

## OM SAI RAM

### BENVENUTI A PRASANTHI SANDESH

#### PODCAST 277, “TRASCENDERE I GUNA (QUALITÀ)”

29 maggio 2025

*Il testo che segue contiene estratti dal libro del Prof. Anil Kumar “Sai Vedam”, pagg. 219-226.*

#### TRASCENDENZA DELLE QUALITÀ

Che cos'è la “trascendenza” dei *guna*? Significa che dovrete sapere di non essere la qualità, attributo, condotta, comportamento, pensiero, azione, sentimento o percezione che state sperimentando. Siete al di là di ogni oggetto, emozione, pensiero, percezione e sentimento. Siete al di là dei *guna*. Una volta che sapete di essere al di là di “B-M-I” (Corpo, Mente, Intelletto), oltre 'P-F-T' (Percezione, Sentimento, Pensiero) e oltre 'O-E-D' (Oggetto, Emozione, Desiderio), trascenderete i *Guna*. Dopo tutto, potete anche comportarvi così come dentro di voi non ci sono le qualità.

No, siete al di là di esse. Come facciamo a saperlo?

Quando mi sdraio sul letto e mi godo un sonno profondo, non provo niente di niente, sono profondo e profondo. Il mio corpo è passivo e la mia mente è in uno stato di incoscienza quando dormo, mentre la brezza fresca del ventilatore a soffitto tiene lontane le zanzare durante la notte! In questo sonno profondo, sono in uno stato non-duale. In quel sonno profondo non ho *gunas*, qualità, attributi o esperienze, Vado oltre, trascendendo il mio corpo, la mia mente e il mio intelletto.

Le qualità di una persona che è al di là degli attributi sono spiegate negli sloka dal 22 al 25 del 14° capitolo della *Bhagavad Gita*. Se ho trasceso i *guna*, allora non sono tamasico né rajasico. Certamente no. Sono sattvico? Rimane il dubbio. Allora, qual è il vantaggio se viaggia attraverso e oltre tutti e tre i *guna*?

Qual è il risultato e cosa succederà quando trascenderemo tutti gli attributi? La promessa è stata fatta e ci viene assicurato che raggiungeremo il nirvana, la liberazione, il paradiso. Dio ha detto questo nello sloka 20. Potreste dire: “No, non lo voglio!”. Va bene, siate in schiavitù! Se pensate di essere il corpo, la mente e l'intelletto, allora questa è la vostra rotta, come la TWA, Transworld Airlines! Oppure potete dire: “No, no! Voglio andare oltre i *treguna* o attributi”. Allora la rotta aerea è completamente diversa! Dobbiamo scegliere tra l'uno e l'altro.

Cosa succede quando si trascendono tutti i *guna* o gli attributi? Il risultato è che sperimenterete di esistere al di là del corpo, della mente e dell'intelletto. Questo viene descritto come il vero “IO”. Questo “IO” reale in voi è indicato con molti nomi: come Dio, energia, Atma, Brahman, Paramatma, seme e Padre.

Bhagawan dice sempre di chiedersi: "Chi sono io?". Una donna dice: "Sono una donna". Un uomo dice: "Sono un uomo". L'io è comune a entrambi, quindi non sei né un uomo né una donna.

Allora chi sei? "Sono un conferenziere". Essere un conferenziere è una professione, ma voi non siete il docente. "Sono un indiano". L'India è il luogo a cui appartenete, ma non siete voi. Si può dire: "Sono un uomo abbastanza giovane". Oggi siete giovani. Ma dopo tutto, domani dovrete sedervi sulle panche di pietra riservate agli anziani, in attesa del Darshan!

Allora, chi siete? Non siete l'età, la professione, il Paese o il sesso. Il vero "IO" è quello che chiamate Dio, energia, Brahman, Atma o Paramatma. Nel terzo sloka è chiamato "seme". Nel quarto sloka è chiamato "Padre". Anche il "Padre Nostro" dice: "Oh Padre, che sei nei cieli, sia santificato il Tuo Nome". Anche Gesù chiamava Dio "Padre". Dov'è questo Padre, la Divinità? La Sacra Bibbia dice: "Il Regno dei Cieli è dentro di voi". Il Regno dei Cieli non si trova da qualche altra parte, tagliato fuori geograficamente o in un altro luogo o piano. Pertanto, quel "Cielo dentro di me", quel vero "IO" in me, è al di là di tutti i *guna*. È ciò che chiamate Dio, energia, Atma, Brahman, Paramatma, seme o Padre. Essere incatenati a questi *guna* non è altro che una schiavitù. Tale schiavitù crea il ciclo perpetuo di nascita e morte. Trascendendo i tre *guna*, si raggiunge la liberazione o *moksha*.

