



DISCORSO DIVINO

La rivoluzione della mente

14 gennaio 1994

Incarnazioni dell'amore,

dovunque la mente si sposti, vi può percepire i tre mondi uniti insieme. Quando la mente si ritira, sembra che niente esista. Da ciò si deduce che la mente è alla base di ogni percezione ed è causa e testimone di tutto quanto viene percepito.

Potere e qualità dell'uomo

Il termine manasa (uomo) deriva da manas, mente. Nell'uomo esistono tutti e tre i mondi. In questo vasto Universo, fra tutti gli esseri viventi, la vita umana ha un valore incommensurabile. Qual è la ragione? Sebbene Dio dichiari di essere presente in tutti gli esseri viventi, non è loro dato di riconoscerLo. È solo l'uomo che ha il potere di realizzare questa verità eterna. È per questo motivo che i Veda dichiarano essere una rarità la vita umana.

Inoltre, in ogni essere umano vi sono cinque guaine: la guaina del cibo (annamaya), la guaina della forza vitale (pranamaya), la guaina della mente (manomaya), la guaina della consapevolezza (vijñānamaya) e la guaina della beatitudine (ānandamaya). La mente, con la sua rispettiva guaina, è il primo attributo che differenzia l'uomo dagli altri esseri viventi. Infatti, ciò che non è conosciuto e capito dagli altri esseri viventi può esser compreso dall'uomo attraverso la discriminazione tra ciò che è temporaneo e ciò che è permanente.

La seconda guaina esclusiva dell'uomo è vijñānamayakosha, la quale non consiste nella mera conoscenza fenomenica e mentale, ma nella conoscenza spirituale che brilla nell'essere umano. La terza guaina che differenzia l'uomo dagli altri esseri viventi è ānandamayakosha: l'uomo, come ogni altro essere, nasce dall'attaccamento (moha). Però, solo l'uomo è in grado di realizzare che può ottenere la liberazione nel momento in cui si affranca dagli attaccamenti. E ciò mette in evidenza il fatto che l'uomo possiede delle facoltà eccezionali rispetto agli altri esseri.

Illusione e delusione

Ma l'uomo rimane vittima dell'illusione (māya) e percorre il sentiero sbagliato. Che cos'è l'illusione? È la combinazione dei tre guna, le tre qualità insite nella natura, sattva, rajas e tamas, cioè la purezza, la passionalità e l'inerzia. I Veda hanno dichiarato che l'uomo ottiene la liberazione solo trascendendo queste qualità.

Che cosa si intende per moha? Vi sono tre tipi di acquisizioni – la ricchezza, la moglie e la prole – che trascinano l'uomo nella delusione. L'uomo può facilmente ottenere la liberazione solo quando si è liberato da questi tre tipi di attaccamento.

L'essere umano è in continua ricerca, compie ogni sorta di tentativo che mira al successo, nell'intento di giungere alla trascendenza. Chi è il vero uomo? Nella vita umana, sofferenza, problemi e difficoltà sono inevitabili. L'uomo deve affrontare queste sfide, che, comunque le affronti, sono sempre fonte di tensione. Ma è solo il vero uomo che resiste e persevera.

Qual è la ragione della miseria e della sofferenza? I desideri. Essi sono tuttavia inevitabili. Agli stessi ideali si è stimolati per la pulsione del desiderio, ed è essenziale che sia così. L'uomo desidera un'istruzione, un lavoro; questo è giusto, ma egli cade vittima della delusione quando vuole potere e prestigio. L'errore non sta nel desiderio in sé, ma ci si dovrebbe limitare a desiderare solo ciò che è necessario. A causa di quest'era di ignoranza, oggi ci sono troppi desideri e perciò l'uomo persegue l'obiettivo errato. Ogni desiderio va contenuto e l'ambizione dovrebbe rimanere entro certi limiti, che dovremmo osservare e non oltrepassare. Ben a ragione è stato affermato che «senza restrizioni non ci può esser nulla di grande» (Nassreyo niyamam vinâ). Se non ci si pone delle limitazioni si è per forza indotti ad uscire di strada.

