cAyaM  
kUrmo'ngAnIva sarvashaH

**Nella Brhadaranyaka Upanishad l'intera comunità divina riceve un consiglio: (V.2-1) "dAmyata", cioè: tenete i vostri sensi sotto controllo. La storia è così: Non solo gli Dei, ma gli Uomini e anche gli Asura – tutte le tre specie andarono da Prajapati, il Creatore, per riceverne consiglio. Brahma disse loro una sola lettera "da" e poi chiese loro se avessero capito.**

Normalmente ciascuno conosce le proprie debolezze. Così se qualcuno dà un consiglio poco chiaro e chiede di comprendere ciò voleva dire, ognuno intenderà il messaggio nel modo che ritiene sia applicabile a sé. Comprendere

da soli un messaggio in questo modo è molto utile.

Ecco come, nella storia della Brhadaranyaka Upanishad, la singola lettera “da” fu detta da Brahma a tutte le tre specie di esseri (deva, asura e manushya) contemporaneamente, ma ciascuno di essi la intese come la prima lettera di un messaggio indirizzato precisamente a sé. **Gli Dei, ritennero che stesse per ‘damyata’, controllate I vostri sensi. Il Creatore approvò la loro interpretazione.**

**Gli umani ritennero che significasse “datta”, dare: fate la carità, siate caritatevoli. E anche questo fu approvato dal Creatore.**

**Gli Asura intesero “dayadhvaM”, siate compassionevoli. E ancora il Creatore diede la sua approvazione.**

L’Acharya nel suo commento scrive che le tre categorie di esseri – deva, manushya e asura – si trovano tutte tra gli esseri umani. Le persone che sono generalmente note per essere buone, ma che non hanno controllo dei propri sensi sono gli ‘dei’. Coloro che non hanno disposizione caritatevole e sono avidi sono i manushya, poiché la più grande debolezza umana è l’avidità e la conseguente assenza di disposizione caritatevole. Coloro che non possiedono invece neanche un briciolo di compassione nei loro cuori sono classificati come asura. In altre parole, tutti i tre messaggi sono diretti all’umanità.

Il traguardo di questo apprendistato è ovviamente la pace totale [shanti] che si ottiene con la piena acquisizione del ‘shama’.

Quando la mente è finalmente placata e stabile, quello è l’Atman. Quando la mente si ferma, l’Atman risplende. Anche nello stadio precedente, i sensi potrebbero involontariamente sospendere la loro attività e la mente potrebbe realizzare la sua volontà di controllo dei sensi. Dopo di che, resterebbero da eliminare solo le vasana rimanenti nella psiche. Questa eliminazione avviene quando ‘shama’ è completamente acquisito. La totale cessazione della mente genererà la realizzazione dell’Atman. Dunque shama è la quiete finale. Ecco perché recitiamo “shanti shanti shanti” e ne parliamo come "Atma-shAntiH". La parola ‘danti’ (controllo di mente e sensi) è equivalente. L’azione del controllo implica una forza, da cui scaturisce ‘Shanti’. Ma non si dica “controllo, poi shanti”, bensì “controllo, che è già shanti”.

Tutti i grandi hanno pregato per ottenere la calma controllata della mente. Il Signore Krishna ci ammonisce:

Yato yato nishcharati manash-chanchalam-asthiraM /  
Tatas-tato niyamyaitat Atmanyeva vashaM nayet // (VI - 26)

[26. Ovunque la mente vaghi a causa della sua natura agitata e instabile, deve essere ricondotta al Se'. ]

L'uso delle parole 'chanchalaM' (agitata) e 'asthiraM' (instabile) per descrivere la natura turbolenta della mente è significativo. Ma in qualunque caso si verifichi questa agitazione e instabilità verso gli oggetti esterni, in qualunque circostanza la mente deve essere riportata e fissata entro i confini del Sé, dice il Signore.

### 19: Uparati (Cessazione)

Quando dunque si è stabilizzati nell'Atman, questo è lo stadio successivo della sestina, detto 'uparati'. Uparati significa fine, cessazione. Comprende anche il significato di morte. In una delle sue canzoni, Tayumanavar dice 'la mente deve imparare a morire'. Questo è lo stato in cui la mente ha raggiunto una condizione di non-attività e si è perciò acquietata. Mediante la continua pratica di shama e dama, la mente si è liberata dagli oggetti esterni ed è stabilmente nella quiete, priva di attività – ciò è l'uparati. Ecco la definizione del Vivekachudamani (24):

”bAhyAvalambanaM vRRitteH eshho'paratir-uttaMA”

L'uparati qui menzionata come la più alta (uttamA) è **il dominio dell'esteriore** 'bAhyAvalambanaM'. Esteriore non significa soltanto ciò che viene percepito dai sensi, come la vista, l'udito o il movimento delle gambe e delle mani. Tutto ciò che è “esteriore” rispetto all'Atman, altro dall'Atman, è incluso nell'esteriore. Tutti i pensieri che sorgono nella mente sono parte dell'esteriorità. La mente stabilizzata è perciò priva di tutto. La parola 'stabilizzata' equivale a 'morta', perciò si chiama uparati. La mente è ora priva di azione. Ma non è ancora la realizzazione dell'Atman. Quando questo si verifica abbiamo l'esatto opposto alla morte; è lo stato di immortalità, amRRitaM. Ma a questo stadio l'Atman non è stato ancora realizzato, sebbene la mente sia priva di turbolenze o vibrazioni, come fosse morta.

Colui che ha raggiunto l'uparati è detto uparata. Tale persona è descritta dall'Acharya nel suo commento alla Brhadaranyaka Upanishad come sarvaishhaNA vinirmuktah sannyAsI (IV - 4 - 23). EshhaNa, significa desiderio. In un altro passaggio della stessa Upanishad (III-5-1) l'Jnani è detto girovagare come un mendicante, avendo abbandonato l'eshana per la progenie, l'eshana per il denaro e l'eshana per la vita mondana. Generalmente i tre desideri, precisamente putra-eshhaNA (desiderio di progenie), dAra-eshhaNA (desiderio

della moglie) e vitta-eshhaNA (desiderio del denaro) sono chiamati la triade dei desideri (eshhaNA-trayaM). Nel LalitA-trishati, la Madre Divina viene chiamata “eshhaNA-rahitA-dRRitA”, colei che è propiziata da coloro che non hanno desiderio.

Vairagya, il distacco, connota a sua volta uno stato in cui il desiderio è stato distrutto. Ma in questo caso il disgusto dell’oggetto rimane dominante. E’ lo stato in cui si rifiutano le cose a causa del disgusto. Ma ora, nell’uparati non vi è disgusto né desiderio.

Quando diciamo ‘Vairagya’ intendiamo un implicito disgusto verso i desideri, per cui il desiderio principale diventa quello di distruggerli. Nello shama-dama il solo obiettivo è dominare la pulsione della mente verso i desideri e i sensi dall’azione di soddisfare le pulsioni. Ma nessuna azione ulteriore. La mente è finalmente placata dopo aver esercitato vairagya, shama e dama. Ma l’arresto non è ancora completo, poiché il totale annichilimento è tuttora molto lontano. La quiete attuale è simile ad una sospensione. L’ AtmAnubhava, la beatitudine, ecc non sono ancora qui. E’ come se si fosse fatto un vuoto; perciò vi è pace fino che la turbolenza è assente.

Poiché il desiderio è stato distrutto, l’Acharya chiama questo uparata un sannyasin (nel Brihadaranyaka Bhashya). In realtà oltre le sei qualità, ne abbiamo un altro gruppo di tre: titikshhA, shraddhA and samAdhAna. Dobbiamo ancora vedere di cosa si tratta. Solo dopo queste tre, abbiamo ancora ‘mumukshhutvaM’, l’ardente desiderio di Liberazione. Solo dopo di questo, il sannyasa.

Quando si è raggiunto l’uparati, segue il sannyasa. Il significato letterale di sannyasi è ‘persona felicemente rinunciante’, questa deve essere la ragione per cui un uparata è chiamato sannyasi. Infatti le qualità che ancora devono emergere sono titiksha, shradda, samadhana – in nessuna delle quali si trovano caratteri di rinuncia. Lo comprenderete appena vi spiegherò questi passaggi. Quando la cognizione dell’esterno (bAhyAvalambanaM) è terminata, si ha l’uparati; e l’abbandono di tutto questo è il sannyasa. ‘Niasa’ è abbandonare o gettare via, farlo bene è ‘sannyasa’.

Ma quando la mente è giunta all’uparati, è terminata l’ascesa, in maniera secca? No. Può apparire così. Ma la grazia di Dio non ci lascerà così. Questo ricercatore, che abbia il solo obiettivo di ricercare la verità del Brahman Assoluto, che ha controllato tutti i suoi desideri e placato la sua mente con grande fatica, non sarà lasciato da Dio in questo modo. Né gli sarà accordata immediatamente la realizzazione di Brahman. Il suo Karma deve essersi

esaurito, prima. Prima che arrivi il suo tempo, Dio darà lui la possibilità di raggiungere lo stadio del Samadhana, che gli permetterà di ricevere l'upadesha del Mahavakya. Ecco come funziona.

Ma tra uparati e samadhana si trovano altri due elementi: titiksha e shradda.

## 20. TITIKSHHAA (Pazienza, perseveranza)

Dopo 'uparati' abbiamo 'Titiksha' (perseveranza, sopportazione, pazienza).

In diversi passaggi della Gita, il Signore menziona questa coppia di opposti. Dice "Trascendi tutte le dualità e sii al di là di esse. Sii "dvandvAtIta", colui che ha trasceso tutte le dualità. Che il tuo obiettivo sia stato raggiunto o no, sii equanime verso il compimento (siddhi) e il non-compimento (asiddhi). Tale equanimità implica semplicemente l'applicazione di Titiksha (tolleranza, sopportazione, perseveranza). Anche nell'ultimo capitolo si parla di siddhi-asiddhi e il Signore dice: "Colui che non è affetto dal successo o dall'insuccesso è stabilito nell'agire sattvico (Cap.18 – 26: "siddhy-asiddhyor-nirvikAraH kartAsAtvika ucyate").

La coppia caldo-freddo menzionata all'inizio è ripresa nel capitolo sul dhyana yoga, dove il Signore aggiunge (Cap.6 - 7) un'altra dualità "mAna" and "apamAna". In vari passaggi (2-57; 9-28; 12-17) si riferisce alla coppia "shubha-ashubha" come opposti. Shubha-ashubha (propizio e infauso) è di fatto "puNya-pApa", meriti spirituali e demeriti. Altrove indica priya – apriya (desiderabile-indesiderabile), ishha – anishha (prescelto e non prescelto), lAbha – alAbha (guadagno e perdita), jaya – apajaya (vittoria e sconfitta) e in tutti i casi insegna l'equanimità nei confronti di questi opposti.

L'Acharya definisce Titiksha come "sahanaM sarva-dukhAnAM", nel Viveka Chudamani e nell'Aparoskanubhuti. Significa "sopportare tutte le sofferenze". Dove "tutte" include anche i cosiddetti piaceri, poiché ciò che appare piacevole diventa una vera sofferenza dal punto di vista dell'eternità. Solo l'Jnana è felicità. La felicità è soltanto quella che sgorga dall'advaita-jnana. Ogni esperienza nel mondo delle dualità è opposto all'jnana e perciò si considera come infelicità. Perlomeno quello che pare essere qualcosa di infelice ci offre di disgusto per il coinvolgimento nel mondo e perciò ci porta leggermente avanti verso l'illuminazione; mentre ciò che sembra un'esperienza felice ci lega maggiormente al coinvolgimento mondano. Di conseguenza si deve sviluppare l'attitudine a trattare le circostanze felici proprio come quelle infelici. Ad una fase successiva, così come si sopporta la miseria, così si diventa capaci di

sopportare quando si presenta la felicità. Questo è quello che intende l'Acharya dicendo "dukhaNAM sahanaM" (sopportare il dispiacere) e si ferma qui. Tutte le scritture raccomandano di sopportare piacere e dolore egualmente; cioè, anche ciò che sembra essere un fatto positivo deve essere tollerato come si tollerano i fatti negativi.

Ovviamente questo accade quando si raggiunge un certo livello di maturità. Ma anche ad un livello precedente, a un livello "inferiore", dobbiamo adoperare Titiksha in un altro modo. Quando ci capita una cosa buona la nostra mente si eccita per essa. Tale eccitamento è nocivo come quello che deriva da eventi infelici. In entrambi i casi a farne le spese è l'equanimità della mente. Solo quando la mente è ferma, priva di ogni vibrazione, si può avere l'illuminante realizzazione dell'Atman. Dunque anche l'eccitamento che consegue naturalmente un sentimento di felicità deve essere "sopportato". Si tratta di un altro tipo di sopportazione. Quando non pensiamo un peso come una seccatura, questo non è più un peso per noi. Quando non vi sono pesi su piatti della bilancia, il perno dei bracci è fermo e stabile. Pensate al "bene" e al "male" come ai due piatti della bilancia. In qualunque dei due ponete un peso, l'equilibrio ne sarà alterato. Perciò né le esperienze negative, né l'eccitamento del piacere devono alterare il centro dell'equilibrio dal suo normale punto di equidistanza. Anche il "bene" non deve costituire un peso. Questo è Titiksha verso il bene.

In tutto quello che abbiamo detto, quanto è stato definito "bene" non si riferisce al progresso spirituale. Si tratta di ciò che comunemente si dice "bene" dal punto di vista materiale e mondano e che ci allontana dal cammino spirituale.

