

CONOSCENZA





Iqbal Kishen Taimni

AUTOCULTURA
Autoscoperta e autorealizzazione
alla luce dell'occultismo

Traduzione di Luca Marini
Revisione della traduzione di Claudia Cazzaniga



Edizioni Teosofiche Italiane



Titolo originale in inglese:

Self-Culture

Tradotto dall'originale in inglese della quarta edizione del 1976

© The Theosophical Publishing House
Adyar, Chennai, 600020 India

© Società Teosofica Italiana 2025
Viale Quintino Sella, 83/E - 36100 Vicenza
tel. 0444-962921 e-mail: eti@teosofica.org
www.eti-edizioni.it

978-88-88858-85-2

Tutti i diritti riservati



Indice

00 Prefazione

00 PARTE PRIMA - Base teorica dell'autocultura

- 1 - L'evoluzione alla luce dell'occultismo
- 2 - La costituzione complessiva dell'uomo
- 3 - Autocultura – una scienza

PARTE SECONDA - Autodisciplina e autocultura

- 4 - Le funzioni del corpo fisico
- 5 - Controllo, purificazione e sensibilizzazione
del corpo fisico
- 6 - Le funzioni del corpo astrale
- 7 - Controllo, purificazione ed educazione delle emozioni
- 8 - Le funzioni del corpo mentale inferiore
- 9 - Controllo, purificazione ed educazione della mente
inferiore
- 10 - Le funzioni del corpo causale
- 11 - Lo sviluppo della Mente Superiore
- 12 - Il ruolo di Buddhi nella nostra vita
- 13 - Lo sviluppo di Buddhi
- 14 - Intelletto e intuizione
- 15 - Il ruolo di Ātmā nella nostra vita
- 16 - Lo sviluppo della forza di volontà spirituale

- 
- PARTE TERZA - Autoscoperta e autorealizzazione
- 17 - Autoscoperta, il mondo irreali nel quale viviamo
 - 18 - Autoscoperta, il mondo reale che ci attende
 - 19 - Gli stadi della conoscenza, della saggezza e della realizzazione
 - 20 - La natura della devozione
 - 21 - I mezzi per sviluppare la devozione
 - 22 - Samādhi, la tecnica essenziale dello Yoga
 - 23 - Preparazione allo Yoga
 - 24 - Le otto suddivisioni della tecnica dello yoga
 - 25 - L'autorealizzazione e la ricerca della felicità
 - 26 - La questione della direzione

Glossario dei termini sanscriti inseriti nel testo

Prefazione

Molti libri trattano l'importante argomento dell'autocultura; alcuni sono stati scritti da persone la cui visione della vita è nitidamente colorata dal materialismo o dall'ortodossia religiosa. Praticamente tutti concordano tuttavia sul fatto che abbiamo una sola vita da vivere sulla Terra e che spetta a noi adottare misure tali da permetterci di ottenere il massimo del successo o della felicità possibili all'interno delle naturali limitazioni della vita umana. Anche gli autori che si occupano dell'argomento dal punto di vista morale o spirituale tralasciano i temi fondamentali dell'esistenza e si limitano generalmente ai piccoli e circoscritti interessi di un'unica esistenza. Non viene effettuato alcun tentativo per porre l'uomo in relazione con l'universo in cui vive o per indicare la natura del suo destino ultimo.

Una concezione così limitata dell'esistenza umana difficilmente può fornire una base soddisfacente per la vera scienza dell'autocultura. Se dobbiamo vivere su questa Terra soltanto per una singola vita della durata di pochi anni, se il futuro dell'uomo dopo la morte rappresenta qualcosa di oscuro o, al più, di nebuloso, se non vi sono leggi definite che operano nei regni della mente e delle emozioni, se non esiste un obiettivo definito che ogni essere umano può e deve raggiungere, allora l'autocultura, nel senso più ampio del termine, diviene uno sforzo futile e privo di significato che l'uomo mette in atto per pervenire a un ideale vago e irraggiungibile. Quali opportunità ha la persona comune dei nostri giorni, gravata da debolezze e responsabilità, di arrivare allo stato di perfezione umana esemplificato nelle