I tre mondi

I Veda insegnano che la mente, ovunque vada a posarsi, percepisce i tre mondi; la loro unità viene raggiunta quando si osserva la disciplina della limitazione.

Che sono questi tre mondi? Sono citati non solo nella Gîtâ, ma anche nella Gâyatrî: Bhûr, Bhuvah, Svah. I tre mondi si chiamano Bhûr loka, Bhuvah loka e Svarga loka.

O incarnazioni d'amore, queste tre dimensioni non sono estranee all'uomo, ma sono parte di lui: il mondo materiale o adhibutico (âdhibhautika), il mondo spirituale o adhyatmico (âdhyâtmika) e il mondo metafisico o adhydaivico (âdhydaivika). Gli antichi adoravano questi tre mondi nella forma delle tre rispettive divinità: Durga, Lakshmî e Sarasvatî.

Ogni forma è la forma di Durgâ. Chi è Durgâ? È la forza, l'energia. Nell'uomo è presente l'energia, ma egli non è in grado di riconoscere questa energia infinita, latente in lui. Come potrebbe l'uomo, senza questa energia, attraversare lo spazio e raggiungere la Luna? Qual è l'energia che fa ruotare la Terra su se stessa? Non è una macchina, né un mantra. L'energia divina latente nell'uomo è energia cosmica. Che cos'è l'energia cosmica? Il Sole trae la sua energia e la sua effulgenza da questa sorgente cosmica. La stessa sorgente cosmica è responsabile del potere della mente umana e del meraviglioso potere che ha l'occhio di percepire anche le stelle più distanti.

I Veda ne parlano in termini molto semplici: il Sole e la Luna sono dentro di noi. La nostra mente è la Luna; la luce dell'occhio è il Sole. L'uomo può osservare la creazione solo attraverso la facoltà della

vista. Non esiste potere superiore a questo. Nell'uomo l'energia è infinita ed ognuno è in grado di sperimentarla in prima persona. L'energia elettrica all'interno di una casa viene utilizzata in modi diversi: per cucinare, per stirare, per illuminare. Come l'elettricità, allo stesso modo l'energia cosmica ha diversi utilizzi. Quando l'uomo esprime se stesso tramite questa energia nascosta e la manifesta, viene chiamato vyakti, "colui che manifesta ciò che non è apparente". Solo l'uomo ha la facoltà di manifestare questa energia latente.

L'energia primordiale che anima ogni cosa è adi shakti; corrisponde al suono primordiale OM, che permea il mondo fisico o Prakriti. Questo aspetto è chiamato Bhūr; si riferisce alla materia. Nel mondo tutto possiede questa forma di energia.

Altra forma di energia che permea il mondo è l'energia vibrazionale. Questa è la forza vitale, Prâna shakti. È questa energia che pervade ogni cosa e la fa muovere; si chiama Bhuvah ed è il potere di Lakshmî. La forma di Lakshmî costituisce l'aspetto dell'energia onnipervadente che si manifesta con consapevolezza. Lakshmî permea tutta la creazione, possiede tutti gli aspetti; determina le azioni, la funzione del parlare; i buoni pensieri nascono da lei così come le buone azioni. Lakshmî assicura il bene, garantisce la felicità e la beatitudine. Questo è il significato di Bhuvah.

Il terzo aspetto è rappresentato da Sarasvatî, la divinità che presiede alle facoltà della parola (vâk devata), mentre Durgâ è la forma stessa dell'energia fisica (shakti svarûpinî) e Lakshmî la forza vitale (prâna svarûpinî). L'unione delle tre rappresenta il Principio atmico, per cui la creazione è definita materializzazione. Dietro questa materializzazione c'è la Coscienza, la quale non è altro che il potere divino che ci consente di controllare e utilizzare l'energia come, quando e dove vogliamo. Questa forma di energia in Occidente viene chiamata "radiazione".