Esiste un certo aspetto negativo in questi "beni" che non c'è nei fatti "negativi". Quando incontriamo qualcosa di egoisticamente piacevole e felice, ci auguriamo che accada di nuovo, ne vogliamo "ancora". Questo desiderio peculiare che il "buono" si ripeta in sanscrito si chiama "spRhaa". L'antidoto a spRhaa è ancora Titiksha. Ricordate le parole del Signore: "dukhesha-vanudvigna-manAh sukheshu vigata-spRhaH" (B.G. II-56 : Colui che non è più turbato dalle tre forme di sofferenza né inebriato dalle gioie della vita, ed è libero dall'attaccamento, dalla paura e dalla collera è considerato un saggio dalla mente ferma. )

Quindi "Titiksha" indica il non essere perturbati da fatti miserabili e non essere inebriati (spRhA) dalla felicità per le cose buone. Non si deve essere influenzati dalle dualità come piacere e dolore. Essere lontani dalle dualità significa non-dualità. Quando le dualità scompaiono, la schiavitù del samsara è spezzata e le porte della Moksa (Liberazione) sono aperte. Nel capitolo V verso 3 della Gita,

Bhagavan dimostra che l'obiettivo della Sadhana è il risultato di "Titiksha": "nirdvandvo hi mahAbAho sukham bandhAt pramucyate" – Colui che ha abbandonato la dualità, ha liberato se stesso dalla schiavitù.

Colui che possiede Titiksha è chiamato "titkshu". Tale persona è descritta dall'Acharya come colui che tollera o sopporta tutte le dualità: titikshhuH dvandva sahishhNuH - in BrihadAraNyaka bhAshya (IV - 4 - 23). La scomparsa della dualità significa che sussiste solo l'Uno. E l'Uno è l'Atman, senza dubbio.

In sostanza, ciò che l'Acharya richiama fermamente è: "Non ci si deve preoccupare di ciò che è immediatamente un evento infausto, e neppure di ciò che appare piacevole, ma che in realtà è una cosa altrettanto miserabile." Non preoccuparsi significa "non agitarsi" per queste cose. Non si deve andare alla ricerca di antidoti alla felicità (sukha) o all'infelicità (dukha). Silenziosamente si debbono sopportare ambedue.

\*sahanaM sarva-dukhAnAM apratIkAra-pUrvakaM /  
cintA-vilApa-rahitaM sA titikshhaa nigadyate //\* (Viveka  
Chudamani #24 (or 25)

sA titikshhaa nigadyate : Di lei si dice "Titiksha"  
sarva-dukhAnAM sahanaM : sopporta ogni infelicità  
(notiamo che anche la cosiddetta felicità è inclusa nell'infelicità)  
apratIkAra-pUrvakaM : senza cercare rimedi per annientare felicità e infelicità  
cintA-vilApa-rahitaM : senza preoccuparsi (\*cintA\*) o lamentarsi (\*vilApa\*).

Ora vorrei prendere in considerazione l'uso del genere femminile in questa frase. L'Acharya dice: "sA titikshhaa". Titiksha è un nome femminile. Ma non si tratta di una questione grammaticale. Quando parla di "nitya-anitya-vastu-viveka" (discriminazione tra eterno ed effimero) dice "saH ayaM": egli è quello – usando perciò un genere maschile. La parola "viveka" è maschile. Probabilmente a causa dell'antica opinione che la mente femminile sia propensa a vacillare e quella maschile possieda attitudine al discernimento.

Dall'altra parte il concetto del distacco è indicato col genere neutro: tad-vairAgyaM – tale è il distacco. Probabilmente perché grazie al distacco la mente diventa immune ed inerte!

Nel processo di discriminazione si verifica necessariamente un'analisi. Di conseguenza la mente diventa priva di desideri. Nella discriminazione avviene perciò un'azione (mentale) mentre nel distacco non è presente altrettanto



attività. L'azione denota una potenza maschile (paurushhaM) e quindi viene indicata con "sah" (egli), mentre l'inattività, come l'inerzia del distacco, è caratterizzata dal neutro tat.

Le parole "shama" (controllo della mente) e "dama" (controllo dei sensi) sono entrambe usate nel genere maschile "shamaH" e "damaH". Entrambe significano controllo, e di conseguenza adottano il genere che indica azione, cioè il maschile. [...]

La parola "uparati" è invece femminile. Se colleghiamo l'attività al genere maschile, lo stato di pace e di inazione deve essere femminile. Ecco che l'Acharya afferma: uparatir-uttaamA – la condizione più elevata è l'uparati (la cessazione) – usando il femminile per "il più elevato".

E per la fase successiva, Titiksha, userà in maniera ancora più specifica il femminile "sA" (lei). La sopportazione è nota per essere una caratteristica femminile in generale – la qualità della madre. Non siamo soliti riferirci alla Madre Terra come ideale di sopportazione?

## 21 : SHRADDHAA (Fede/Dedizione)

Nella serie iniziata con "shama", il tema successivo è "Shradda" (fede, dedizione incondizionata). Quando qualcuno è coinvolto in qualcosa per assoluta convinzione – senza alcuna "prova" diretta – (come che) che le parole degli Shastra o dei santi sono giuste, questo atteggiamento è detto "Shradda". Al confronto degli uomini, le donne sono molto più elevate nella "Shradda" - proprio perché non si lasciano trascinare in questioni accademiche. Infatti, io penso, anche dopo il loro odierno ingresso nel mondo degli studi, sono ancora un passo avanti nella Shradda. Forse nel futuro sarà differente.

Shradda porta al Credere (AstikyaM), come ho già detto. Nel novero di tutti quelli che sono diventati dei non-credenti, le donne sono probabilmente circa un quarto degli uomini. Persino le mogli dei leader di partiti dei non-credenti hanno fede nei templi, nelle austerità e nella devozione. Penso che "Shradda" sia giustamente una parola femminile!

Quando all'inizio ho parlato di Shradda vi dissi che l'argomento sarebbe ritornato al termine della Sadhana. Siamo giunti ora a quel secondo livello della Shradda, il più alto grado.

A questo punto il ricercatore ha fatto un buon numero di passi nella direzione della maturità spirituale. Ha indagato e dimostrato a se stesso cosa è eterno e

cosa effimero; ha sviluppato distacco verso l'effimero; ha quietato la mente pensierosa con l'autocontrollo e l'ha ridotta al vuoto; ha coltivato pazienza e tolleranza – in tutto questo ha compiuto progressi sufficienti. Dunque perché la Shradda a questo livello?

All'inizio del percorso l'aspirante è facilmente modesto e ingenuo e di conseguenza dotato di Shradda perché piuttosto spaventato dei severi precetti su discriminazione, distacco e autocontrollo, e insicuro delle proprie capacità di soddisfarli. A quel tempo è facile credere che vi siano nel campo spirituale molte cose che non possono essere comprese e argomentate con la mente razionale e si deve perciò avere fede nelle parole delle scritture e dei saggi. Ma quando si sono compiuti alcuni progressi sul cammino della Sadhana spirituale, è facile che si pensi che la mente è ora pulita e che perciò sarà capace di comprendere tutto ciò che si deve compiere sulla via della Realizzazione del Sé. Questo è un tipo di Ego che si insinua da dentro inavvertitamente. Ciò che deve accadere fino alla fase della Realizzazione non può essere compreso nemmeno dal più acuto intelletto. Perfino l'Jnani che abbia ottenuto la Realizzazione del Sé non sarebbe capace di spiegarlo per mezzo dell'intelletto. Si deve perciò proseguire ad applicare lo stesso regime senza dubitare finché la Realizzazione non sopraggiunge da sé, come il sole che sorge. E quando questi eventi si verificano, si devono prendere così come sono, senza analizzarli intellettualmente. Ci si deve accontentare di pensare: la Sadhana che mi ha portato fino a questo punto mi porterà ancora più avanti, per la stessa Grazia divina che mi ha sorretto finora; non la sottoporro all'indagine dell'intelletto". Anche dopo che si sia avuta l'Illuminazione, i fatti saranno inaccessibili all'intelletto. Anche il nostro Acharya – e nessun Maestro potrebbe essere migliore di lui – non ha tentato di comunicare quel segreto nel linguaggio dell'intelletto. “non lo posso descrivere. Semplicemente si deve procedere con fede” questo è il suo messaggio e perciò eccolo reintrodurre la necessità di Shradda anche nella fase più avanzata della Sadhana.

E' questo il gioco della Madre Divina – Elargitrice di Illuminazione – che ad un certo livello, l'aspirante si sollevi solo sulle forze della Shradda, senza compiere alcuno sforzo con l'intelletto. E' in questa situazione che Shradda entra nell'aspetto più significativo. Anche coloro che hanno svolto dei passi significativi nella Sadhana, devono semplicemente continuare nella via della Shradda e non fare domande; qualsiasi domanda non riceverebbe una risposta appetibile dall'intelletto, né sarebbe possibile sollecitare il Guru a dare risposte intellettualmente comprensibili. [...]

Shradda non è soltanto una delle componenti della Sadhana; è la componente di punta. L'Acharya, nell'introduzione al secondo capitolo del BrihadAranyaka Bhashya, dice: “shraddhaa ca brahma-vijnAne paramaM SadhanaM”, e il

Signore nella Bhagavad Gita (B.G.IV-39) “shraddhAvan labhate jnAnaM” :  
(Solo) L'uomo di fede conquista presto la suprema pace spirituale.

Uno status speciale è sempre attribuito ai mantra delle Upanishad, chiamati “mahavakya”, che dichiarano l'identità di Jiva e Brahman. Tra di essi, uno ha uno status particolare, perché è quello che viene direttamente impartito allo Shishya (discepolo). Si trova nel Samaveda, dove viene dato ad un giovane, non a un rinunciante. Il Supremo Paramatma, indicato con “Quello” è ciò che Tu, il Jivatman, sei. Questo è il messaggio. A impartire l'insegnamento è Uddalaka Aruni, il padre, al figlio Svetaketu. Il padre recita di seguito una lunga serie di mantra, culminando con l'enfatico ritornello: “Quello è ciò che tu sei”. E proseguendo, verso la metà del racconto, dice: “Vai e portami un frutto di banyan, figlio mio”. E il figlio gli reca il frutto richiesto.

“Spezzalo” gli ingiunge allora il padre.

“Ecco fatto, Signore”

“Cosa vedi dunque all'interno del frutto spezzato?”

“Semi e ancora semi, come minuscole particelle”

“Bene, figlio, allora spezza anche quei semi”

“Ecco fatto”

“Cosa vedi al loro interno?”

“Nulla, Signore”

“Il nulla di cui parli ha qualcosa di sottile e invisibile all'interno. E' da quell'essenza sottile che nasce l'intero albero di banyan” disse il saggio Aruni, e a questo punto, si rivolge al figlio con calore: “Saumya (mio caro), credi a me. Abbi fede in quanto ti dico (shraddhasva)”. Shraddhasva significa “abbi Shradda”.

Questo è il mahavakya che troviamo al più alto grado del Vedanta, insegnato come primo passo per il Sannyasin quando è il tempo di prendere i voti di rinuncia. E quando questo upadesha fu dato per la prima volta al giovane studente, altamente qualificato, il Rishi ritenne necessario aggiungere: **shraddhasva**. Questo significa che Shradda è ciò che si deve avere come equipaggiamento necessario fino all'ultimo momento, anche quando sta per realizzarsi la conoscenza del Brahman.

Nei versi IX-13, dice: “ashraddha-danAH purushhaaH nivartante mRtyu-samsAra-vartmani” - L'uomo senza fede (è rovinato) e ricade nel ciclo della trasmigrazione”. Così ci mette in guardia con un avvertimento, allo steso tempo molto compassionevole. Non si tratta di un falso allarme; di certo accadrà così. Non dobbiamo permettere che accada. Dobbiamo sviluppare una fede salda: “Sono giunto presso questo Guru. Che altri lo vedano pure come pensano. Per quanto ne so, Dio non mi abbandonerà; certamente la Grazia di Dio, per mezzo

di questo Guru, rivelerà ciò che sto cercando”. La convinzione e la fede che riversiamo sul nostro Vidya-Guru (il maestro che impartisce le basi dell’educazione) nei nostri primi anni di vita deve essere la stessa che proviamo verso il dikshA-Guru (il Guru che ci accorda infine lo status di sannyasin).

Naturalmente è vero che ci si deve affidare a un Guru, solo dopo aver fatto ricerche su di lui. Ma poniamo l’ipotesi di trovarci con un Guru fasullo. Anche in questo caso, avendo fede in lui e abbandonandoci a lui, l’Onnisciente Dio ci benedirà con l’Illuminazione, per mezzo di quel Guru, sebbene non sia uno jnani!

Il significato di “Shradda”, dice che trae origine dalle parole “shrat” (Verità) e “dha” (fissare). Quindi il significato originario di “Shradda” è “fissare la mente su una verità” o, in altre parole, credere in qualcosa con convinzione.

Nella Chandogya Upanishad (VII-19-1) si trova un mantra che dice: “Questo è il tipo di Shradda che dobbiamo avere nei confronti di quell’invisibile soggetto che sempre deve tenere impegnata la nostra mente; solo così pensiamo correttamente”, dunque, quando c’è Shradda c’è il corretto pensare.

Brahma-vidya (la Conoscenza rivolta al Brahman) deve essere insegnata solo a coloro che sono dotati di Shradda, dice la Mundaka Upanishad. Chi è qualificato in questo senso? L’Upanishad espone una lista di qualificazioni (III-2-10). Coloro che adempiono i loro obblighi (karma) nel giusto modo; quelli che hanno una eccellente istruzione nei Veda (shrotriyas); coloro che desiderano ardentemente la liberazione; coloro che hanno Shradda.

Anche nella Prashnopanishad (I-10) è detto che coloro che cercano l’Atman diventano qualificati mediante le penitenze (tapas), la castità/continenza (brahmacharya), la Shradda e l’apprendimento.