Va bene! Qual è la procedura o il modo per viaggiare da uno stato all'altro? Ora io sento di essere limitato, finito e incatenato. Come faccio ad andare da qui a là? L'uomo è incatenato dai *guna*, quindi come può essere liberato? Quando l'uomo che è in prigione sarà liberato? Verrà rilasciato non appena il periodo di punizione sarà terminato. Allo stesso modo, potete tagliare tutte le catene dei *guna* non appena saprete e sperimenterete di essere al di là di tutti gli attributi che il "vero" voi trascende tutti i *guna*. Questa esperienza è ciò che chiamiamo 'consapevolezza'. La consapevolezza non è altro che la trascendenza dei *guna* o il risiedere al di là dei *guna*. Proprio questa consapevolezza vi darà la liberazione.

*La devozione, di cui si parla nella sloka 26, è l'unica via. È chiaramente detto: "Bhakti Yogen Sevathè". Ciò significa che raggiungerete certamente questo stato di trascendenza dei guna attraverso il sentiero della devozione. Questo vi renderà totalmente liberi dalla schiavitù di ripetere un ciclo di vita dopo l'altro. Questo è ciò che viene detto nel 14° capitolo, Gunatraya Vibhaga Yoga.*

Passiamo ora a un altro aspetto. Che cos'è questa trascendenza? Come posso riconoscere una persona che dice di essere al di là dei tre attributi? Dopo tutto, potrebbe essere solo una sua affermazione. Può affermare di aver trasceso i tre *guna*. Tuttavia, dire questo significa che sta ancora vivendo all'interno di un *guna*, un *guna* molto cattivo (rajasico)! Quindi, non dovrete dire questo. Chi siete voi per dirlo? Chi siete voi per dichiararlo? Non avete trasceso nulla! Quindi, come faccio a conoscere una persona che ha trasceso? Prima di passare a questo stato di trascendenza, lasciate che vi racconti una bellissima descrizione che Dio ci ha dato riguardo a questo aspetto.

## **L'AZIONE È MOLTO NECESSARIA**

Una personalità thamasica è così: “Va bene, signore, sono molto violento. Sono pieno di odio e gelosia. Non sono altro che ego. Mi sento felice quando gli altri sono infelici. Posso perdere una possibilità, ma sarò ancora più felice quando anche tu perderai una possibilità! Questo è il mio carattere. Sono assolutamente egoista. Lascio andare il mondo intero. Comunque, è sufficiente che io mi senta a mio agio”.

Questa è quella che chiamiamo qualità thamasica. È meglio che non se ne parli più perché abbiamo troppi esempi e campioni. Ora, come superare questa qualità thamasica? Il modo per superare questa mente thamasica è il karma o l'azione. Quindi, attraverso l'azione, si può andare oltre e convertire le tendenze animalesche della qualità thamasica in qualità rajasica.

Quindi, non ha senso dire: “Dio mi ha creato così”. Oh! Ma non dimenticate che Dio ha anche creato un'azione da compiere per uscirne. La vostra comoda filosofia del “cosa posso fare” non si applica qui. Siamo persone di eccellente convenienza, non di convinzione. La convinzione è più necessaria della convenienza o dell'evasione. Il punto è che l'azione è molto, molto necessaria. Non è immaginazione. Non si tratta di mera borsa di studio, conoscenza libresco, né conoscenza superficiale. Non è un'ipotesi o nulla di illusorio. Avrete una mente thamasica se non fate nulla. Ecco perché Swami insiste sul fatto che tutti dovrebbero fare una cosa o l'altra, a prescindere dall'età o dalla lingua. Dovreste fare tutto ciò che potete.

“Non posso fare nulla ora! Ho più di ottant'anni. Cosa devo fare?”

Almeno potete parlare in modo incoraggiante a un'altra persona. Oppure potete dire a una persona depressa: “Non preoccuparti, amico mio! Ho avuto un certo numero di giorni come questi. Non sono arrivato a questo punto perché la mia vita è sempre stata rose e fiori! Oh no! La mia vita non è mai stata un letto di rose. Anch'io ho avuto il pizzico delle spine. Non preoccuparti, mio caro giovane. Avrai dei bei giorni in futuro”.

Questi sono gli esempi che dovrebbero venirci in mente. Non dovremmo deprimerci o sentirci frustrati. Dovremmo anche aiutare i nostri fratelli a essere entusiasti e felici e non permettere loro di essere insoddisfatti per motivi stupidi. Quindi, anche se non posso fare nessun'altra azione o lavoro, posso almeno dire qualche parola di conforto, simpatia ed empatia.

Possiamo manifestare le qualità della simpatia, dell'amicizia, della preoccupazione, della cura e dell'amore che ci faranno uscire da questa mente thamasica.

Il Prof. Anil Kumar continuerà ad offrire i suoi preziosi consigli spirituali nella prossima sessione.

Grazie per il vostro tempo.

**OM SAI RAM**