Laddove c'è il pensiero, ci sono i tre mondi, che nell'uomo coesistono. A causa della sua ignoranza, l'uomo si serve in modo improprio di questa energia occulta. La vita umana è preziosa, nobile, unica. Pur avendo ricevuto un dono così raro, lo utilizziamo in modo sbagliato; svendiamo la nostra vita allontanandoci dalla beatitudine. Se siamo soggetti all'agitazione, la mente ne è responsabile. È la mente che ci può portare al degrado. I Veda hanno dichiarato che alla mente va attribuita ogni responsabilità.

Tre notti sacre agli Indù

Per gli Indiani oggi è un giorno sacro. Nella tradizione sacra indù ci sono tre notti che cadono come ricorrenze, e sono Sankrânti, Shivârâtrî e Navarâtrî. Ognuna di esse ha un significato speciale. Sankrânti conferisce la visione della strada più nobile ed elevata; corrisponde al giorno di Uttarayana, giorno in cui il Sole muove verso Nord (Uttara): l'uomo, per ottenere la felicità e la beatitudine, deve dirigersi verso Nord, verso l'alto. Uttara è il Nord, e a Nord c'è l'Himâlaya, chiamato anche Himâchala. Orientate la vostra mente verso Himâchala. Il senso di Himâchala non si limita alla sola ubicazione geografica; nei tempi antichi l'Himâchala era considerato la dimora splendente di Dio, Îshvara. Himâ significa "ghiaccio"; chala significa "forma bianca, brillante". Himâchala, quindi, rappresenta il cuore puro, pieno di pace, stabile come la montagna (achala).

Dunque, il significato intrinseco di Sankrânti è rivolgere la mente verso Himâchala che rappresenta la pace e la grazia. Non vuol dire guardare fisicamente a Nord, ma volgere l'occhio interiore della saggezza a ciò che è elevato; è un invito alla ricerca nelle verità spirituali servendosi della visione interiore (jñânadrishti).

Altra notte sacra agli Indù è Shivarâtrî. La notte è di per sé buia, ma Shivarâtrî non lo è; è piena di luce. Com'è possibile questo? È possibile ripetendo il nome di Shiva, meditando sul Divino, sull'unione con Dio, ottenendo uno stato di santità pura. Il Sole e la Luna hanno sedici aspetti. A Shivarâtrî quindici degli aspetti lunari sono uniti. Secondo i Veda, il sedicesimo aspetto della Luna rappresenta la mente non stabilizzata. Se Râvana ha dieci teste, come fa a dormire, mangiare, camminare? Il numero ha un valore simbolico: le dieci teste di Râvana rappresentano i quattro Veda e le sei Shâstra.

In che cosa consistono i sedici kâla? Nell'uomo ci sono sei qualità negative: lussuria, ira, avidità, attaccamento, arroganza, invidia. A queste sei si aggiungono quattro aspetti: mente, intelletto, sentimento, ego. Ci sono inoltre sei chakra, dalla base della spina dorsale (mûlâdhâra) all'apice (sahasrâra). In totale, sedici aspetti che sono presenti in ogni uomo. Procedendo con questo sistema di indagine troviamo che nell'uomo c'è tutto.

Nonostante il suo potere, l'uomo agisce credendo di essere innocente e ignorante; solo lui spreca il mondo e attribuisce valore a cose che non ne ha; per lui oro e diamanti sembrano essere le cose più preziose. L'uomo non sa valutare nel modo giusto. Porta in superficie, ripulisce e lucida ciò che giace nel fango o nel cuore di una roccia. Soltanto l'uomo estrae oro e preziosi, li conserva e vi si attacca, ed è solo lui, fra tutti gli esseri viventi, che attribuisce valore a queste cose. Così facendo, perde di vista il suo sentiero. Ogni cosa ha un suo valore proprio; anche l'uomo ha il suo proprio valore, che consiste nei valori umani.

Quali sono i valori umani? Non c'è bisogno di cercarli in giro. Si sente ripetere come dei pappagalli «Satya, Dharma, Shânti, Prema», ma i valori umani consistono soprattutto nell'armonia tra pensiero, parole ed azione. Oggi si è dimenticata questa unità. Nella vita di ogni giorno bisogna osservare innanzitutto tre principi: il timore del peccato, l'amore verso Dio e l'etica sociale. I valori umani sono della massima importanza, ma oggi, purtroppo, sono andati perduti. Perché? Ne sono la causa i desideri senza limite.