L’Acharya mette molta enfasi, in tutte le sue opere, a sottolineare il ruolo della Shradda nei Shastra e nel Guru.

Indicò “Shradda” come una delle “sei preziose qualità” (shamAdi-shhaTka-sampat’) insieme a shama, dama, uparati, Titiksha, samadhana. Le prime quattro erano menzionate nello stesso ordine nella Brihad-Aranyakopanishad; le mantenne perciò nello stesso ordine aggiungendo Shradda come quinta. Quindi Shradda viene dopo Titiksha, ma prima di Samadhana.

La parola “**samadhana**” ha molti significati.

22. SAMAADHAANA

Dopo Shradda l'Acharya [Shankara] elenca "Samaadhaana" come sesto ed ultimo elemento della serie dei sei conseguimenti spirituali. Samadhana ha lo stesso significato di Samadhi. Samadhi è lo scopo finale. **L'obiettivo finale è Brahman, raggiungere la totale immersione nel Brahman è il Samadhi.** Essendo lo scopo finale non può essere definito come una parte della Sadhana. Si tratta dello stato finale o del compimento. Perciò l'Acharya non ne fa menzione nella seconda parte del cammino, il sAdhana-chatushhTayaM . Successivamente, alla terza fase, quando si adotta lo stadio della rinuncia, quando ci si sottopone al regime della Shravana (apprendimento diretto dal Guru), Manana (riflessione continua sul significato di ciò che si è ascoltato) e Nididhyasana (meditazione continua) non è incluso tra gli esercizi prescritti. Poiché è il risultato finale di tutta la Sadhana. Nello stato di Samadhi si ha la pura esperienza senza alcuno sforzo da parte del soggetto. Dunque l'Acharya non include il Samadhi tra gli elementi della Sadhana. Ma...

Esistono due livelli di Shradda, e altrettanti di Bhakti. Il Samadhi di cui ho parlato ora è il livello più elevato; ve ne è un altro di grado inferiore. Il Samadhi di grado inferiore è "Samadhana".

Yajnavalkya diede nome a colui che posseda l'ultimo (il quinto) conseguimento "Samahita". Ciò che fa di costui un Samahita è definito dall'Acharya "Samadhana". "Sama"+ "Ahita" è "samAhita", "sama" + "AdhAna" è "samAdhAna". Ahita e Adhana hanno lo stesso significato, cioè, "unificare, concentrare, stabilire in un solo punto". Cosa deve essere stabilito e concentrato? Dove?

"Sama" significa eguaglianza, né più né meno, ma non solo: ciò che è pieno e completo si dice "sama". Samadhana significa unificare la mente e stabilizzarla completamente in un solo punto. Non deve esserle possibile muoversi di qua e di là. Tutti sappiamo che la mente pensa contemporaneamente molte cose. Farla convergere in un solo punto e stabilizzarla fermamente in esso è "Sama Adhanam" o "Samadhanam". Colui che ha fissato la mente in un solo punto è chiamato "Samahita". Così facendo le perturbazioni della mente sono tutte placate e si è focalizzati in un solo punto. Per mezzo della "Samadhana" si ottiene la pace di una mente quieta e stabile.

Qual è quella cosa su cui la mente deve essere focalizzata senza deviare in altre direzioni? "shuddhe brahmaNi": nel puro Brahman incontaminato. Stabilizzare la mente, continuamente e sotto ogni aspetto, nel Brahman è "Samadhanam".

Brahman è l'unica cosa a non essere mescolata a Maya. Quello che chiamiamo il substrato dell'intero universo è Brahman; la stessa cosa quando è riferita al

sostrato del Jiva (essere vivente) è l'Atman. Brahman è l'Atman ed è completamente immune da Maya. Per questo motivo è chiamato shuddha brahman. Anche una piccola contaminazione di Maya ne farebbe qualcosa di differente. Isvara contiene questa piccola parte di Maya. L'universo, che è completamente permeato di Maya, è ordinato da Isvara, che ha Maya con sé (mAyA-sahita Ishvarah). Brahman non compie alcuna azione nei confronti dell'universo. Brahman non ha nulla a che vedere con l'universo e i suoi fenomeni. Naturalmente ne è il substrato, la base; ma a partire dal Brahman è Maya a produrre la visione dell'universo. Brahman non ha alcuna relazione con esso.

La luce fioca produce la visione del serpente in una corda, ma la corda realmente non ha alcuna relazione col serpente. E' sempre solo una pura e semplice corda.

Tale puro essere-in-sé è detto shuddha Brahman. Se la mente, invece che portarsi a meditare sulla forma (saguna) di Isvara, si concentra su Brahman nirguna (senza forma), si dice "samadhanam".

La nostra Sadhana è l'Atma-Sadhana, orientata alla Realizzazione del Brahman senza attributi (nirguna), che è l'Atman. Perciò è necessario mantenere la mente immobile nel Brahman che trascende maya, piuttosto che su Isvara e la sua Maya.

Per Isvara si intendono tutte le differenti forme di Dio. In origine una di tali forme è stata adorata da noi, e perciò la mente è stata allenata a concentrarsi su un solo oggetto. Quello era il primo stadio. Nella seconda fase, la mente deve pervenire al Brahman senza forma. Ad intermittenza riaffiorerà il ricordo della forma di Isvara. Quando questo avviene, non si pensi a Lui come l'ordinatore di questo universo illusorio, ma lo si pensi come la Grazia Personificata (anugraha-svaruupaM) che ci accorda la possibilità di trascendere questa illusione. E con la ferma convinzione che "E' Lui (la forma Saguna) che ci illumina il cammino dell'Jnana, verso il Nirguna Brahman, così che non si debba più restare aggrappati alla sua forma" si riconduca la mente al principio, l'Atman. Egli è colui che risplende come Atman. Perciò proseguire verso la ricerca dell'Atman è bene quanto lo è proseguire nella ricerca di Lui attraverso la Bhakti (devozione). La mente deve sempre volgersi verso il Brahman Nirguna; anche se riaffiora il ricordo del Saguna Brahman, si deve dissolvere il Saguna nel Nirguna.

Ho parlato sempre della mente. Ma l'Acharya si riferisce alla "buddhi", l'intelletto: "samyak

AsthApanaM buddheH" sono le sue parole, cioè, l'intelletto deve essere trattenuto e stabilizzato nel Brahman. L'intelletto (buddhi) è solo un aspetto

parziale della mente.

”Cit” è la conoscenza. L’organo che nell’essere vivente è associato alla conoscenza è “cittam”, un organo interno chiamato “antah-karaNaM”. Per “conoscenza” non è inteso ciò che si opera nell’intelletto (buddhi), sebbene l’opera dell’intelletto sia una parte di questa conoscenza, “cittam” non è solo questo. Anche le sensazioni che albergano nella mente (manas) ne sono parte. Il lavoro della mente, il lavoro dell’intelletto, ciò che la mente pensa, sente, ciò che l’intelletto conosce – tutto questo insieme costituisce quello che chiamiamo “cittam”. A causa di questo lavoro combinato di mente e intelletto, è d’uso nei testi dell’Advaita riferirsi al lavoro di rettificazione della mente e dell’intelletto e la loro stabilizzazione come “citta-shuddhi, citta aikAgriyaM”

Abbiamo quattro elementi: cittaM (organo della conoscenza), manas (mente percettiva), buddhi (intelletto), ahamkAraM (senso dell’io). Il “pensiero” è comune a tutti e quattro. Il Cittam che produce il pensiero agisce in associazione con gli altri tre. Manas è lo strumento della sensazione. Non distingue tra buono e cattivo, si immerge in ogni genere di sensazioni. L’intelletto è lo strumento della discriminazione tra buono e cattivo. Solo l’intelletto è in grado di giudicare. Ahamkara è il sentimento (bhava) che sorge per primo in ogni pensiero. Il pensiero di un essere individuale (jiva) differente dal ParamAtma, con un suo proprio “io”, è conosciuto come ahamkara (ego). Solo qualora questa immedesimazione nella separatezza sarà distrutta, lo Jiva scomparirà e sorgerà la Realizzazione dell’unità di Atman e ParamAtman. La distruzione/fine dell’ego è l’apice della Sadhana.

Quando l’Acharya definisce “samadhana” parla dell’intelletto (buddhi) – il ruolo/atteggimento di “cittam” quando esercita la facoltà della discriminazione – e afferma che è questo intelletto che deve essere fissato sul Brahman.

Di solito, cittam è equiparata a manas (mente). Così, si cerca di osservare e controllare la mente (manas) – tale è il senso comune. Anche se non ne comprendiamo il significato, abbiamo l’abitudine di dire: “La mente non conosce pace (samadhana)” oppure “Fermare la mente, pacificare l’irrequietezza della mente” [...]. Quindi mettiamo sullo stesso piano “manas” e “antah-karaNaM” nel normale scambio di idee. “Controlla la mente, rimuovi la maya che ricopre la mente, elimina le scorie della mente” - queste solo le affermazioni che troviamo nella letteratura spirituale e nell’Atma Sadhana. La ragione di tutto ciò è che la mente trascina lo Jiva, mediante le sue sensazioni, in tutte le direzioni. Quando l’Acharya definisce “Shamam” nell’elenco delle sei qualità dice “è lo stato in cui la mente (manas) si trova ancorata all’obiettivo (lakshyaM) dell’Atman – “svalakshhaye niyatAvastha manasaH shama ucyate”.

La successiva, Dama, è il controllo delle funzioni agenti della mente, i sensi. “Uparati” è un’altra componente del controllo della mente. Ritirando i canali (vritti) dalle attrazioni esterne si ha l’”uparati” e i canali non sono altro che le fluttuazioni della mente. La tolleranza e la pazienza prescritte in “titiksha” sono ancora un compito della mente. Dunque tutto ciò che abbiamo visto fin ora sono esercizi (sadhana) volti a correggere la mente.

Quando [L’Acharya, Adi Shankara] parla di “Samadhana” intende il fissare l’intelletto (buddhi). Abbiamo sentito dire molte volte: “La mente deve diventare ferma; la mente deve essere guidata e fissata su un solo oggetto; la mente deve essere ancorata...” In questo tipo di contesto suonerebbe strano se vi dicessi di fare queste operazioni con l’intelletto; non volevo apparire eccentrico, fin dall’inizio. Perciò ho cercato di fare il furbo e non dire se si trattasse della mente o dell’intelletto ad essere messo sotto controllo e ho parlato di “cittam” (pensiero, conoscenza) che è comune ad entrambi. Lo stesso Acharya mi ha mostrato come procedere. Nell’Aparoksanubuti (verso 8) scrive: “La concentrazione unitaria di Cittam sull’obiettivo della Realtà Assoluta (sat) è detto ‘Samadhana’” : cittaikAgRyaM to sallakshhye samAdhAnam-iti smRtaM.

Fatta questa introduzione, vediamo perché l’Acharya si riferisce all’intelletto, in questo caso (invece che, semplicemente, alla mente).

Quando, in precedenza, ha parlato della Shradda, sebbene dicesse che la buddhi (intelletto) deve essere tenuto in disparte e che solo la mente deve accogliere la fede, ha comunque sostenuto che è la conferma da parte dell’intelletto (buddhy-avadhAraNaM ) a potersi definire Shradda. E abbiamo spiegato che è l’intelletto a decidere che non può giocare alcun ruolo e perciò aprire la strada alla mente all’accettazione delle parole del Guru e degli Shastra.

Nella stessa direzione si dice, in questo contesto, che l’intelletto deve essere focalizzato sul Brahman e che ciò è detto essere Samadhana. L’intelletto, infatti, non essendo sviato dalle emozioni, è la componente dell’organo interno che soppesa il vero e il falso e formula i giudizi su ogni faccenda terrena. La Buddhi deve ora essere ritirata dall’esercizio di questa funzione e portata a convergere verso ciò che riguarda il Brahman. Questo, dice, è Samadhana. Di solito crediamo che il gioco vorticoso delle emozioni ci sia negativo; non pensiamo allo stesso modo del procedere dell’intelletto. Nel nome della “volontà di conoscenza” l’intelletto va alla ricerca di ogni genere di informazioni e tutti noi abbiamo l’abitudine di pregiare tale attività. E’ cosa comunemente accettata dire: si dovrebbe conoscere ogni cosa, ogni arte e ogni scienza, anche il furto è un’arte. Anche l’Acharya ebbe il titolo di “sarvajna” (che tutto sa) e io stesso vi ho detto varie volte la stessa cosa. Ma una tale cosa



non si dice a un Sadhaka che sta varcando il secondo stadio. Sono cose che si dicono solo a chi è molto più indietro, allo stadio in cui ancora l'intelletto deve essere assottigliato, perché la sottigliezza affilata dell'intelletto deve essere usata nella discriminazione tra l'effimero e il trascendente (nitya-anitya-vastu-vivekaM). Il Viveka (discriminazione filosofica) è una funzione completamente intellettuale. Dopo essere diventati Atma-sadhaka (ricercatori dello Spirito) non si necessita di alcuna conoscenza esteriore.

La sola conoscenza che, a questo punto, è necessaria è la Conoscenza del Sé. L'intelletto non deve mai più regredire in altre questioni. Il solo oggetto cui deve ancorarsi è il puro Brahman. La Gita (V -28) dice: yatendriya-mano-buddhiH, non si devono controllare solo i sensi e il manas, ma anche l'intelletto. L'intelletto deve essere concentrato nel Brahman, senza contaminarsi con altri oggetti.

