

OM SAI RAM

Benvenuti a Prasanthi Sandesh

PODCAST 258, “LO STATO DI TRASCENDENZA”

12 settembre 2024

*Il seguente testo contiene estratti dal libro del Prof. Anil Kumar
“La Sai-Cologia,” pag. 79-84.*

LO STATO DI TRASCENDENZA

Quando entriamo nello stato di trascendenza, anche se abbiamo particolari esigenze, pensiamo che: “Se avessi tutto ciò di cui ho bisogno è perfetto, tuttavia, anche se non l’avessi, potrò comunque farcela grazie a Dio”. Questo succede quando andiamo oltre i sensi. La trascendenza è possibile quando c’è la perfetta comprensione, mentre in mancanza di comprensione non siamo in grado di andare oltre i limiti. Con la giusta comprensione saremo in grado di trascendere.

Quando Baba è il nostro principale interesse, gli inconvenienti per il vitto e l'alloggio a Puttaparthi diventano secondari. Con questo atteggiamento, abbiamo veramente compreso lo scopo di venire qui a Puttaparthi: servire Bhagawan è l’obiettivo principale. In virtù di questo principio, entriamo nello stato di trascendenza, che non è altro che andare oltre le ossessioni. Ciò è possibile per merito della grazia del Signore e per l’accettazione totale scaturita dal silenzio sublime.

L’accettazione totale è la ragione per cui alcune persone sono felici. Bhagawan si riferisce sempre ai devoti che vengono da molto lontano, menzionando in particolare gli stranieri. Dice sempre: “Guardate le facce degli stranieri, sono sorridenti, sono molto felici. Anche se chiamo solo una o due persone per un colloquio, tutti i membri di quel gruppo sono contenti. Se mi rivolgo solo a una persona chiedendole: Come stai? sono tutti felici, quando dico: Quando sei venuto? sono tutti contenti. In effetti stringono la mano alla persona che ha avuto l’intervista cosicché la vibrazione divina possa pervadere anche loro! Questo è lo stato della loro felicità, mentre voi non siete felici nonostante lo sia qui, mi muova in mezzo a voi e vi parli ogni giorno?”

Quindi non siamo felici a causa del nostro malcontento, della mancanza di comprensione, delle nostre aspettative, delle nostre ossessioni e della nostra falsa immagine e personalità. Potremmo non essere ansiosi per il fatto che Bhagawan ci parli o meno, ma siamo preoccupati per ciò che gli altri potrebbero pensare di noi.

Quando gli altri ci interpellano, dobbiamo inventare una storia poiché abbiamo paura dell’opinione pubblica che, per qualche motivo, potrebbe intaccare la nostra immagine. Pensiamo che la nostra falsa personalità potrebbe essere completamente distrutta, influenzando la nostra vanità e il nostro ego. Tale preoccupazione è più grande del beneficio che un colloquio con Baba avrebbe potuto conferire! Questa è l’esperienza di

molte persone, senza eccezioni. Il punto è che la felicità scompare a causa di questa falsa immagine e di tutti gli attributi che la accompagnano.

SADHANA O PRATICA SPIRITUALE

Facciamo pratica spirituale in due modi: uno è con la mente e l'altro è con il cuore. Come si fa la pratica spirituale con la mente? Ci sono persone che sanno recitare poesie di fila e altre che possono cantare mantra senza sosta. Tutto questo è esercitato dalla mente. La pratica spirituale intrapresa dalla mente è inutile, futile e porta al fallimento perché la spiritualità è oltre la mente.

Non siamo la mente! Bhagawan dice: “La mente è come una scimmia pazza e il corpo è come una bolla d’acqua”. Quindi, la pratica spirituale fatta con la mente è vana. Dio e la spiritualità sono oltre la mente e la mente non è altro che l’ego.

Le persone che affermano di aver fatto questo e quest’altro sono, infatti, ancora dentro i limiti della mente. Tutte le pretese del “fare” sorgono dalla mente, come adorare, recitare preghiere, ecc. Facendo ciò, non stiamo contribuendo al benessere del mondo! Tutto questo nasce dalla mente.