L'uomo è il più prezioso di tutti i tesori del mondo, ma non sa riconoscere il proprio immenso valore. Sa nuotare come un pesce, sa volare come gli uccelli, ma il suo vero male consiste nel non saper camminare sulla terra. L'uomo, che cammina sulla terra, non ha imparato a camminare come un vero essere umano. Vero oggetto di studio dell'umanità dovrebbe essere l'uomo.

La ricorrenza di Navarâtrî serve per comprendere e ricordare tutto questo. Navarâtrî significa "nove notti", e simboleggia nove porte, le nove aperture del corpo umano e i nove pianeti.

Superare la cultura dell'attaccamento e dell'odio

In astrologia si fa riferimento a nove pianeti, ma ci sono solo due pianeti che esercitano un'influenza determinante: uno è l'attaccamento (rāga), l'altro l'odio (dvesha).

Anche gli animali vivono e si nutrono, mangiano quanto basta e sono felici. L'uomo invece non è così; non s'accontenta e vuole essere felice anche per le generazioni a venire. L'uomo d'oggi vuol vivere sempre di più, vuol prevedere il futuro e garantirsi contro le avversità, accumulando e sfruttando le risorse. Non ha alcun senso cercare di prevedere le carestie; è solo il desiderio di accumulare che spinge a tutto ciò, e questa cosa va solo a favore di pochi.

State scavando una fossa che si va facendo sempre più profonda, ma la terra rimossa forma una montagna: da una parte la fossa, dall'altra la montagna; da una parte abbondanza in eccesso, dall'altra penuria. Mentre alcuni accumulano, altri sprofondano. Per evitare tutto questo occorre che ci sia coordinazione ed integrazione. L'uomo deve sforzarsi di realizzare questo obiettivo, deve seguire i principi morali.

Si ritiene giusto che i giovani studino per guadagnarsi da vivere, per avere una professione, ma non è questa la finalità dell'istruzione. Vero scopo della cultura è in realtà quello di servire il mondo e la società.

(Swami canta):

La vera educazione si fonda su questi ideali:

virtù, buon intelletto, verità, devozione,

disciplina e senso del dovere.

Solo una istruzione autentica promuove questi valori. Oggi questa disciplina viene ignorata; sono diffuse qualità negative che non si riscontrano neppure presso gli animali. Gli animali, infatti, non sono soliti accumulare e metter via. L'uomo dovrebbe utilizzare le ricchezze per servire il proprio paese; ma in lui prendono piede sempre più dei sentimenti meschini.

Ogni aspetto del Divino va onorato, ma ciò non è da intendersi in senso fisico. Il mondo fisico è transitorio, e l'uomo lotta per il corpo, per un corpo con nove aperture, ricoperto di pelle e non di gemme preziose, un corpo che emette odori sgradevoli e non fragranze di profumi, un corpo che contiene rifiuti, un ammasso di ossa ricoperte di pelle. Eppure, questo corpo, che in sé non ha alcun valore, serve per conseguire obiettivi più elevati. Come per i tesori nascosti nella terra, così nel corpo umano si celano qualità superiori. Bisogna vederla questa verità. Come si custodiscono le cose preziose in una cassaforte di ferro, priva in sé di alcun valore ma utile solo a quello scopo, così il corpo è lo scrigno, il tempio di Dio. Purtroppo, prima che l'uomo assimili questa verità, insorgono in

lui qualità negative quali l'attaccamento, l'odio, l'ego, l'ira. Credete che siano queste le virtù di un uomo colto?

Visione in positivo

Le menti sono inquinate a tal punto da vedere il mondo a tinte fosche. Manca il rispetto degli anziani e l'ego alimenta nell'uomo il senso di superiorità; un comportamento privo di valori. La gente che possiede questo genere di cultura si è fatta un'opinione negativa degli altri. Se la visione del mondo è errata, l'uso del mondo pure è errato.