**La concentrazione dell'intelletto nel Brahman è definita “brahmaNi buddheH sthApanaM”** dall'Acharya. Ma le Upanishad, d'altro canto, affermano che non si può raggiungere il Brahman con il solo potere dell'intelletto. In due Upanishad, precisamente Kathopanishad (II - 23) e Mundakopanishad (III-2.3) è detto con insistenza “na medhayA”, non con l'intelligenza. Non con la mente, né con la parola, né con l'intelletto si può raggiungere il Brahman – è ben noto. Quindi perché l'Acharya sembra affermare il contrario? Shankara non sta parlando dello stato di Samadhi che identifica la realizzazione finale, ma dello stato inferiore, “samadhanam”, che ricordiamo ne è ben distinto.

Dunque né con l'intelligenza né con lo studio dei Veda si può ottenere l'Atman. Se questa è la conclusione delle due Upanishad, come ottenere l'Atman? Si deve “scegliere”. Tale scelta è detta “varanam”, vediamo che cosa significa.

Che cos'è varanam? “Vara” significa “migliore”, ciò che viene prescelto tra vari è detto “varah”, ciò che è ritenuto il migliore possibile. L'atto di scegliere è “varanam”. Se cerchiamo il Guru più adatto a noi, e infine ne troviamo uno cui riferirci come nostra guida prescelta, questo è il “guru-varaNaM”. Di conseguenza vi è anche il sishhya-varaNaM, il discepolo prescelto.

**Allo stesso modo dobbiamo scegliere l'Atman, eliminando ogni altra cosa.** Dobbiamo pregare “Ti prego, rivelati, o Atman! Non sei altri che me, ma non sono capace di riconoscerlo. La mia mente, la parola, l'intelligenza che mi definiscono come ‘io’, non sono capaci di riconoscerti. Perciò, ti prego, rivelati”. Una continua preghiera di questo genere, porterà un giorno a illuminare la verità. Annullerà l'intelletto, il manas e la parola e porterà alla realizzazione del Sé come Atman.

Questo è l'atman-varanam, l'azione reciproca, splendidamente descritta dalla Upanishad, detta "vi-varanam", la rivelazione di ciò che è all'interno, o nascosto.

In sostanza, il Sadhaka deve fare semplicemente questo. Deve accettare che l'acume intellettuale non funzionerà con il Brahman. Otterrà successo solo una preghiera costante che, dopo avere rinunciato a tutto il resto, sia rivolta all'Atman come unico obiettivo prescelto. La parola 'varanam' che indica la scelta, include anche il concetto di preghiera; così l'Acharya volle costruire il suo commento per le affermazioni della Kathopanishad.

**Dice quindi: "Si stabilisca la buddhi (intelletto) nel shudda Brahman". Cosa sta a significare? Io penso si tratti soltanto di questo: l'intelletto deve concentrarsi, non sul shudda Brahman, ma in maniera univoca sulle parole del Guru e degli Shastra a proposito del Brahman.**

Alla possibilità di immergere l'intelletto o buddhi nell'oceano del Brahman si previene soltanto alla fine del terzo stadio, con il Samadhi. Questo invece è "Samadhanam", "Brahmani" non significa "nel Brahman" ma nella dottrina sul Brahman – ciò che il guru e gli shastra hanno detto in proposito. Questo è il giusto modo di intendere questa istruzione. Lo scopo è di dirigere l'intelletto a rimanere sempre applicato nelle questioni filosofiche della Brahma Vidya.

Nell'esercizio della shradda abbiamo fatto confermare (avadhAraNa) all'intelletto la fede nelle parole del Guru e degli Shastra. Di conseguenza, come conclusione logica, gli Shastra sull'Atman sono stati conosciuti, dallo stesso intelletto, che non ha sollevato alcun dubbio. Il Guru potrà aggiungere le proprie conoscenze, che potrebbero non trovarsi negli Shastra. Anche queste istruzioni dovranno essere accolte allo stesso modo.

**La realizzazione o l'esperienza del Brahman (\*brahmAnubhava\*) avviene molto più tardi. La vera Illuminazione.** Quello che si deve invece apprendere ora per mezzo dell'intelletto deve essere ritenuto "buddhi-jnAnaM" [conoscenza intellettuale - ndt]. Tutte le forze intellettuali devono essere concentrate, adesso, su questo esercizio. Si tratta della "giusta fissazione" (samyak AsthApanaM) e deve stabilirsi in continuità. Questa è la Sadhana dell'intelletto.

Ancora il Sadhaka non è maturo per stabilizzarsi nel dhyana (meditazione continua) e dissolvere l'intelletto nell'Atman. A questo stadio l'intelletto continua ad assolvere le sue funzioni. Si usi l'intelletto unicamente per quelle funzioni che aiutano l'evoluzione spirituale. E quali altre sono a parte

l'apprendimento di una profonda conoscenza delle dottrine degli Shastra sull'Atman? A parte l'iniziazione formale (upadesha) all'uso dei mahavakia (che si ha solo prendendo i voti di sannyasa) tutto il resto deve essere appreso in questa fase mediante lo studio.

Si deve imparare ai piedi del Guru, questi è il Vidya-guru. Colui che più tardi celebrerà il Sannyasa e darà l'iniziazione ai Mahavakia è l'Ashrama-guru. Va da sé che quest'ultimo dovrà essere un Sannyasin.

### 23. CHI E' QUALIFICATO A RICEVERE L'INSEGNAMENTO DELLE UPANISHAD?

Esiste l'opinione che solo i Sannyasin abbiano il diritto di studiare le Upanishad. Ovvero che solo i Sannyasin possano insegnare le Upanishad e solo ad altri Sannyasin. Si dice che tutti gli altri, Brahmachari (studente bramino), capofamiglia, etc. debbano imparare il Vedanta soltanto dai libri divulgativi. Quando un Brahmachari studia la recitazione dei Veda impara anche a recitare le Upanishad. Certamente. Tra le varie conoscenze e iniziazioni, alcune sono destinate ai capofamiglia. Anche così, anche se non c'è impegno a comprenderne il significato, si può impararne la recitazione. Se lo desidera, qualcuno potrà cercare di farsi un'idea generale del contenuto. Ma lo studio dettagliato del significato delle Upanishad è solo per i Sannyasin. Questa è l'opinione di cui parlavo.

Ma ciò che mi interessa è quanto la tradizione ci ha passato. Studenti o capofamiglia, un tempo tutti imparavano, e approfonditamente, le Upanishad. Quindi io ritengo che solo l'iniziazione ai Mahavakya deve essere rimandata alla pronuncia dei voti di rinuncia.

Ovviamente con la recitazione delle Upanishad si troveranno i Mahavakia. Ma solo il Sannyasin potrà farne uso per la recitazione del japa [meditazione per mezzo della ripetizione continua - ndt]. Per questo, si dovrà diventare discepoli (Diksha) e quindi ricevere il Mahavakia Mantra soltanto dal proprio Guru.

Altrimenti, tutti coloro che sono qualificati alla lettura dei Veda, in qualsiasi stadio di vita si trovino, possono imparare le Upanishad da un Guru. Questa penso sia l'opinione degli eruditi ed è stata in voga per molto tempo.

A sostegno di questo si potrebbe aggiungere che in origine, coloro che insegnavano le Upanishad e quelli che le imparavano non erano affatto dei Sannyasin. Ma non voglio propendere per questa tesi. Poiché la mutare degli

Yuga [cicli cosmici – ndt] anche il Dharma [dovere – ndt] muta. La forza spirituale della gente dei tempi antichi non sussiste negli Yuga successivi. Perciò i Dharma Shastra [scritture che contengono le prescrizioni obbligatorie – ndt] proibiscono certe cose che erano usuali negli Yuga antichi. Non dobbiamo trasgredire queste ingiunzioni delle Scritture. Quindi non è un argomento valido citare usanze del tempo delle Upanishad a sostegno della continuità di tali pratiche. Certamente la SmRti non dice che le Upanishad sono solo per i Sannyasin. Ma invece che proporvi la mia posizione su questo argomento, preferisco proseguire con ciò che ci ha consegnato la tradizione.

Gli “Shanti Patham” sono alcuni mantra o formule di invocazione, da recitarsi al principio di ogni lezione di Upanishad. Uno di questi mantra dice: Colui che creò Brahma il Creatore e insegnò a lui i Veda, quell’Onnipotente è Colui che illumina il mio intelletto; ed io, che ricerco la Moksha, mi arrendo a Lui”. La parola che viene usata per ricercatore di Moksha [Liberazione – ndt] è “Mumukshu”. Soltanto il ricercatore avanzato è detto Mumukshu. Nella Svetasvatara Upanishad, che sebbene non appartenga alle dieci Upanishad principali, è stata commentata dal nostro Acharya [Shankara] è detto che il testo è destinato ai Sannyasin anziani. Coloro che ritengono le Upanishad destinate solo a un pubblico di Sannyasin di solito citano questa frase. Ma l’Acharya ha dichiarato nel commento che varie porzioni delle Upanishad sono dedicate ai soli manda-adhikAri (quelli che non sono pienamente qualificati). Di sicuro un Mumukshu non è un manda-adhikAri. Dunque, analizzando il punto di vista tradizionale, piuttosto che affermare che le Upanishad si possono imparare soltanto dopo aver acquisito un percorso avanzato nella Conoscenza (Jnana), direi che solo attraverso la conoscenza delle Upanishad si può avanzare nell’Jnana. La pratica tradizionale ha adottato legittimamente questa relazione.

## 24. SEVERITA' DELLA SADHANA

Samadhana è lo stabilirsi dell’intelletto, completamente e saldamente, nella filosofia del Brahman.

Samyag-AsthApanaM buddheH shuddhe brahmani sarvadA /  
tat-samAdhAnam-ityuktaM na tu cittasya lAlanaM //

La giusta fissazione dell’intelletto nel shuddha-brahman è sempre definita Samadhana. Non il crogiolarsi con la mente (Cittam).

Si noti che Shankara inizia la frase parlando della Buddhi (intelletto) e finisce con Cittam (mente) Quest’ultima è la sorgente del pensiero discorsivo che

solitamente si nomina insieme agli altri tre, cioè buddhi (intelletto), manas (mente sensoriale), e ahamkara (ego). Cittam si può intendere riferita a buddhi o a manas, a seconda del contesto. In questo caso si parla all'inizio di intelletto concentrato in solo punto e subito dopo di cittam; quindi l'ultima va intesa come buddhi o come sorgente del pensiero discorsivo.

” na tu cittasya lAlanaM” è una preposizione significativa. lAlanaM significa esprimere affetto viziando. A volte offriamo dei dolci a un bambino per convincerlo a fare una cosa. Lo stesso tipo di indulgenza si rivolge al Sadhaka alle prime armi così che acquisti interesse a raggiungere livelli più elevati di spiritualità. Piuttosto che forzarlo nel difficile compito della concentrazione sul Nirguna (Assoluto non formale) gli permettiamo di fare ricorso a un Saguna Upasana, ad alcune delle forme del Divino, e perciò in un certo senso lo viziamo. Ma quando avrà compiuto un certo progresso nella Sadhana, non dobbiamo proseguire con questa indulgenza. A livello avanzato dobbiamo mettere fine alla troppa indulgenza e farlo rivolgere energicamente all'upasana del Nirguna Brahman. Nella prima fase siamo stati tolleranti, per il tempo necessario, ma quando il sadhaka è giunto al secondo stadio ed è pronto per il Sannyasa, non deve più esserci “lAlanaM” della “Cittam”. Ci si deve completamente al solo pensiero del Brahman e alla dottrina del Brahman.

Queste raccomandazioni non sono rivolte soltanto ai Guru che istruiscono dei discepoli, ma anche a ciascuno di noi. Ognuno deve guardarsi dal viziare se stesso. Quando l'Acharya dice: “osserva che l'intelletto si concentri sul Brahman e le dottrine connesse col Brahman e non concederti dei vizi” ammonisce che non si deve pensare di poter lasciare l'intelletto a trastullarsi come preferisce, credendosi abbastanza maturi da tornare indietro quando necessario. Ad un certo punto bisogna smettere di viziarsi, e il momento arriva quando si è giunti al passaggio del Samadhana.

## 25. I SEI ASPETTI DEL PARAMATMA E I SEI ASPETTI DEL JIVATMA

[...] Siamo soliti chiamare Dio Onnipotente con l'epiteto di Bhagavan. La ragione di questo nome è che il signore ha sei “bhaga”, così è detto nel Vishnu Purana. “Bhaga” significa tesoro, eccellenza, Bhaga è anche un nome del dio del Sole. Qualsiasi cosa eccella splendendo come il Sole è detta “bhaga”. Il Signore ha sei bhaga:

1. Dominio. il potere che controlla ogni altra cosa. E' detto “aishvarya”
2. Dharma: Legge. Il potere che ha stabilito l'ordine dell'universo e regolato la vita di ciascuno attraverso le Scritture (Shastra). Egli è personificazione di questo ordine regolatore.

3. Yashas: Fama o Gloria. Noi cantiamo la Sua Gloria, e per secoli, fin dal tempo dei Rshi dei Veda, la gente ha cantata la Sua Gloria e la Maestà e ancora sembrano non aver finito.

4. Shri: Prosperità. Tutta la prosperità che conosciamo proviene da Lui. La piccola prosperità del mondo che conosciamo proviene da Lui. La piccola prosperità del mondo che vediamo non è più dell'uno per cento della beatitudine del Brahman, e quel poco risplende come una grande opulenza per effetto della Sua Maya.

5. Vairagyam: Distacco. Sebbene ogni dono e ogni ricchezza provengano da Lui, egli non ha alcun attaccamento o legame con esse, sebbene gli appartengano.

6. Moksha: Liberazione. Nonostante sia il Signore dell'universo, si libera di esso come Maya e rimane nel Suo stato naturale come Brahman, e questo, Moksha, è il Suo sesto bhaga.

Con ciò abbiamo visto i sei elementi che hanno inizio con Shama. Questi sei costituiscono il terzo livello della Sadhana in quattro parti sAdhana-chatushtayam. Il quarto e ultimo è Mumukshvam (anelito di Liberazione).

