

OM SAI RAM

Benvenuti a Prasanthi Sandesh

PODCAST 257, "LO STATO DELL'ESSERE"

5 settembre 2024

*Il testo seguente contiene estratti dal libro del Prof. Anil Kumar
"La Sai-Cologia," pag. 74 - 79.*

L'ESPERIENZA CON GLI OCCHI CHIUSI E CON GLI OCCHI APERTI

Gli esseri umani vogliono sentirsi sicuri. Teniamo gli occhi ben aperti e guardiamo ogni cosa perché così ci sentiamo sicuri, a nostro agio e con la convinzione che le persone intorno a noi ci siano, in caso avessimo bisogno (se qualcuno dovesse venire in nostro soccorso o meno è un punto discutibile). Quando i nostri sensi vengono esposti, espressi ed esibiti, percepiamo una sensazione di fiducia e di sicurezza. Questo perché abbiamo familiarità con ciò che ci circonda, con ciò che accade intorno a noi, siamo in grado di ascoltare, comunicare e abbiamo anche il senso del tatto. In tal modo i nostri sensi ci rassicurano.

Nello stato dell'essere, invece, i nostri sensi vengono "ritirati": chiudiamo gli occhi e le orecchie, il "divenire" è fuori, mentre "l'essere" è rivolto verso l'interno. Quando chiudiamo gli occhi troviamo l'oscurità assoluta, sperimentiamo l'abisso, ci sentiamo totalmente persi e proviamo un senso di non identità. Nella profonda valle dell'oscurità non c'è speranza, né promessa, né intrattenimento. Non vogliamo restare con gli occhi chiusi troppo a lungo perché ci sentiamo insicuri e spaventati. Quando apriamo gli occhi ritorniamo nel nostro mondo consueto, ci sentiamo quindi a nostro agio e rassicurati quando qualcuno ci parla.

In questo processo, il nostro ego viene mantenuto vivo; ci sentiamo abbastanza bene quando l'ego viene gonfiato attraverso la comunicazione, ma quando chiudiamo gli occhi non c'è nessuno che ci lodi. Quando non sentiamo nulla, siamo persi perché la coscienza dell'io, l'ego, è assente. Vogliamo quindi ritornare ai nostri sensi e al mondo "reale".

La realtà è che lo stato dell'essere giace nel silenzio sublime e non ha nulla a che fare con gli obiettivi e gli ideali. Quando chiudiamo gli occhi in meditazione, non siamo più un ingegnere, un medico o un professore, non siamo altro che un abisso o uno spazio vuoto. Ciò significa che l'ego, "l'io" ordinario se n'è andato, non siamo più un soggetto, abbiamo perso la nostra normale identità.

Questo è ciò che chiamiamo "silenzio sublime" dove, non facendo, gustiamo il vero stato dell'essere. Se volessimo vedere dovremmo aprire gli occhi, se volessimo ascoltare dovremmo essere ricettivi, per conoscere il senso del tatto dovremmo toccare

qualcuno. Ma nel nostro stato “d’essere”, non abbiamo bisogno di “fare” nulla, ci sediamo tranquillamente, rimuoviamo i nostri sensi e siamo in pace.

Qualcuno chiese al grande saggio Ramana Maharshi: “Bhagawan, cosa dovremmo fare per ottenere la liberazione?” Lui rispose: “Non fate”. La persona che fece la domanda era confusa perché si aspettava che le venisse mostrata la via o che le venisse dato un *mantra* da ripetere. Sentì che era stato inutile aver percorso la lunga strada fino *all'ashram*.

Quindi, un uomo più saggio disse a questa persona: “Ramana Maharshi ti ha detto di non fare nulla perché facendo “diventerai”, mentre non facendo entrerai nello stato “dell’essere”. “Essere” è non-fare, mentre il divenire è “fare”. Quando siamo nell’essere i nostri sensi sono ritirati e possiamo, quindi, sperimentare il sublime stato del silenzio.

AVERE TOTALE ACCETTAZIONE

In questa situazione, con gli occhi chiusi, i sensi soppressi e l’ego assente, entriamo in uno stato di totale accettazione. È un errore comune di oggi il fatto di non essere preparati ad accettare noi stessi. La tendenza al confronto e alla competizione è profondamente radicata in noi. Stiamo cercando di impressionare gli altri e inoltre siamo frustrati quando le nostre aspettative non vengono soddisfatte, come ad esempio non ottenere un colloquio con Baba.

L'accettazione totale e incondizionata avviene nel silenzio sublime, quando l'ego è assente. Quindi, sentiremo che qualunque cosa sia successa, anche se dovessimo essere sfortunati, possa essere accettata dicendo: “Sì, lo accetto. Da questa situazione sfortunata emergerà qualcosa di positivo”. Diventeremo ottimisti e penseremo che la notte buia sarà seguita da una giornata luminosa. Abbiamo bisogno sia della notte sia del giorno, non possiamo maledire la notte, altrimenti quando potremmo riposare e dormire?