vite dei veri grandi uomini del mondo? E anche nel caso di coloro che si trovano nelle circostanze più favorevoli per raggiungere tale elevato ideale, qual è la certezza che saranno in grado di farcela, nel mezzo delle incognite della vita? E se non vi è certezza di questo conseguimento, se la vita, nel caso della maggior parte degli aspiranti, è destinata a essere falciata nel mezzo della lotta per raggiungere l'obiettivo, qual è l'utilità dello sforzo volto a pervenire a questo ideale? La vaga promessa di un premio, offerta dalle attuali religioni ortodosse, in una sorta di esistenza *post-mortem*, può bastare a indurre le persone comuni a condurre una vita virtuosa ma non può dare loro uno sprone e una determinazione sufficientemente forti per percorrere il lungo e arduo Sentiero della perfezione.

In realtà una vera scienza dell'autocultura può essere edificata solo su quella conoscenza completa e diretta della vita nel suo insieme che possiamo trovare nell'occultismo e coloro i quali non accettano che una tale conoscenza esista e possa essere acquisita non sono in grado di percorrere il sentiero che conduce, attraverso molte vite, alla meta della Perfezione e dell'Illuminazione. È possibile seguire un codice etico per condurre una vita virtuosa o sviluppare poteri e facoltà mentali tramite un corso di addestramento, o anche acquisire qualche tipo di esperienza spirituale, ma questi sforzi saranno confinati all'interno dell'angusto orizzonte di una vita umana breve e incerta, slegata da quella maggiore e più vasta dell'anima, di cui una singola vita umana rappresenta un capitolo isolato.

In questo libro non è possibile trattare, neppure brevemente, della vasta conoscenza nota sotto il nome di occultismo, né dare prove a supporto dei tanti fatti sconosciuti che costituiscono parte integrante di tale conoscenza. Ma è giusto fornire al lettore i punti basilari dell'occultismo su cui si fonda questo libro, lasciando decidere a lui se accettarli come base per una comprensione della scienza dell'autocultura. È vero che l'efficacia dei metodi adottati nell'autocultura non dipende in alcun modo dalla verità di questi postulati, così come l'uso dell'energia elettrica non dipende dall'attuale teoria sulla natura dell'elettricità. Tuttavia difficilmente possiamo aspettarci che una persona sia pronta ad assumersi il lungo e arduo compito di cambiare completamente se stessa, a meno che non accetti con riserva le verità

della scienza occulta o sia almeno disposta a considerarle come un'ipotesi ragionevole per scopi pratici.

Le idee principali che fanno parte della filosofia occulta e su cui si basa questo libro sono le seguenti:

1. l'universo manifestato è radicato in un Principio Eterno, Illimitato, Immutabile, sempre Immanifesto, chiamato l'*Assoluto*, *Parabrahman* o Realtà Ultima. Esso trascende le capacità della comprensione umana.

2. Coscienza e Potere o Spirito e Materia non sono due realtà indipendenti ma due aspetti polari dell'Assoluto. Sono i primi prodotti della differenziazione e la base della Manifestazione.

3. Da questa Triade procedono tutti gli innumerevoli universi che appaiono e scompaiono in un ciclo infinito di *Srishti* e *Pralaya* o Manifestazione e Dissoluzione.

4. Gli innumerevoli sistemi solari facenti parte dell'universo manifestato sono espressioni di questa Realtà Ultima; ogni sistema solare forma un'unità indipendente e tuttavia rimane radicato nella Realtà Sempre Immanifesta.

5. Ogni sistema solare è un meccanismo perfettamente ordinato che, oltre a essere governato dalle leggi immutabili della Natura, è anche la manifestazione di un'Intelligenza trascendente chiamata Dio o *Logos*.

6. Il sole fisico e i pianeti a esso connessi sono la parte più esterna o più densa del sistema solare, costituito da diversi mondi invisibili, composti da materia sempre più fine, che compenetrano il mondo fisico.