26. MUMUKSHU-TVAM (ardente desiderio di Liberazione)

27. Perché l'ultimo stadio è chiamato "Liberazione"?

28. Mumukshu: la definizione di Shankara.

29. Mumukshu: livello base e livello intermedio.

30. La Grazia del Guru.

31. Le Scritture e Shankara l'Acharya sul Mumukshu.

32. I quattro componenti dell'equipaggiamento della spiritualità.

26. MUMUKSHU-TVAM (ardente desiderio di Liberazione)

Mumukshu significa desiderare ardentemente la Moksha. Colui che vede soddisfatto questo desiderio e che ha realizzato il Sé è chiamato "Mukta". Solo dopo essere stati "Mumukshu" si può diventare "Mukta". (Jivamukta)

Certamente ognuno vuole uscire dall'illusione del Samsara e raggiungere lo stato di Moksha, la gioia permanente. Ma un semplice e vago desiderio di Moksha non è ancora l'"anelito" (kAnkShA) incorporato nella parola "Mumukshu". Un desiderio intenso, unito alla volontà di fare ogni sforzo possibile – solo così si diventa "Kanksha". E questo tipo di anelito alla Moksha è quello che qualifica il Mumukshu. Mumukshukta è invece un'altra parola.

L'Acharya Shankara ne dà la definizione nell'Aparokshanubhuti (verso 9):

samsAra-bandha-nirmuktiH kathaM syAn-me dayAnidhe /  
iti yA sudRRiDhA buddhiH vaktavyA sA mumukShutA //

Il ritmo delle parole riflette un desiderio disperato e supplicante, quasi un pianto davanti a Dio o al Guru visibile. “Oh Oceano di Misericordia” è il lamento disperato “quando sarò libero dalla schiavitù del Samsara?” L'aspirante implora manifestando ferma determinazione a ottenere la Liberazione. Non possiamo parlare di Mumukshuta e “sudrridha buddhi” (volontà ferma e determinate) se il desiderio di liberarsi dalla morsa del mondo deriva dalla miseria e dal disgusto causati da scarsità di mezzi o di salute, da un lutto, o da inimicizia. La ferma volontà è quella che desidera ardentemente la liberazione dal Samsara con la determinazione che proviene, non dall'ambigua dicotomia tra le miserie del mondo e l'emancipazione da esse, ma dalla convinzione - anche quando la vita mondana si dimostri facile e agiata – che “anche questo è Maya; io devo liberarmi dalla schiavitù di Maya e realizzare la Realtà dell'Atman”. Il desiderio per la Moksha, cioè Mumukshuta, non è il desiderio di una liberazione dopo avere assaggiato il gusto amaro delle miserie della vita. Proviene dall'angoscia estrema dovuta alla convinzione intellettuale che si debba uscire fuori dal Samsara, poiché esso è Maya. Mumukshuta è una parola femminile; perciò nello shloka è detto “Lei” (Sa). Ora si può dare l'esatto significato dello shloka:

“E' detta Mumukshuta la fermissima volontà che si riflette nella preghiera angosciata rivolta al Guru Misericordioso ‘Quando sarò in grado di liberarmi dalla schiavitù del Samsara?’”

Quando Shankara parla dello steso argomento nel Viveka Chudamani (shloka 27/28), dice: “sva-svarUpa avabodhena moktuM icchA mumukShutA” cioè, non basta essere liberati dal Samsara; lo Jiva non diviene inerte dopo essersi liberato dalla schiavitù. Si deve possedere “svasvarUpa avabodhaM”. Si deve, cioè, possedere la consapevolezza illuminata che permette l'esperienza della vera natura dell'Atman. Questo è ciò che conta. A questo si deve ambire. La brama che chiamiamo Mumukshutam è dunque rivolta all'esperire la Verità, piuttosto che all'eliminazione di Maya. Si prega per la fine della schiavitù solo perché si deve eliminare la schiavitù prima di ottenere la Realizzazione.

27. Perché l'ultimo stadio è chiamato “Liberazione”?

Generalmente, comunque, si dà maggiore importanza alla Liberazione dalla schiavitù che alla Realizzazione del Sé. Perciò lo scopo della pienezza finale è descritto come Moksha o Mukti, ed entrambi i termini si riferiscono alla

Liberazione. Questi termini non descrivono lo stato che raggiungiamo; invece si riferiscono allo stato che ci lasciamo alle spalle, indicando entrambi la condizione di Liberazione. La radice sanscrita è la parola “muc”, o la forma alternativa “moc”. Dalla radice “muc” deriva il nome “mukti”. Dalla radice “muc” abbiamo “mukti” e il meno usato “muku”, a significare liberazione. Colui che dà la liberazione è detto “mukunda”. La radice “moc” forma la parola “moksa”, “mocanam” e “vimocanam” Tutte queste parole indicano la Liberazione dalla schiavitù del Samsara; non dicono nulla invece della beatitudine infinita che concerne la Liberazione. Dunque perché lo stato finale è indicato soltanto nel senso della Liberazione e non dice nulla di ciò che si ottiene con la Realizzazione, cioè della esperienza reale del Brahman? Perché non definirla con termini che descrivano la beatitudine?

Penso ci siano due ragioni. In primo luogo che la Beatitudine del Brahman non si può descrivere a parole. Questa potrebbe essere la prima ragione.

L'altra potrebbe essere la seguente. Ogni scuola filosofica ha il proprio fondamento (pramANa) nei libri di Sutra. In essi i principi della scuola sono espressi in aforismi. La tradizione del Vedanta ha il Brahma Sutra come fondamento. Il primo Sutra descrive il contenuto del libro e il suo obiettivo. L'obiettivo è `brahma-jijnAsA': `jijnAsA' significa il desiderio di sapere. Brahma-jijnAsA significa perciò “la ricerca che ha lo scopo di arrivare a conoscere il Brahman”, così viene enunciato l'obiettivo che si prefiggono coloro che prendono questo libro come autorità (pramANa). Dunque il nostro obiettivo – dato che apparteniamo alla scuola del Vedanta – sarà “la conoscenza del Brahman”. Per prima cosa deve esserci in noi desiderio di tale conoscenza; dunque compiremo gli sforzi necessari a raggiungere il nostro scopo. Il desiderio di conoscenza – jijnasa – deve essere il nostro presupposto. Il libro dei Sutra della scuola del Vedanta dice che la conoscenza del Brahman è il nostro obiettivo e scopo (lakshhya). Infatti, conoscere Brahman è realizzare Brahman. Dunque il nostro scopo, lo scopo della nostra religione, è la Realizzazione del Brahman. Per aiutarci a raggiungere questo obiettivo il libro dei Sutra enuncia le indagini ed esprime le questioni pertinenti al Brahman. Si noti qui che il primo Sutra non indica la Liberazione dai legami del Samsara come argomento del libro, ma solo la Realizzazione ottenuta con la Liberazione. Il Brahma-jijnAsA, il desiderio di conoscere, non riguarda perciò gli aspetti negativi - Mokshha-jijnAsa– ma solo degli aspetti positivi, cioè l'Esperienza del Brahman.

Se il Sutra fondamentale della scuola del Vedanta pone l'esperienza del Brahman come scopo finale, perché la Moksha è convenzionalmente ritenuta la fine del cammino? Ho già dato una ragione plausibile per questo, ma me ne sovviene un'altra. Le idee dei Veda e del Vedanta si formano nell'antichità. Più



tardi, ma comunque in tempi antichi, fiorirono altre scuole e religioni: il Buddismo, la scuola di Patanjali (lo Yoga) Nyaya (Logica). L'umanità generò numerose opinioni. Alcune di esse erano fortemente distanti dal pensiero vedico. Alcune erano apertamente contrarie ad esso. Eppure, a parte la scuola Lokayata, tutte le altre concordavano su un punto fondamentale: il raggiungimento di uno stato che trascenda la schiavitù del Samsara. Nessuna di esse, però, disse qualcosa della beatitudine dopo la Liberazione. Il Buddismo parla dello stato di vuoto – Nirvana. Il Nyaya e il Vaisheshika indicano il fine nell' 'apavarga', lo stato di assenza di dolore, ma nessuna menzione della beatitudine o della felicità. La Liberazione dalla schiavitù del Samsara conduce all'assenza di dolore. Senza trovare alcuna menzione della felicità, si potrebbe immaginare uno stato di inerzia che non sopporta alcuna infelicità. Il 'Kaivalya', scopo del Sankhya, è solo la Liberazione dal gioco di Maya causato dalla PrakRti (causa materiale); non si fa parola di stati positivi. Anche nello yoga di Patanjali, il Sutra spiega per via negativa il controllo del flusso mentale e non dice nulla della Beatitudine della Realizzazione. E' certamente vero che la schiavitù del Samsara, come la visione di Maya, sono esperienze che appartengono al flusso della mente, dunque se si arresta il movimento mentale come farebbe una barriera di roccia, si otterrà la Liberazione dal Samsara. Le religioni e le scuole citate esistono fin dall'antichità. E ciò può costituire un motivo ragionevole per cui il Vedanta tratta il comune concetto di "Moksha" come dell'obiettivo finale(lakshyam)

Se si persegue il cammino del Vedanta si ottiene la Moksha, che non è altro che la realizzazione del Brahman. Questo non significa che vi sia qualcosa di nuovo chiamato Brahman che debba essere realizzato; né che si ottenga una nuova felicità chiamata Sat-Cit-Ananda. Lo Jiva è sempre Brahman. E' Sat-Cit-Ananda. Maya ha esercitato il suo gioco ottenebrandogli la visione. Quando la Sadhana è completata, l'inganno è spezzato. Si è liberi da Maya. Dunque si ottiene la Moksha. E simultaneamente e automaticamente si conosce la propria vera natura come Brahman. Dunque la Sadhana serve a rimuovere Maya, a liberarsene – non a produrre il Sat-Cit-Ananda Brahman, non ad ottenerlo, non a compiere alcuna azione collegata ad esso. Non può essere creato o prodotto. Non può essere distrutto. E' sempre esistente. E' sempre con noi, svayaM siddhaM. Non c'è modo di "ottenerlo".

In questa prospettiva, ciò che si compie con la Sadhana è la rottura del legame di Maya e la Liberazione che ne proviene; perciò è appropriato chiamare lo scopo della Sadhana "Moksha".

28. Mumukshu: la definizione di Shankara.

Si deve sfuggire Maya e diventare Brahman; questo dovrebbe essere l'unico pensiero ad occupare la mente. Colui che si trovi così completamente coinvolto si può chiamare “Mumukshu” (aspirante). Shankara nello sloka #27 (o 28) del Vivekacudamani ne fa questa descrizione:

ahaMkArAdi dehAntAn bandhAn-ajnAna-kalpitAn /  
sva-svarUpA-vabodhena moktum-icchA mumukShutA //

In questo verso parla sia della Maya che deve essere dissolta che della Realizzazione dello stato Naturale che si sperimenta dopo la liberazione da Maya.

L'ignoranza è Maya. A causa della Maya l'Ego è immaginato distinto dal Sé Supremo . L'Ego è la sorgente di tutti gli ordini di errori. La gerarchia di essi incomincia dal sottile pensiero dell'ego e termina nell'ego individualizzato che corrisponde a ciascuno Jiva incarnato. Maya è pensare il corpo fisico come se stessi. Il Jiva si è legato in una immaginaria schiavitù che dal sottile ahamkara (senso dell' “io sono”) giunge fino al corpo fisico. Questo è quanto viene detto nella prima linea del verso citato.

Il desiderio di risollevarsi da questa schiavitù è “moktuM icchA” (desiderio di essere liberati). Lo struggimento per la liberazione è “mumukShutA”. In questo modo abbiamo la definizione negative di “moksha”. Ed ecco spiegato il carattere dello scopo finale, in via positiva: sva-svarUpAvabodhena.

“AvabodhaM” significa risvegliarsi. Si tratta del risveglio alla conoscenza dall'oscurità dell'ignoranza. Ma quale conoscenza? Conoscenza dello “sva-svarUpa”, cioè dell'Atman, il vero stato naturale. Piuttosto che “risvegliarsi alla conoscenza dell'Atman” faremmo meglio a dire “risvegliarsi all'Atman. L'Atman è saggezza, conoscenza. Questo risveglio si chiama anche “consapevolezza”. L'auto-conoscenza non è diversa dall'Atman, si tratta della stessa cosa. Maya è ignoranza; Brahman è Jnana, Conoscenza. La conoscenza è “sva-svarUpa-avabodhaM”.

La Liberazione da tutti i legami non è finalizzata a sé stessa. Coloro che desiderano una liberazione fine a Sé stessa, perché i legami erano la causa delle proprie sofferenze, così da desiderarne soltanto la fine, non sono considerati “Mumuksha” dall'Acharya Shankara. A differenza della teoria dello Yoga di Patanjali, che propone l'arresto del movimento mentale (citta-vRtti-nirodha) come unico scopo, il proposito del nostro Acharya e del nostro testo fondamentale, il Brahma Sutra, è il brahma-jijnAsA. Dunque l'ardente desiderio di liberazione da tutti i legami è finalizzato solo alla Realizzazione della non-differenza tra JivAtma e ParamAtma – tale è la 'brahma-sAkShAtkAra' (Realizzazione del Brahman) – e il suo desiderio è detto

“Mumukshuta”. Tutto questo è stabilito nel verso del Vivekacudamani.

“sva-svarUpa-avabodhena” significa “grazie all’illuminazione che proviene dalla Consapevolezza dell’Atman”. Mediante tale consapevolezza si può desiderare di sfuggire la schiavitù dell’ignoranza. Ma si badi! Non significa che prima viene la Realizzazione del Brahman (avabodham) e poi segue la liberazione dai legami.