Dio ci ha dato la notte per avere abbastanza tempo libero per riposare e acquisire energia, cosicché la mattina successiva potremo lavorare meglio. Quindi, il sonno ci garantisce un lavoro adeguato. Il lavoro richiede successivamente il riposo e il riposo consente il lavoro. Riposo e lavoro si susseguono così come il giorno segue la notte. Pertanto dobbiamo avere accettazione.

La maggior parte delle persone ha paura della vecchiaia e della morte, ma quando non c’è la morte, non possiamo apprezzare la nascita. Se restassimo eternamente giovani, rimarremmo sicuramente disgustati, quindi giovinezza e vecchiaia vanno di pari passo.

Ogni fase e stato della vita ha la sua bellezza: la gioventù ha il suo splendore, attrazione e grandezza, mentre la maturità, l’esperienza, la saggezza e i benefici caratterizzano la vecchiaia. L’infanzia è piena di allegria, divertimento e gioco. Quindi, non ha senso sentirsi infelici per gli anni che passano, si dovrebbe invece invecchiare con grazia e condividere le proprie esperienze e saggezza con gli altri.

L'accettazione di ciò che siamo, qualunque sia la professione o la nostra condizione di vita, è possibile se siamo nello stato sublime del silenzio. Questo tipo di accettazione è una benedizione, è la benedizione di Dio. Quando Bhagawan smette di parlarci, è per noi una benedizione perché il nostro struggimento e la nostra ansia aumenteranno e penseremo sempre a Lui. Ma quando Egli ci parla o ci concede un'intervista, noi cominceremo a pubblicizzarlo, la nostra vanità e il nostro ego si gonfieranno. Non parlando con noi, ci rende introversi.

Bhagawan sembra trascurarci e non ci parla per renderci dei ricercatori migliori. È come se nostro figlio fosse all'estero: lo pensiamo di più quando è lontano piuttosto che quando è con noi. Vale la pena essere esteriormente lontani e trascurati.

Inoltre c'è del fascino in quello che viene chiamato il Romanzo Divino. Il Romanzo Divino si comprende meglio nel silenzio, che è la più grande eloquenza. La maggior parte di noi lo sa. Si può essere eloquenti in uno stato di silenzio assoluto. Quando Swami non ci parla, continuiamo a pensare: "Forse ho fatto qualcosa di sbagliato. Devo aver commesso qualche peccato o essere andato contro la Sua Volontà o essere stato disobbediente. O forse qualcuno deve aver scritto qualcosa contro di me".

Quindi ogni cosa ha la sua bellezza, i suoi vantaggi e i suoi punti di forza e non dovremmo mai condannare o giudicare nulla. Sia il giudizio sia la condanna sono da disdegnare. Dovremmo essere in grado di accettare le cose come vengono e assaporare appieno la vita. La benedizione deriva dall'esperienza dell'accettazione nello stato del silenzio e ciò diventa la benedizione di Dio.

IL SILENZIO SUBLIME È OLTRE L'OSSESSIONE

Qualsiasi cosa accada nel "divenire" è un'ossessione. Le persone sono ossessionate dal profitto, dalla perdita e dal denaro. In effetti, il denaro è il fattore comune dell'ossessione.

Ma nello stato di silenzio sublime, siamo oltre l'ossessione. Il denaro, che è responsabile di sentimenti quali orgoglio, umiliazione, soddisfazione o insoddisfazione, non è un fattore. Avere soldi o non avere soldi, dovremmo considerare entrambe le situazioni allo stesso modo, dobbiamo solo accettare il fatto di averli o non averli. Non dobbiamo sentirci euforici o depressi, andiamo oltre l'ossessione per il denaro.

Allo stesso modo, nel caso del cibo e del digiuno, il fattore comune è il cibo, che in entrambe le situazioni è un'ossessione.

Invece nel silenzio sublime, c'è accettazione e benedizione. I devoti che vengono a Puttaparthi accettano il cibo che viene servito qui, non sono ossessionati dai prodotti alimentari del loro paese. Sono contenti di ciò che viene servito qui e non si lamentano. Se una persona si lamentasse di ciò che non ha, si tratterebbe di un'ossessione. Ma se accettasse e riuscisse a farne a meno, allora sarebbe nello stato dell'essere, al di là dell'ossessione. Lo stato dell'essere è quando andiamo oltre, quello stato si chiama trascendenza, non siamo sottomessi e non siamo vittime.

Il Prof. Anil Kumar diffonderà ulteriore saggezza nella prossima sessione!

Grazie per il vostro tempo.

OM SAI RAM