Nel Mahâbhârata c'è un episodio che fornisce una spiegazione di questo modo di vedere. Un giorno Krishna chiamò Duryodhana e Dharmarâja, e chiese a quest'ultimo:

«Dharmarâja, esiste un uomo malvagio nel nostro regno?».

A Duryodhana invece chiese:

«Esiste un uomo buono nel nostro regno?».

I due si misero alla ricerca. Al loro ritorno, Krishna chiese nuovamente a Duryodhana:

«Hai incontrato un uomo buono?».

Ed egli rispose: «No, non ne ho incontrato neanche uno; se esiste un uomo buono, quello sono io».

Krishna si rivolse quindi a Dharmarâja: «Ci sono nel nostro regno uomini cattivi?».

Dharmarâja rispose: «In questo regno dharmico il re è come i suoi sudditi; non esistono uomini malvagi. Se ci sono delle qualità negative, quelle sono dentro di me».

Bene e male dipendono da ciò che si prova; dal momento che la visione di Duryodhana era negativa, tutto gli appariva negativo. Tale è il colore dell'immagine, quale è quello della lente che la filtra. Dharmarâja, invece, osservava attraverso la "sacra lente", e perciò vedeva solo il buono. Non bisogna tentar di cambiare la creazione. Modifichiamo invece la nostra visione! Se cambiamo il nostro modo di vedere, tutto diviene chiaro. La creazione è Dio, così come il modo di vederla. La visione è divina, ma, a causa degli allettamenti dei sensi, si fa distorta. Ciò significa che state portando lenti sbagliate. Cambiatele, e vedrete tutto chiaro!

Una volta, un re che soffriva di mal di testa convocò tutti i suoi medici, affinché ne stabilissero una diagnosi e vi trovassero una cura. I medici gli prescrissero molte medicine, ma il mal di testa non passò. Un giorno arrivò un saggio che gli disse: «O sire, con questi rimedi non troverai sollievo. Dovresti guardare solo ciò che è verde, che è riposante per la vista. Circondati di verde e guarirai».

Il re, che aveva abbastanza ricchezze, chiamò dei pittori perché dipingessero di verde tutto il suo reame. Dopo una diecina di giorni il saggio tornò a corte, ma i pittori lo fermarono dicendogli: «Il nostro re vuol vedere tutto in verde; dobbiamo quindi dipingere anche te». Il saggio si rivolse al re e gli disse: «Che sciocchezza! È vero che ti ho detto di guardare il colore verde, ma perché sprecare tutto questo denaro invano? Bastava che tu portassi delle lenti verdi».

Invece di affermare che il mondo è pieno di violenza e di tensioni, portate le lenti della visione positiva! Tutto è riflesso dell'essere interiore e tutto quanto vediamo è pura illusione determinata dal nostro sentire. Sviluppiamo quindi sentimenti positivi. La festa di Navarâtrî ha lo scopo di rimuovere ed eliminare le qualità negative presenti nell'uomo.

Per questo si celebrano dei riti. Perché si offre kum-kum? Il kum-kum è una polvere rossa, simbolo del sangue, che si offre a Dio per ottenere in cambio la pace.

“Sono uomo o animale?”

Come precedentemente affermato (da un relatore, NdT), dovremmo chiederci seriamente: «Sono un uomo o un animale?». Dovremmo ripeterci questa domanda come un mantra. Nell'istante in cui insorge in noi un pensiero negativo, dovremmo domandarci: «Sono un uomo o un animale?». E così facendo, quel pensiero cesserà immediatamente.

Nell'uomo coesistono il demonio, la bestia, l'uomo e Dio. L'essere umano è una combinazione di tre elementi: corpo, mente e spirito. Quando la mente non pensa allo spirito, segue le inclinazioni del corpo, le sue qualità animali. Pensare solo al corpo è da animali. Pensare solo alla mente, senza considerare corpo e spirito, è diabolico. Abbandonare il sentirsi corpo e mente e pensare allo spirito è divino. Sono tutte qualità presenti nell'uomo.