Tra i due, tra la Liberazione dai legami e la Realizzazione dell’Atman , nessuno avviene prima o dopo. Sono simultanei. Nel buio accendiamo un fiammifero. E c’è luce. Il buio se ne è andato. Accade forse che prima si palesa la luce e dopo un po’ di tempo se ne va il buio? O sono invece eventi simultanei? Si noti una cosa. Non accade neppure che il buio scema e la luce si accende allo stesso tempo. Si fa luce e in quel momento il buio svanisce.

Ecco perché il Vedanta è magnifico. Il suo fine è trovare la Luce del Sé. Mantenendo questo fuoco centrale, si incomincia con il nitya-anitya-vastu-viveka (discriminazione tra permanente e impermanente) e gradualmente si ascende un passo dopo l’altro. L’obiettivo non è la rimozione delle sofferenze (come per il Buddha), non l’arresto del movimento mentale (come per Patanjali); i Rishi delle Upanishad, l’autore del Brahma Sutra e l’Acharya (Shankara) si concentrarono sulla Realizzazione del Brahman, ci istruirono a ricercare la Verità e ad andare ancora oltre. E’ come se ci avessero detto: “Qualsiasi sia la Verità Ultima, essa deve essere cercata con l’indagine profonda. Sia essa buona o cattiva, sia felicità o dolore. Lo scorrere del tempo crea un evento dopo l’altro e l’universo intero è in costante movimento. Deve esistere una base dietro al movimento, che resti stabile rispetto a ciò che si muove. Allo stesso modo lo Jiva (l’essere individuale) sottoposto a crescita e a dissoluzione, da qualcosa deve trarre vita, coscienza e capacità; cosa costituisce il sostrato permanente di tutto questo? Cerchiamo dunque di scoprirlo”. I Rishi delle Upanishad marciarono al suono di questa nota, con entusiasmo contagioso, sicurezza e coraggio, verso la conoscenza. La Verità per amore della Verità, questo era il loro limpido motto. Non si trattò dell’avventura di una mente disperata e triste che ricerchi la via d’uscita dal dramma dell’esistenza nella speranza di riuscire ad accettare ciò che avviene. La marcia intrapresa dal loro spirito non era la risposta disgustata alle torture della mente; né rincorrevano qualcosa di sconosciuto da accettare con l’assicurazione di essere liberati dal dolore o dall’agitazione della mente. Invece, incominciarono proprio con il proposito determinato di conoscere l’ineffabile Luce dell’Atman che era adombrata dall’irreale Maya. E nella loro marcia non solo indagarono e scoprirono, ma vollero che l’intera umanità marciasse con loro rispondendo alla stessa chiamata.

Ho detto che i Rishi non intrapresero la loro ricerca con la mente afflitta dal dolore. Chi incominciò dal dolore invece fu il Buddha. Eppure, anche di lui, i seguaci ne parlano come di colui ha ricercato unicamente lo stato positivo dell'Illuminazione e che conquistò la Conoscenza (bodha) sotto le fronde dell'albero Bodhi. Ciò gli conferì il nome di Buddha. Prima di sedersi in meditazione, pronunciò delle parole che ancora possiamo citare ad esempio massimo di "Mumukshuta":

ihAsane shushhyatu me sharIraM  
tvag-asti mAmsAni layaM prayAntu /  
aprApya bodhaM bahu-kalpa-durlabhaM  
naivAsanAt kAyam-idaM chalishyati //

“Che il corpo si consumi qui seduto; che muoiano pure la pelle, le ossa e la carne. Questo corpo non abbandonerà questo luogo prima di aver veduto l'Illuminazione, anche se dovesse restarci per un kalpa”. Questa è la determinazione incrollabile che pronunciò prima di sedersi sotto l'albero. I Rishi abbandonarono ogni cosa per scoprire la Verità Ultima.

Quei sadhaka il cui unico obiettivo era conoscere la Verità Ultima non avevano altri obiettivi da raggiungere. In seguito al raggiungimento di questo obiettivo avrebbero affermato la scomparsa di Maya. Se ascoltiamo le loro parole apprendiamo che proseguirono la ricerca dell'Atman finché l'Atman fu palese, questa è la loro testimonianza. Non si espressero nel senso della schiavitù di Maya, della sua scomparsa e quindi della successiva Realizzazione dell'Atman. Poiché, come disse Gaudapada Acahrya nel Mandukya Karika, non vi è in realtà alcuna schiavitù e nessuna liberazione dalla schiavitù. Ma non mettiamoci a fare “alta filosofia”. Comunque sia, il solo obiettivo del buon sadhaka advaita è la Realizzazione dell'Atman. A questo scopo si esercita nella meditazione dei Mahavakya e nell'ultimo stadio del cammino, infine, sperimenta lo stato di non-differenziazione del Jiva dal Brahman, tramandato nei Mahavakya. A questo punto osserva che la schiavitù è scomparsa. Ecco perché Shankara Acharya scrive “sva-svarUpAva-bodhena moktuM” (grazie all'illuminazione che proviene dalla Consapevolezza dell'Atman).

29. Mumukshu: livello base e livello intermedio.

Un intenso desiderio concentrato unicamente sulla Moksha è Mumukshutvam. Userò perciò la parola Moksha, invece di Realizzazione del Brahman, perché è la dizione compresa da tutti, che anche l'Acharya volle adottare, e perciò seguirò il suo esempio. Egli accettò, benevolmente, anche coloro che non possedevano la massima tensione verso la Moksha, come aspiranti di livello

base (“Manda”) e di livello intermedio (“Madhyama”) e cercò di ispirarli con i suoi scritti.

In Sadhana e Upasana vi sono tre livelli: manda, madhyama, and uttama (massimo) - e perciò i praticanti si chiamano 'mandA-dhikAri', 'madhyamA-dhikAri' and 'uttamA-dhikAri'.

Nella Sadhana Advaita solo coloro che hanno raggiunto un ragionevole livello di eccellenza possono avvertire un profondo desiderio di Moksha. Cioè solo un uttamAdhikAri getterà via tutti gli altri desideri per concentrarsi sul solo obiettivo della Moksha. Ma Shankara l’Acharya, nella sua compassione, diede un ruolo anche ai Manda e ai Madhyama-adhikAri. Il sadhaka di livello base incomincia la sua Sadhana perché ha in sé un germoglio ancora acerbo di desiderio di liberazione, che l’Acharya Shankara chiama “munda”. Dopo aver compiuto alcuni passi nella Sadhana e aver maturato un po’, il giovane aspirante incomincia a pensare di più alla Moksha, guadagnando perciò il livello intermedio. Anche in questa fase la sua mente non è stabile, continua a ondeggiare qui e là. Il desiderio di Moksha che era solo un germoglio al principio, ora è un po’ più robusto; ma ancora non è profondamente radicato a causa dell’attaccamento non rescisso per Maya. In questo frangente il Mumukshu di livello intermedio rischia di perdere la propria fede a causa del pensiero: “come potrebbe un poveraccio come me conquistare la Moksha? Non è possibile” e se questo è il livello intermedio, che dire del livello base? L’Acharya incoraggiò entrambi gli aspiranti a proseguire, e scrisse per loro:

Manda-madhyama-rUpApi vairAgyeNa samAdhinA /  
prasAdena guroH seyaM pravRRittA sUyate phalaM //

“Non disperare, mio caro! Tutto si risolverà con la Grazia del Guru. Tu devi solo meritarsela con la pratica e il distacco. Con la pratica del Samadhi, che il tuo desiderio sia minimo o intermedio, la Grazia del Guru lo rafforzerà e ti porterà al risultato voluto”.

Dei tre stadi 'mandaM, madhyamaM, uttamaM' - il terzo ‘Uttamam’ è detto “pravrrittam”, ben sviluppato. Se invece che lamentarsi della propria incapacità, ci si sforza al proprio massimo, in virtù della grazia del Guru, si perverrà al massimo sviluppo del potenziale.

### 30. La Grazia del Guru.

Non solo il Mumukshu, ma l’intera sadhana dall’inizio alla fine necessita della Grazia del Guru. Il Guru guarda con compassione gli sforzi compiuti con tutto il cuore e in purezza e benedice il discepolo ad ogni passo, conducendolo al

successivo.

Arriva dunque la terza fase della Sadhana.

In questa fase la Grazia del Guru e l'abbandono al Guru sono molto importanti. Fin qui, se anche si erano avute delle cadute nel controllo dei sensi, non era un grosso problema. Ma quando si giunge alla fase in cui prendere il Sannyasa e ricevere l'Upadesha del Mahavakya - e certamente dopo - se la mente si distrae anche solo un po' si tratterà di un fatto grave. A questo punto se si pensa di potersi correggere da soli si sbaglia. Certo la fiducia in se stessi è una cosa buona. Ma la fiducia non aiuterà a difendersi contro le cadute. Occorre la forza della Grazia del Guru, a complemento della propria forza interiore, particolarmente nella fase in cui si cammina come sulla lama di un rasoio. Ecco perché si dà tanto valore alla Grazie del Guru. Quando è raggiunta una profonda adesione al Mumukshutvam e quando si sono compiuti il rito del Sannyasa e la consegna del Mahavakya, tutto è affidato alla Grazia del Guru.

### 31. Le Scritture e Shankara l'Acharya sul Mumukshu.

Shankara ha trattato ripetutamente del Mumukshuta (ardente desiderio di Liberazione). In particolare nel Vivekachudamani, descrivendo uno ad uno i cinque involucri (kosha), sul mano-maya-kosha si sofferma a parlare del Mumukshuta.

Leggendo le descrizioni di Shradda e Samadhana, abbiamo visto che queste sono collegate alla buddhi, l'intelletto. Il Mumukshuta, invece, viene collegato al manas, la mente. Non dobbiamo intendere che tale desiderio alberghi nella mente. Qui si dimostra effettivamente che quando si realizza che non vi è altro che la mente, si diventa propriamente un Mumukshu e si intraprende la via maestra. Fino ad un certo livello si deve prestare attenzione al bene e al male che sorgono nel pensiero e coltivare solo ciò che è buono. Ma trascorsa questa fase il solo obiettivo deve essere la Moksha, la Liberazione. Il pensiero prenderà perciò questa direzione: "Le cose buone, come le cattive, sorgono nella mente e sono sperimentate dalla mente. Si devono abbandonare anche le cose buone, insieme alla mente che ne è alla base, e rivolgersi all'Atman, l'unica realtà, sia essa buona o cattiva". E per tale ragione, quando Shankara scrive della manomaya-kosha, esprime un chiaro avvertimento e un consiglio per il Mumukshu.

In primo luogo si deve aver maturato una profonda discriminazione (viveka) e stabilità nel distacco (vairagya). Queste devono essere in abbondanza: "eccessive", dice. "La mente è una tigre potente. Si aggira nella foresta degli oggetti di fruizione. Il Mumukshu, il pio, non deve seguirla. Quindi ne stia lontano". In altre parole, non si usi la mente neppure per pensare al bene o fare

il bene. Perciò è necessaria la purificazione per mezzo di abbondanti dosi di discriminazione e distacco. “Nella mente hanno origine, senza eccezioni, tutti gli oggetti di cui il soggetto è sperimentatore (bhokta). La mente è anche la causa dell’agitarsi attorno all’azione e dell’esperienza dei risultati. L’Ignoranza (avidya) - che è perciò ajnanam, il contrario di jnana (Conoscenza) – è la mente stessa. [...]. Dunque la mente deve essere abbandonata. Prima di essere abbandonata deve essere illuminata con la purificazione. I pensieri impuri ricoprono la mente come polvere; perciò si deve purificarle e illuminarla. A questo punto la Moksha è nelle vostre mani.” (Vivekachudamani, sloka 177/183)

Alla fine del Vivekachudamani, Shankara conclude dedicando l’intero libro ai Mumukshu. E’ chiaro perciò che fino al momento ultimo della Realizzazione, il desiderio (mumukshutvaM) per la liberazione (Moksha) continua. Il programma della Sadhana consiste nei quattro passaggi (Sadhana-chatushtayaM) che conducono all’investitura del Sannyasa e quindi al processo di Savana (apprendimento per ascolto diretto) Manana (riflessione sui testi sacri) e Nididhyasana (meditazione continua) fino a giungere alla Realizzazione, per diventare un Mukta (liberato). Anche nelle fasi conclusive, anche nel culmine del Nididhyasana, finanche di poco prima alla Realizzazione del Brahman, il desiderio ardente di liberazione continua a persistere, e perciò il soggetto è detto aspirante, Mumukshu. Ecco gli attributi che gli riconosce l’Acharya Shankara nel penultimo sloka del Vivekachudamani:

hitaM imaM upadeshaM AdriyantAM  
vihita-nirasta-samasta-citta-doshhAH /  
bhava-sukha-vimukhAH prashAnta-cittAH  
shrutirasikA yatayo mumukShavo ye //

Quei Sannyasi che aspirano alla Liberazione, che hanno eliminato le impurità della loro mente per mezzo delle istruzioni degli Shastra, che hanno abbandonato i piaceri del mondo e le esperienze sensuali, che hanno pacificato la mente e che hanno appreso l’essenza dei Veda – seguano con profitto queste istruzioni.

E’ chiaro da queste parole che fino al momento esatto dell’esperienza del Brahman il soggetto è definito Mumukshu, aspirante.

