

OM SAI RAM!

Benvenuti a Prasanthi Sandesh,

PODCAST 236, EGO SPIRITUALE, SECONDA PARTE

11 aprile 2024

*Il testo seguente contiene estratti dal libro del Prof. Anil Kumar
"la Sai-Cologia," pg. 210-215*

"IO APPARTENGO AL TUTTO – NON SONO SEPARATO"

A meno che questa coscienza dell'io, questo ego non scompaia, non possiamo sperimentare Dio. A meno che io non esista più, non posso vederLo. Quando questo stato di assenza di ego discende, prevale il silenzio totale. In questo stato di quiete e benedizione, noi troviamo Dio. Nella profondità del silenzio si sente la voce di Dio, che verrà e rimarrà solo se l'ego se ne è andato.

L'ego ci fa sentire separati dagli altri: "io sono separato dagli altri". Ma è un grande errore pensare in questo modo perché nessuno è separato dagli altri. Noi siamo uno! Perché? La composizione del sangue, il processo respiratorio, l'anatomia e la fisiologia - sono tutti uguali. Come possiamo allora essere diversi? Il nostro corpo è composto dai cinque elementi. Questo è ciò che dicono i Veda.

I Veda spiegano che il corpo è composto di terra; il sangue è composto da acqua e il fuoco è responsabile della temperatura. Quindi, all'interno del corpo ci sono i cinque elementi. In questo modo noi siamo il fuoco, l'albero, la montagna, il fiore, la roccia, la valle – l'oceano, noi siamo Una cosa sola, Un'entità, **UN'UNITÀ!**

La presunzione spirituale dell'ignoranza è considerare che "io sono separato" o "il nostro gruppo, il mio sottogruppo, la mia famiglia è separata". È un'espressione brutta e volgare dell'ego. Questo è un aspetto che dobbiamo ricordare: "io appartengo alla totalità. Appartengo al tutto. Io non sono separato".

Un cerchio ha un centro universale. Un cerchio più grande e uno ancora più grande hanno entrambi lo **stesso** centro. Se disegniamo un numero qualsiasi di cerchi, il centro è sempre lo stesso. Quindi, pensare di avere un centro separato non è altro che un'immaginazione fuorviante e un errore grossolano. L'intero universo, l'intera esistenza, ha un unico centro, non più centri.

Quindi, pensare che "io sono separato dagli altri" è un'espressione distorta dell'ego. Il nostro sentimento di separazione crea paura e ansia. Infatti, questo sentimento di alienazione porta all'apprensione della morte.

L'oceano ha una serie di increspature e onde. Può morire un'onda? No! Perché? L'oceano è permanente. Increspature e onde fanno parte dell'oceano e l'onda non

muore perché è l'oceano. La goccia è l'oceano. L'onda è l'oceano e l'oceano non ha fine.

Allo stesso modo, la persona che si sente separata muore. Colui che si sente di essere infinito, colui che chi si sente di essere vasto, vasto come un oceano, non muore. Dove c'è ego, c'è morte. Dove non c'è ego, c'è immortalità, assenza di morte! Per essere immortale bisogna essere senza ego.

LA COESISTENZA RECIPROCA E' ASSENZA DELL'EGO

Vale la pena notare che l'ego umano nutre sempre due sentimenti: dipendenza e indipendenza, che sono entrambe espressioni dell'ego.

Alcuni potrebbero dire: "Dipendo da lui; mi sta aiutando tanto." La dipendenza presuppone l'ego. Altri potrebbero dire: "Io sono indipendente". Ma è davvero così? Non abbiamo costruito le tubature, eppure riceviamo l'acqua. Qualcun altro coltiva le verdure che compriamo. Quindi nessuno è indipendente; è tutta un'emanazione dell'ego.

Dunque cos'è l'assenza di ego? L'assenza di ego è interdipendenza. È reciprocità. È coesistenza reciproca. È una questione di convivenza.