Quando la mente inizia la sadhana (pratica spirituale), per prima cosa affoga nella memoria: ricorderà eventi e oggetti degli anni passati. La mente non è altro che memoria che si esprime in parole o lettere.

La recitazione e il canto nascono dalla memoria. Inoltre, la ripetizione è noiosa, meccanica e ripetitiva.

Tutto ciò che viene fatto con la mente si riduce al livello di una macchina. In siffatta attività meccanica e ripetitiva non c’è freschezza, bellezza, emozione o meraviglia. Era così ieri e oggi continua a essere lo stesso.

Quando le nostre vite diventano meccaniche, la vita non vale la pena di essere vissuta. Che si tratti di vita familiare, professionale, religiosa o sociale, non dovrebbe essere meccanica. Una tale esistenza è morte. Una vita pianificata non ha fascino e ha bisogno di essere cambiata.

SADHANA (PRATICA SPIRITUALE) CON IL CUORE

Quando facciamo sadhana con il cuore non serve la memoria, è **il significato che conta**. Vogliamo **percepire** il vero significato, non semplicemente ricordare il **Nome**.

Quando cantiamo i bhajan dovremmo contemplare il significato di “Krishna”, che simboleggia “colui che disseta o soddisfa la sete del desiderio”. Allora è più significativo quando cantiamo, Krishna, Krishna! Tali sentimenti provengono direttamente dal cuore e rafforzano la nostra devozione.

Quando il cuore è il nostro fondamento, possiamo attingere al vero significato e sentimento. Questo è diverso dalla mente, che funziona solo con la memoria. Cosa

succede quando ci soffermiamo e ci identifichiamo con il significato? Qualsiasi mantra che recitiamo diventa una canzone, qualunque cosa leggiamo, ascoltiamo o facciamo è poesia e musica. Viene conferito fascino, bellezza, attrazione e dinamismo alla vita.

Cosa succede quando abbandoniamo la mente? Tutto ciò che facciamo non è semplicemente fine a se stesso. Cantiamo i bhajan solo per amore dei bhajan. Cantare i bhajan è un mezzo per raggiungere un fine, il fine è la beatitudine.

Quindi la sadhana è un mezzo per raggiungere un fine, non è fine a sé stessa.

Un'auto è solo un mezzo per portarci a destinazione, non è fine a sé stessa. Il cuore vedrà ogni cosa agendo come un veicolo che ci conduca allo stato di beatitudine.

Ora dovremmo uscire dal divenire ed entrare nell'essere. Potremmo farlo solo intraprendendo una sadhana orientata al cuore e non alla mente. Questo orientamento al cuore ci renderà vivi e renderà le nostre vite entusiasmanti, emozionanti e degne di essere vissute. Allora la vita non sarà mai noiosa.

ASCOLTARE CON MENTE APERTA

L'attività spirituale richiede tre cose importanti: la prima è l'ascolto o sravanam. Bisogna ascoltare pazientemente, ma sfortunatamente non lo facciamo. Se stiamo pensando non possiamo ascoltare appropriatamente, non possiamo ascoltare e pensare contemporaneamente. Quando ascoltiamo, dobbiamo prestare attenzione a ciò che ci viene detto. Pertanto, non pensiamo e non ascoltiamo. Ascoltiamo solo per contraddire chi parla e lo facciamo con pregiudizio e preconcetti. Il nostro processo di ascolto è totalmente negativo, senza alcuna ricettività. In una situazione del genere non trarremo nessun beneficio.

L'ascolto con mentalità aperta, nel silenzio totale e con spirito di accettazione, è spirituale.

Quindi, quando ascoltiamo Bhagawan, non dovremmo limitarci a sentire, dobbiamo ascoltarLo. Alcune cose banali che ci vengono dette possono essere ascoltate e dimenticate, ma ci sono altre cose che dobbiamo ascoltare e ricordare per tutta la vita!

Il Prof. Anil Kumar condividerà con noi ulteriori gemme spirituali nella prossima sessione.

Grazie per il vostro tempo.

OM SAI RAM