L’Acharya Shankara diede al Viveka Chudamani la struttura del dialogo. Il discepolo chiede al Guru (shlokas 49/51) “Che cos’è la schiavitù del Samsara? Come inizia? Come è radicata in noi? Come ce ne liberiamo?” L’insegnamento contenuto nel Vivekachudamani è la risposta a queste domande. Il discepolo ascolta con profonda devozione il Guru e grazie alla sua autentica Mumukshuta,

appena il Guru ha completato l'esposizione, è toccato dall'illuminazione e quindi immediatamente liberato dalla schiavitù di cui aveva chiesto spiegazioni all'inizio, si inchina al Guru e se ne va come un "Nirmuktah", il Realizzato (sloka 576/577). Scrive l'Acharya: "si è descritto, nella forma del dialogo tra Guru e discepolo, il significato dell'Atman, al fine di favorire l'illuminazione dei Mumukshu".

Poiché l'Acharya ha accordato l'esistenza di tre livelli – base, intermedio ed elevato (\*manda, madhyama and uttama\*) – tra gli aspiranti, abbiamo un fine per ciascuno, dalla persona ordinaria come noi fino al vero Sannyasi che abbia placato la propria mente. Ciò dimostra l'apertura mentale dell'Acharya. Ma insieme alla generosità del gesto, egli dichiarò con fermezza che i sadhaka di livello base e medio devono elevarsi al rango più alto mediante la pratica del distacco e del shamAdi-shaTkaM, per mezzo dei quali otterranno la Grazia del Guru e svilupperanno il desiderio di liberazione fino alla sua completezza.

In accordo con il pensiero per cui "Senza l'intenso sforzo dell'aspirante combinato con la Grazia del Guru, non si può realizzare l'Atman" la Mundaka Upanishad dice: "L'Atman non è conosciuto dai deboli".

La Grazia del Guru realmente significa 'la Grazia di Dio'. Il discepolo non deve dimenticare che è Ishwara, l'Onnipotente, che si manifesta nel Guru. In particolare nell'Advaita Sadhana, poiché si tratta della ricerca dell'Jnana piuttosto che del Saguna, in luogo della Grazia di Dio si deve meditare saldamente sul concetto di Grazia del Guru e fare in modo che si fissi nella mente. Torneremo in seguito su questo argomento. Torniamo al Mumukshutvam.

Ho detto che un debole non può ottenere la conoscenza dell'Atman. In questa Upanishad, nel mantra precedente, si descrive un aspetto delle caratteristiche del Mumukshu. Coloro che, privi di qualsiasi altro desiderio, scelgono di inseguire solo l'Atman, ad essi l'Atman si manifesta - dice l'Upanisad.

"Inseguire solo l'Atman" è l'aspetto positivo del Mumukshuta. Al contrario della rinuncia disgustata del Samsara, qui si deve identificare qualcosa, con amore, come la cosa per noi più desiderabile - questo si chiama Varanam (scegliere). Scegliamo il Sé dopo aver scartato il non-Sé. Le Upanishad identificano l'obiettivo e l'interesse per esso come un fatto positivo, oltre che piacevole e beatifico.

Nel SopAna-panchakaM, l'Acharya Shankara espone questo aspetto positivo con le parole "AtmecchA vyavasIyatAM", che ingiungono di coltivare con



determinazione il desiderio per la Realizzazione del Brahman. Il SopAnapanchakaM è una raccolta di versi che guida passo passo il ricercatore lungo il cammino, dal principio del Karma-bhakti fino alla Realizzazione. Qui, prima di illustrare i voti di rinuncia che conducono dalla vita laica al Sannyasi, quando si definisce il passaggio precedente dell'aspirante, invece che descrivere ciò che deve essere abbandonato, si parla dell'amore per l'Atman, ciò che si desidera ottenere, chiamandolo "desiderio di Liberazione".

In numerosi passaggi delle Upanishad ci è detto di cercare ciò che deve essere conosciuto, piuttosto che cercare ciò che va abbandonato. Appar Swamigal ha detto: "Cercando in me stesso ho trovato me stesso" (\*ennuLe tedik-kaNDu-koNDen\*). I Mumukshu (aspiranti) sono stati definiti anche come "brahma-para", cioè coloro che hanno il proprio obiettivo in Brahman; oppure "brahmanishhta", coloro che hanno attaccamento solo per ciò che riguarda il Brahman.

La Kathopanishad mostra la figura di Naciketas come l'ideale di Mumukshu. Questo ragazzino aveva un solo obiettivo, un solo desiderio, apprendere la verità sull'Atman. In un raro momento di rabbia, il padre del bambino disse: "Ti devo spedire da Yama!" [Yama è la divinità vedica signore della morte e dell'oltretomba – ndt]. Dunque, prese alla lettera le parole del padre, giunse istantaneamente alla dimora di Yama. Dopo tutto, è Yama a prendersi la vita quando qualcuno muore. Naciketas aveva la ferma convinzione che Yama dovesse conoscere il mistero dell'Atman, la verità nascosta della vita. Era determinato a riceverne l'insegnamento direttamente da Yama. Il bambino si incamminò per Yama –puri, il cui solo pensiero terrorizza la gente, come se si trattasse della casa del proprio Guru. La sola ragione era il suo intenso desiderio di sapere! Quando giunse là, Yama non era in casa. Solo dopo tre giorni vi fece ritorno. Gli abitanti di Yamapuri cercarono di ospitarlo per quei tre giorni al meglio, ma Naciketas non accettò e non mangiò nulla: "finché non mi sarà insegnato ciò che cerco, perché prendere cibo o altro?" disse, con la mente assorta nel suo obiettivo.

Fu così che Yama, terrore dei tre mondi, ebbe timore di quel ragazzo, che era rimasto per tre giorni ad attenderlo senza toccare cibo. Offrì perciò al ragazzo di soddisfare tre desideri, uno per ciascuno dei giorni che aveva atteso e digiunato.

Dei tre benefici accordati, il più importante è il terzo, con il quale il ragazzo chiese di essere istruito nell'Atman.

Prima di impartire a Naciketas l'insegnamento supremo, impose al ragazzo di superare una prova, per confermare l'intensità del suo Mumukshuta (desiderio di liberazione). Forse Yama sapeva già tutto, ma sottopose Naciketas alla prova

per dimostrare al mondo l'ideale di Mumukshu.

Il Signore della Morte disse al ragazzo di chiedere un altro beneficio: "Perché la filosofia dell'Atman è qualcosa che può confondere anche le divinità". Ma il ragazzo era preparato a questo. Rispose: "Per il fatto stesso che ne parli a questo modo, deve trattarsi del beneficio più grande. Dunque nulla potrebbe eguagliare quello che sto cercando. Ti prego di accordarmelo. Nessun altro potrebbe insegnarmelo meglio di te".

Yama tentò diversi pretesti per convincere il ragazzo. "Ti darò tanti e tanti elefanti, cavalli, tesori, terre, regni, figli e nipoti, e anni di vita quanti ne vorrai. Qualsiasi cosa tu voglia, te la darò. Manderò i miei uomini a guidare il tuo carro e a suonare per te. Ma non chiedere quello che hai detto. Chiedi qualsiasi altra cosa" diceva Yama. Cercò di allacciargli una collana d'oro al collo.

Nulla riusciva a tentare il giovane Naciketas. "Tutto quello che mi concedi ora, un giorno tornerà a te. Io voglio solo quello che dura per sempre, l'eterno. Solo quello. Naciketas non accetterà niente altro!" concluse il ragazzo enfaticamente. La collana d'oro nemmeno lo aveva toccato.

Yama era completamente soddisfatto. Lodò il ragazzo: "Tu hai rifiutato questi doni come "alpan" (limitati, triviali). La tua mente è concentrata solo sulla Vidya. Se solo potessi incontrare molti più ricercatori come te! (Questa affermazione di Yama dimostra quanto essi siano rari). Tu sei un Dhira (anima coraggiosa). Le porte del Brahma Loka sono aperte per te! (Qui Brahma Loka non si riferisce al mondo del Creatore Brahma. Indica le porte della conoscenza della Verità, Brahman)". Dopo averlo lodato con queste parole, gli impartì l'insegnamento segreto che il ragazzo chiedeva.

Alla fine dell'Upanishad si dice che Naciketas, che era partito Mumukshu (aspirante), divenne un autentico Mukta (Liberato). Inoltre vi si afferma che chiunque giunga a conoscere la Verità, come lui, giungerà alla Liberazione - così termina l'Upanishad.

"Come lui" significa "con la stessa intensità di Mumukshuta".

Abbiamo descritto le quattro fasi che compongono la Saadhana-ChatushhTayaM. Le quattro fasi terminano col Mumukshuta.

Qui termina la SAdhanA-chatushTayaM. Ma ricordate che si tratta solo dello stadio intermedio, o secondo. Segue il terzo e più alto stadio.

Delle tre fasi del terzo stadio.

Dopo aver praticato a fondo le quattro fasi della SADhanA-chatushTayaM l'aspirante ottiene dal Guru lo status di Sannyasa e l'insegnamento dei Mahavakya, apprende le conoscenze della tradizione sanscrita e compie alcune esperienze formative.

Tutto ciò viene appreso con l'intelletto, masticato e digerito dal cuore, vissuto nell'esperienza della meditazione costante. Queste sono le componenti del terzo stadio. Dopo aver stabilizzato la meditazione profonda e persistente si può raggiungere la realizzazione del Brahman. Questa è la Liberazione dalla schiavitù; la Realizzazione della Verità.

Di solito queste fasi sono definite come "Shravana" (ascolto) "manana" (riflessione) e "Nididhyasana" (meditazione profonda).

Dunque è naturale che voi vi aspettiate che io incominci a parlare della "shravana". Ma vi deluderò.

Allora ci si aspetterebbe che incominci il tema della "Shravana". Invece Shankara inizia un nuovo argomento: la Bhakti.

La Devozione (Bhakti) e il suo ruolo nel cammino della Conoscenza (Jnana)

Viveka-ChudaMANI (#31 / 32)

mokSha-kArana-sAmagryAM bhaktireva gharIyasI /  
svasvarUpA-nusandhAnaM bhaktir-ity-abhidhIyate //  
mumukShu is one who longs for mokSha.

Esistono molti strumenti di supporto alla realizzazione della Moksha. Il processo di "shravana, manana e nididhyasana" (ascolto, riflessione, contemplazione) è tra questi. Tutte le componenti della Sadhana chatustayam (le quattro regole della Sadhana) di cui abbiamo parlato fino a questo momento sono esattamente degli strumenti di supporto. Nel loro insieme sono detti "Samagri". L'Acharya aggiunge: "Il migliore tra gli strumenti che supportano il raggiungimento della Liberazione..." Cos'è? La Bhakti (la devozione).

Cos'è la Bhakti?

E' opinione ben nota che la Bhakti sia il pensare al Paramatma (Essere Supremo) come Devata (forma divina) con un nome e degli attributi e adorare con amore quella forma. E' difficile mantenere stabile questa devozione a livello mentale; quindi si sono aggiunte determinate azioni, come le Puja (devozioni rituali), i Darshan nei templi e la recitazione di inni devozionali.

Non c'è nulla di sbagliato in tutto questo. Ma a un grado più elevato di Bhakti non si pensa più al Supremo come a una Divinità dotata di forma: si deve prendere l'abitudine di esprimere amore per il Supremo anche senza forma. Quando la divinità oggetto di devozione possiede una forma con tanto di occhi, naso, orecchie e mani – quattro, otto mani – e indossa abiti raffinati ben visibili dagli occhi, quando abbiamo conosciuto i suoi attributi, glorie, infinita compassione e grazia mediante i Purana e gli inni, è facile dirigere e focalizzare il nostro amore verso tale forma divina. L'amore è Bhakti. Tra tutte le espressioni dell'Amore, l'amore più puro, rivolto al Signore è detto Bhakti. E' facile esprimere la Bhakti che altro non è che Amore per la Divinità con forme e attributi che gratificano la mente. Piuttosto, riversare il proprio Amore verso il Paramatma privo di forma e di attributi, inconoscibile dalla mente, è indubbiamente difficile. O forse è difficile al nostro livello. E così sia. Per quanto ci riguarda, possiamo essere felici di una divinità con forme e attributi, e di svolgere le Puja e i pellegrinaggi ai luoghi sacri. Ma per quei Sadhaka che sono stati perfezionati dai progressi nella Sadhana Chatushtayam è facile rivolgere il proprio Amore verso qualcosa che non ha né forma né attributi. Poiché, al loro livello, non è più necessaria una forma con attributi e gesta gloriose su cui riversare l'Amore. E' una fase in cui l'Amore non necessita di alcun oggetto da amare; si esprime naturalmente. Ma se questa espressione spontanea e naturale non si verifica effettivamente, tutta la Sadhana sarà inghiottita dall'Ego.

Che cos'è l'Amore?

Che cos'è l'amore? Il Supremo Sé è diventato tutte le anime. Perciò abbiamo una molteplicità di esseri e si rappresenta lo spettacolo di Maya, la mutua distinzione. E allo stesso tempo, nell'opposta direzione, c'è una forza suprema e benedetta dispensata dalla Grazia del Supremo, che ci aiuta ad unificare gli elementi: questo è l'Amore.

Solitamente gli esseri umani tendono a guadagnare qualcosa dalle altre persone. La cura per contrastare questa tendenza è l'Amore, che produce una sensazione di completezza nel dare se stessi per gli altri. Questa è la differenza tra desiderio e Amore. Quando ci piace qualcosa significa che otteniamo soddisfazione/felicità per noi stessi da quella cosa. Ma quando amiamo qualcosa o qualcuno significa che offriamo soddisfazione/felicità a qualcosa o qualcun altro. Il desiderio implica ricevere; Amore significa dare.

L'attaccamento per gli altri esseri che sviluppiamo allo scopo di ottenere qualcosa (forme, qualità, denaro) è quello che chiamiamo desiderio. E' errato definirlo Amore.

L'Amore è ciò che sorge quando il nostro organo interno (antaH-karaNaM) si

trova nello stato più elevato. Mente e intelletto sono ricondotti all'Ego e l'antaHkaraNaM cambia la sua posizione, spostandosi nel cuore e da lì operando.