Quando qualcuno ringrazia Baba, Egli dice: "Non ringraziare Me. Non sono la terza persona. No! Io dovrei ringraziarti per avermi dato l'opportunità di servirti". Non è questione di ringraziamenti perché nessuno è qui per ricevere e nessuno è qui per dare. Colui che riceve e colui che dà sono interdipendenti. Se non c'è un destinatario, a chi potrai dare? Pertanto l'interdipendenza, la mutua convivenza è assenza di ego, che dobbiamo tenere costantemente presente.

ABBANDONARE L'EGO E' FUORI DISCUSSIONE

Una volta ho fatto i complimenti a qualcuno per il suo canto. La risposta di quella persona è stata che tali complimenti non fanno altro che aumentare l'ego interiormente. La domanda cruciale è: che cos'è l'ego e dove risiede? L'ego è solo nella nostra immaginazione. È solo una finzione. Eppure non possiamo abbandonarlo. Se abbiamo in mano dei documenti, possiamo lasciarli cadere. Ma possiamo dire: "Lasciamo andare questo ego?" Se abbiamo qualcosa da abbandonare, possiamo farlo. Ma se non c'è niente, come possiamo eliminarlo? Perciò, quando l'ego è un'immaginazione, come possiamo abbandonare il nostro ego? Dobbiamo CAPIRE!

Una volta compreso, ci renderemo conto che l'ego è inesistente ed è un inganno. Per ribadire, l'ego è una nostra creazione. È solo una creazione mentale, che non esiste realmente. Dobbiamo elaborare continuamente questo tipo di approccio.

NON PENSIAMO CHE L'UMILTÀ SIA ASSENZA DI EGO

Quando una persona afferma di essere umile, è la più alta espressione dell'ego. Certamente l'umiltà non è assenza di ego.

Se condanniamo una cosa, ne subentra un'altra. Nella condanna c'è arroganza e orgoglio. Anche l'orgoglio dell'umiltà trova posto. Pertanto, esaminiamo e comprendiamo chiaramente che, sebbene non ci sia nulla di simile all'ego dentro di noi, nel corso del tempo lo abbiamo sviluppato. In un modo o nell'altro troverà sempre modo di esprimersi.

POSSO SOLO ARRENDERMI

In una situazione del genere, cosa facciamo? Possiamo solo capire e poi, alla fine, **possiamo solo arrenderci**. "Mi arrendo ai Tuoi Piedi di Loto, Bhagawan. Solo Tu puoi salvarmi". Allora non ci sarà più ego.

Possiamo sentirci importanti nelle nostre vite, ma davanti a Swami non ci sarà traccia di ego perché ci siamo arresi. Di fronte a Lui siamo senza ego e quindi godiamo della beatitudine.

Le persone si sentono estremamente felici quando vedono Baba. Ma perché non sono felici distanti da Lui? Perché stanno bene davanti a Lui e non lontano? Perché davanti a Lui siamo senza ego e quindi gioiosi. Lontano da Lui, il nostro ego domina, quindi perdiamo la beatitudine. Pertanto, arrendersi è il modo migliore per liberarsi da questo ego immaginario.

ESSERE SENZA EGO PER MANTENERSI IN SALUTE

L'ego causa l'ulcera, cosa comprovata dal punto di vista medico. L'ansia continua è la causa del cancro. Troppo ego è responsabile di una serie di altri disturbi.

Il corpo è malato perché la mente è ancora più malata. È la mente che fa soffrire il corpo. Quando la mente è perfetta, non ci sarà malattia. Pertanto, sii privo di ego per rimanere sano.

IL PIÙ GRANDE OSTACOLO NELLA NOSTRA VITA

Tendiamo a pensare che l'ego sia semplicemente orgoglio o arroganza. Tuttavia, l'ego può esprimersi in modi diversi dal punto di vista mondano e anche da una prospettiva spirituale. In entrambi i casi, provoca la nostra rovina.

Se c'è un ostacolo più grande nella nostra vita che si presenta sulla nostra strada, il peggiore dei nemici che ci tiene lontani da Dio, è solo l'EGO! Preghiamo Swami di aiutarci a essere senza ego da ora in poi!

E così il Prof. Anil Kumar conclude questo importantissimo argomento sull'ego. Grazie per il vostro tempo,

OM SAI RAM!