Se facciamo una ricerca spirituale, scopriamo che dentro di noi c'è tutto. Fate la vostra ricerca interiore e vedrete voi stessi, conoscerete voi stessi. Tutto il resto allora vi sarà noto.

Ârjuna ebbe la visione della forma cosmica. Non la vide all'esterno; vide la forma cosmica di montagne, valli, mari, tutto dentro Krishna. Che vuol dire? Il messaggio è: «O uomo stolto, tutto è dentro di te!».

(Swami canta)

Tutto risiede in te.

Perché cerchi fuori?

Dio è dentro.

Tu sei Dio e ancora vaghi

nella foresta in cerca di Dio...

Forse tua madre ti potrà star lontana; potranno esser distanti tua moglie, i tuoi amici, ma Dio è dentro di te. Egli è il più vicino, il più intimo, il più caro dei tuoi amici. Dio è l'Amico dello Spirito.

Navarâtrî è una ricorrenza che ha la finalità di far coltivare il pensiero di Dio per dieci giorni, allontanando l'attenzione dalle cose profane, purificandoci dalle impurità, allo scopo di instaurare la Divinità dentro di noi. Il penultimo giorno di Navarâtrî è dedicato agli strumenti di lavoro, che vengono perciò onorati col culto dell'âyudha pûjâ. Gli attrezzi rappresentano i poteri divini dell'uomo.

Chi è Dio?

Chi è dunque Dio? Tu sei Dio! Questo metodo di introspezione garantisce all'uomo la crescita spirituale. Finora abbiamo adorato Dio e i suoi attributi pensandoLo, senza ragione, separato da noi.

Una volta, un saggio che voleva riposare entrò in un tempio e si sdraiò appoggiando i piedi sopra uno shivalingam. Il bramino del tempio, in tono di rimprovero, gli disse:

«Sacrilogo, come osi appoggiare i piedi sopra il sacro lingam di Shiva?».

Il saggio rispose:

«Chi è lo stolto, tu o io? Se ti è possibile, trova un posto in cui non ci sia Dio e dove possa appoggiare i piedi».

Il bramino non volle sentire ragioni e gli fece spostare i piedi altrove. Ed ecco che, in quel preciso istante, vi apparve un lingam. Il bramino gli fece nuovamente spostare i piedi, ed ecco apparire un altro lingam.

Dio è dappertutto. Ekoham bahusyam: «Dio è l'Uno che si manifesta nei Molti». Non c'è luogo ove non sia presente. È solo a causa di un modo di sentire frammentario che Lo si pensa separato da noi.

Il sommo insegnamento proviene dalla voce interiore: So ham, so ham, «Quello sono io; io sono Dio, io sono Dio». Il processo del respiro contiene il mantra So ham che, attraverso l'inspirazione e l'espiazione, viene ripetuto 21.600 volte al giorno. Tutto ciò che viene compiuto è opera di Dio. Tutto ciò che si esprime dovrebbe essere espressione di Dio. Con questo tipo di atteggiamento saremo in grado di far nostra questa verità. Non bastano dieci giorni di culto, dobbiamo mettere in pratica tutta

la vita, sino all'ultimo respiro.

Gli studenti, lungo il corso del loro apprendimento, lottano per avere benessere, amicizia, forza. È necessario sviluppare le qualità divine; solo allora la nostra sarà una vita ideale.

Studenti, incarnazioni dell'amore, gli Indiani, sin dai tempi antichi, conoscevano e insegnavano il valore della spiritualità e della fratellanza. Loka samastha sukino bhavantu; pregate non solo per la vostra felicità individuale, ma per quella di tutta l'umanità e di tutti i mondi. Se tutti sono felici e in pace, anche voi sarete felici. Se gli altri non lo sono, come pensate di poterlo essere voi? Pregate per il benessere, la prosperità e la beatitudine di tutti. Vivete per questo!

Brindavan (Whitefield), 14 Ottobre 1994.

Sai Ramesh Hall - Vijayâdasamî.

Versione integrale