7. L'intero sistema solare con i suoi pianeti, visibili e invisibili, è un vasto teatro di evoluzione in cui la vita, nei suoi vari stadi e nelle sue innumerevoli forme, sta procedendo verso una perfezione sempre maggiore.

8. Tutto questo stupendo processo avviene secondo un piano definito, presente nella Coscienza Divina, controllato e guidato da varie gerarchie di Esseri in diversi stadi di evoluzione.

9. L'evoluzione dell'umanità sulla nostra Terra è guidata da una Gerarchia Occulta composta da Esseri umani perfetti, che hanno sviluppato in sé poteri e facoltà trascendenti, di cui non possiamo avere

alcuna idea nella nostra fase attuale. Essi sono in costante e intimo contatto tra loro e con le vicende del mondo, che guidano secondo il Piano Divino con estrema abilità e saggezza.

10. La vita evolve gradualmente, in diverse fasi, attraverso i regni minerale, vegetale, animale e umano ed essa continua anche dopo aver raggiunto la perfezione dello stato umano.

11. Ogni essere umano è divino in essenza, contiene in sé tutte le qualità e tutti i poteri che associamo alla divinità ma in uno stato germinale e questi si dispiegano gradualmente, portando a una sempre crescente e illimitata perfezione ed espansione di coscienza.

12. Lo sviluppo di queste qualità e di questi poteri latenti si realizza attraverso il processo di reincarnazione, durante il quale l'anima, incarnandosi ripetutamente, in vari Paesi e in circostanze diverse, acquisisce esperienze di ogni tipo, per poi trascorrere periodi di riposo sui piani sovrasensibili al fine di assimilare ciò che ha vissuto.

13. Non solo gli aspetti fisici ma tutti quelli della vita umana sono governati da leggi naturali operanti nelle loro rispettive sfere. Questa legge onnicomprensiva di causa ed effetto, nota come *karma*, rende l'uomo padrone del proprio destino e dispensatore di felicità o miseria per se stesso.

14. Così come l'evoluzione delle forme nei regni vegetale e animale può essere accelerata utilizzando le leggi biologiche, anche l'evoluzione dell'uomo può essere resa molto più rapida tramite l'applicazione delle leggi mentali e spirituali operanti sui rispettivi piani.

15. La scienza dell'autocultura si basa sull'applicazione di queste leggi naturali, nella loro totalità, al problema dell'evoluzione umana ed è quindi tanto certa e affidabile nel fornire risultati definiti quanto lo sono le leggi operanti sul piano fisico nel campo della scienza moderna.

Alcune delle affermazioni qui riportate possono apparire strane e poco convincenti a chi le legga per la prima volta ma non lo sono realmente quando le consideriamo con attenzione nella loro totalità, esaminando le prove a loro sostegno. Questi fatti, se studiati attentamente e nel dettaglio, si riveleranno una soluzione in grado di abbracciare praticamente tutti i problemi più profondi della vita, una soluzione ragionevole e in accordo con le conoscenze odierne. Il lettore può

considerarli, se preferisce, come ipotesi, nell'accezione attribuita alla parola dalla scienza: qui essa definisce un insieme completo di supposizioni arbitrariamente adottate per spiegare un gruppo di fenomeni e per orientare le successive sperimentazioni su quella stessa linea. Le dottrine della filosofia occulta non sono supposizioni ma tutte frutto di conoscenza diretta per gli occultisti, almeno per i più avanzati tra loro, e vengono gradualmente verificate da ogni candidato che percorre il Sentiero occulto verso la Perfezione. Per il nuovo arrivato invece esse rimangono fatti non verificati anche se, studiando a fondo la letteratura dell'occultismo, egli potrà facilmente convincersi della loro veridicità e della loro intrinseca ragionevolezza. Questi fatti possono essere accertati e riconosciuti come veri soltanto da coloro che percorrono il Sentiero dello sviluppo interiore, divenendo essi stessi adepti della scienza dell'autocultura.