La Madre Divina è l'amore personificato. Perciò nella sua creazione, anche gli esseri più crudeli sono stati benedetti dalla possibilità di esprimere talvolta l'Amore. E a coloro che hanno perfezionato se stessi con la Sadhana è accordata la possibilità di esprimere l'Amore in continuazione. E questo è il caso in cui il cuore diventa la sede permanente dell' antaHkaraNaM (mente/senso dell'io).

L'organo interno e il cuore.

Sebbene usiamo la parola "interno" (antaH) per comporre la dicitura "Organo Interno" (antaH-karaNaM), questo è più spesso rivolto all'esterno che all'interno. Si definisce "organo interno" perché è qualcosa di sottile e di interiore, non una forma concreta e visibile dall'esterno come le braccia, i piedi, il naso, ecc. Il suo interesse è il mondo duale e l'esperienza duale. Di solito è così per tutti gli Jiva (individui). Si ispessisce con i detriti delle esperienze vissute e si comporta come le macchie di unto attaccate alle pentole. Questo è uno dei problemi dell'organo interno.

Il cuore di cui parlo, invece, non è l'organo fisico posto alla sinistra del torace. Non è l' anAhata-chakra posto al centro, lungo la Sushunna nadi che corre lungo la spina dorsale. Questo cuore è in realtà il luogo in cui si trova l'Atman.

Ovviamente è vero che l'Atman permea il tutto e ogni cosa, e che non è possibile identificare un luogo o uno spazio per l'Atman. Le parole Sarvam (tutto) e Vyakapam (permeare) necessitano entrambe del concetto di spazio, ma lo spazio reale dell'Atman non si può identificare in nessun luogo. La mente (antaH-karaNaM), che è sempre rivolta alla dualità, necessita di un sostegno, seppure momentaneo, per essere condotta alla non-dualità dalla Grazia di Dio, e alla meditazione dell'Atman. Per questa ragione, però, se si attribuiscono forme e attributi all'Atman fino a farne un Saguna (immagine) di tipo dualistico, si commette un errore. Come creare allora il sostegno? L'Essere Senza Forma che permea il tutto e ogni cosa supera ogni tentativo di immaginazione. Ecco perché, sebbene l'Atman non possieda forme e attributi, è stato specificato un punto nel corpo dello Jiva perché si possa immaginare lì il posto dell'Atman. Chi ha creato questa idea? Niente meno che la Para-shakti (Madre Divina)! E' lei che dispone i frammenti della variegata immagine di Maya. E sempre lei, che talora accorda di istruire qualcuno all'Advaita, ha scelto quel punto quale "Atma-sthAnaM" (collocazione dell'Atman), in cui l' antah-karaNaM (Organo Interno) può convergere. Insieme convergono in quel solo punto l' antah-karaNaM che vive il sentimento dell'individualità separata, creata dalle proprie

proiezioni, e il respiro che dona la vita al corpo intero; la sola origine di tutto e l'Illuminazione del sé nel Sé si trovano proprio in quel punto.

E' un punto molto piccolo, come la cruna di un ago, si dice, o sottile come la punta di un chicco di riso. All'interno del cuore, che è come un boccio di loto sospeso in posizione capovolta, si trova uno spazio sottile. Da lì si espande in tutto il corpo un fuoco intenso, l'energia vitale; al centro del fuoco si trova una lingua di fuoco, che splende come un bagliore di luce, il Prana-agni, la cui punta è sottile come quella di un chicco di riso. Ecco il punto dell'Atman (Atma-sthAnaM) – dice il Narayana Skutam.

Dall'indicazione del sottile spazio che ospita l'Atman all'interno del cuore, si evince è uno spazio angusto. La Realtà Assoluta di Brahman che permea tutto e ogni cosa “si trova” in uno spazio così piccolo. L'intero universo è l'espansione cosmica dello VirAT-purusha (essere cosmico). Il cuore del Purusha cosmico è Chidambaram. Questo è il significato del celebre detto: “E' una porta stretta; niente altro che spazio. E' invero un segreto. Tra gli Kshetra che corrispondono ai cinque elementi, Chidambaram è l'akasha (lo spazio)”. Questo per quanto riguarda il Purusha cosmico. Ma in ciascuno di noi, nel nostro cuore, si trova un minuscolo spazio, della grandezza di un punto.

Ho già detto che la predisposizione naturale dello Jiva porta, rimpicciolendosi sempre più, ad arrivare a immergersi in esso. Ciò accade quando lo Jiva realizza la Divinità (di Shiva). Si dice che sia un “regresso”. E' l'azione con cui si riassume ciò che aveva espresso se stesso con l'espansione. E' dunque nello stesso cuore che con il sorgere dell'Ego, mediante l'espressione “io sono uno Jiva individuato”, Shiva, che non è altri che Sat (l'Essere), cioè il Paramatma, si evolve nello Jiva incarnato, dotato di corpo, organi di senso e antaHkaraNaM. Vi ho promesso che avrei parlato dell' ahamkAra (Ego). Eccoci arrivati.

Ahamkara non è altro che il pensiero di un “io” separato dal Brahman. Questo è il punto di inizio dell'evoluzione di Shiva nello Jiva.

Evoluzione si dice “SrshhTi-kramaM” (metodo della creazione) e Involuzione “Laya-kramaM” (metodo della dissoluzione). “Laya” si chiama anche “samhara”, dove “hara” indica l'azione di “avvincere”. “Samharam” è dunque l'azione con cui il Signore ci cattura completamente (“sam”) in Sé!

Il cuore è il luogo in cui nel tempo della creazione l'ego formula l'esistenza di uno Jiva separato (dal Brahman) come individuo distinto; e sempre nel cuore avviene la dissoluzione (non temporanea, ma come “identità” permanente) dell'organo interno che converge interiormente nel Supremo. Quando si è realizzata la completa unificazione e stabilizzazione nel centro del cuore si ha l'Illuminazione.

Così sia. Notate bene che sia quando il Jivatma si separa dal Paramatma, che

quando ritorna a identificarsi con il Paramatma, il luogo è sempre quel cuore di cui abbiamo detto. Calza perfettamente l'immagine comune di una porta di casa, che funge da entrata così come da uscita.

Nell'antaHkaraNaM si trovano quattro enti: Cittam, Manas (mente), Buddhi (intelletto) e Ahamkaram (ego). Tra essi la mente si trova nella zona del collo. L'ego nel cuore. L'intelletto nel volto. Cittam è riferito nello specifico alla memoria, la cui energia si trova all'altezza dell'ombelico. Ma in realtà il fondamento di mente, intelletto ed ego è ciò che chiamiamo pensiero e proviene da Cittam. Perciò Cittam non possiede un luogo specifico. Quando siamo incerti tra una decisione e un'altra, Cittam si trova nel collo. Quando infine decidiamo, con l'intelletto, di fare qualcosa e in quale modo, Cittam è nel volto. Quando identifichiamo noi stessi come "Io, lo Jiva" Cittam è nel cuore, dove si posiziona l'ego.

L'ego e l'amore

E' questo falso "io" che deve diventare il vero "io". Gli si devono dare dei sostegni per aiutarlo a riunirsi col Brahman da cui si è sperato e deve perciò essere distolto dalla distrazione di questo universo variegato e duale. E' necessario fare sì che l'Organo Interno si rivolga indietro all'Atman, situato nel cuore. L'Organo Interno è l'insieme di mente, intelletto ed ego.

Vedendo ogni cosa distinta da ogni altra ha assorbito e accumulato di questa pluralità, ingigantendosi. Quando tutte le sovrapposizioni e gli abiti sono andati a dissolversi, l'ego che si è costruito pensando se stessi come Jiva separati si deve dissolvere. Solo per mezzo di questa riduzione si può sperare di entrare nella cruna dell'ago, il punto interno del cuore in cui si raggiunge la beatitudine non duale (Advaita) dell'Atman. Ma come si fa? Questa è la vera domanda. Si può fare solo con l'esercizio dell'Amore!

Il falso "io" egoistico può essere trasformato attraverso il dono di sé nell'Amore. Questa è solo questa è la strada per raggiungere l'Atman. Si potrebbe chiedere: ma l'ego non era stato diminuito con il distacco, con shama e dama? Ciò che è stato ridotto era solo l'accumulo nella mente e nell'intelletto. E' vero che con la Sadhana sono stati purificati, affilati, chiarificati e snelliti. Ma l'ego è molto più sottile di questi. E' la causa che ci precipita nell'illusione della dualità, senza che nemmeno ce ne accorgiamo. Non è il caso di vantarsi di aver conquistato distacco, shama e dama; poiché dentro di noi, senza che ne siamo consapevoli, l'ego individualizzato, che ha separato se stesso dal Paramatma, si sta prendendo questi meriti. I meriti della Sadhana perciò, insieme all'individualità, devono dissolversi nell'Atman. Altrimenti l'ego si approprierà di essi come altrettanti onori e si accrescerà

ancora. E in questo caso non accadrà mai l'evento più importante nel percorso verso la realizzazione del Brahman: l'abbandono dell'ego.

La funzione dell'Amore – la nobilissima attitudine al dono di sé – è proprio questa: impedire che l'ego si appropri dei risultati raggiunti e aiutarlo ad assottigliarsi. Per fortuna, se si è acquisita la discriminazione, il distacco, shama, dama, ecc si è perfezionato l'Organo Interno. Perciò se se ne ha la determinazione, si può generare l'Amore che ci è necessario. Allora è possibile abbandonare l'ego e l'individualità per esprimere soltanto l'Amore.

Quale oggetto d'amore per l'Atma-sadhaka?

Verso chi, dunque, rivolgeremo l'Amore? Qual è il suo oggetto? A chi abbandonarsi? Altre persone, luoghi, o la nazione, il mondo – tutto questo è escluso in questo stadio. Poiché una tale azione determinerebbe attaccamento e quindi un pericolo. Nelle fasi iniziali è bene servire il prossimo, la nazione e tutte quelle azioni che si riveleranno utili a purificare la mente. Questo è il piano del Karma yoga. Ma se ora stiamo affrontando il cammino dell'Jnana e ci stiamo sbarazzando di tutto ciò che è Maya, l'amore o il servizio verso ciò di cui dobbiamo sbarazzarci è inconcepibile. E' vero, naturalmente, che l'Jnani perfetto, che ha raggiunto la realizzazione, talvolta si offre al servizio del mondo e promuove la fede nell'Onnipotente dentro il mondo di Maya. Il nostro Acharya (Shankara) era uno di questi. Ma ciò accade dopo il superamento dello stadio di influenza di Maya, cioè quando si è a-prova-di-Maya. Questo tipo di Jnani non compie le azioni in base alla propria volontà; solo come strumento di Isvara.

Durante la Sadhana l'amore può esprimersi nei riguardi di esseri e cose, così come un ente Realizzato può offrirsi al servizio del mondo o degli individui – ma non nella fase dell'advaita Sadhana di cui stiamo discutendo ora. Quell'uno su un milione che si impegnerà nell'advaita Sadhana e non presterà il suo servizio al mondo non dovrebbe rappresentare una grossa perdita per la società. E' invece vero il contrario: siamo noi a dover servire lui. Noi siamo catturati dal miraggio del Samsara, ed è molto raro che qualcuno lotti per la Liberazione, facciamo dunque tutto il possibile per facilitare il suo passaggio sulla terra. Questo Sadhaka non è tenuto a dimostrare il suo amore verso le persone o verso la società. Non significa che debba ritenersi un nemico della società. Non vi è né odio né amore. La non-violenza è la sua caratteristica principale – per la ragione primaria che ha fatto giuramento quando ha preso i voti di Sannyasa che “nessun essere provi timore di me”- ovvero “non nuocerò in nessun modo ad alcun essere vivente”. Perciò non proverà odio verso la società o gli individui. L'assenza di conflitto, che è il frutto degli esercizi della Sadhana, non è necessariamente espressa con esplicito amore per il mondo esterno.



Comunque, quando l'Amore sorge dal profondo, il nettare dell'amore deve essere riversato su qualcuno cui dedicarsi interamente – solo così si può sperare di ridurre l'ego abbastanza da entrare nel più intimo e sottile recesso del cuore. Chi è questi se non l'Atman stesso? L'Atman deve essere corteggiato – questo intendevamo quando abbiamo parlato del Mumukshuta. Il corteggiamento deve risolversi nella resa all'Atman in spirito di completa dedizione di sé. L'Atman non si limita a occupare l'individualità, ma la “cancella” completamente – questa è l'attitudine dell'Amore per l'Atman. Prima di raggiungere l'Atman alcuni devono affrontare prove severe. La maturità per affrontare queste prove si dimostra valutando la propria disposizione: “Sto trattenendo qualcosa per me stesso senza offrirlo a te? Perché mi sottoponi a queste dure prove? Sono pronto ad essere consumato da te”. Ecco quando l'Amore diventa Bhakti. Dio è l'altissimo e perciò se noi ci sottomettiamo umilmente a Lui con Amore questa è Devozione (Bhakti). Allora la nostra Bhakti diventerà Guru Bhakti (per il Maestro), Matru Bhakti (per la madre), PitR bhakti (per il Padre), Bhakti per la nazione e così via. Tra queste, solo quella verso Dio e verso il Guru possono raccogliere il nostro Amore e anche il nostro “io” individuale e dissolverlo nell'“io” universale. Il Sadhaka che percorre il cammino dell'Jnana riconosce il suo Dio, privo di attributi, nel Nirguna Atman. E dunque esprimerà il suo Amore, Bhakti, solo nei confronti dell'Atman.

§§§

Editing Beatrice Udai Nath, 28.5.2018

© *Beatrice Polidori, Visionaire.org*