L'occultismo viene molto spesso confuso con la magia e con arti occulte quali l'astrologia, l'ipnotismo o la predizione del futuro tramite cristalli; e, dal momento che tali pratiche sono spesso associate alla ciarlataneria, le persone colte oggi nutrono naturalmente un grande sospetto per tutte le discipline che non fanno parte della conoscenza scientifica ufficiale. È vero che molti dei saperi e delle pratiche pubblicizzate da associazioni o da singoli individui come occultismo sono in gran parte spurie, ma ciò non toglie che, al di là di questo pseudo-occultismo, si nasconda una straordinaria realtà che l'uomo comune può difficilmente concepire. Esistono mondi più sottili di splendore progressivamente crescente, al di là e all'interno del mondo materiale, che possiamo conoscere attraverso i nostri sensi fisici; e ci sono esseri umani altamente evoluti, che vivono nel mondo in questo momento e che hanno una completa conoscenza operativa di tali realtà. Questi fatti appariranno di certo incredibili all'uomo che ne sente parlare per la prima volta, mentre si tratta di questioni di ordinaria esperienza per coloro che sono in contatto con gli adepti dell'occultismo e che hanno sviluppato le facoltà necessarie per accostarsi a questi mondi.

Soltanto chi non è ossessionato dalla filosofia materialistica della vita e crede invece che l'uomo sia un essere immortale la cui vita fisica rappresenta un capitolo della sua lunga e continua esistenza sui piani sovrasensibili potrà comprendere come, se tali mondi sovrasensibili



esistono, anche la conoscenza che li riguarda debba essere possibile e ci siano persone che la possiedono. La letteratura religiosa e filosofica di alcuni popoli antichi documenta che le sezioni avanzate e colte di tali comunità hanno cercato per molto tempo di scrutare i misteri più profondi della vita, nonché di sviluppare tecniche per la soluzione di essi. Esistono inoltre prove a sostegno dell'esistenza di scuole di occultismo e della trasmissione di conoscenze occulte sui problemi più profondi della vita negli Antichi Misteri. Tutto ciò conferma che l'autentica conoscenza riguardante i misteri più profondi della vita è non solo possibile ma anche disponibile per alcune persone.

Da tempo immemorabile su questo pianeta un gruppo di Esseri altamente evoluti è custode della conoscenza occulta che hanno utilizzato in condizioni rigorose per il progresso e la guida della razza umana. Sconosciuti e ignorati dal mondo esteriore essi continuano a lavorare, da dietro le quinte, cooperando con le forze naturali e gli agenti divini, adoperandosi per l'evoluzione e usando gli uomini e gli eventi del mondo come strumenti per il compimento del proposito divino. Da questo augusto consesso sono promanati, in epoche differenti, i grandi Maestri religiosi nelle varie razze. Essi hanno ispirato direttamente la maggior parte dei movimenti benefici nel mondo che hanno lentamente cambiato le diverse civiltà e condotto l'umanità a stadi di evoluzione sempre più elevati. Tali Esseri, costituenti questo corpo occulto, non si trovano tutti al medesimo livello, ma formano una Gerarchia che include, nei gradi più bassi, i discepoli iniziati e, in quelli superiori, Esseri di potere e saggezza talmente elevati da non permetterci di avere alcuna concezione su di Essi.

Questa Gerarchia Occulta possiede la completa conoscenza di tutto ciò che esiste nel sistema solare, anche se non tutti i membri partecipano totalmente di tale conoscenza. Man mano che un adepto avanza nell'evoluzione, dispiegando l'una dopo l'altra le proprie facoltà, egli entra in contatto con livelli sempre più profondi della coscienza divina e acquisisce una visione più precisa dei fatti dell'esistenza e dei piani più sottili. La maggior parte di questa conoscenza, che costituisce il vero occultismo, differisce da quella ordinaria della scienza, che può essere spiegata attraverso il linguaggio e trasmessa da una persona all'altra. L'occultismo, nei suoi aspetti inferiori, può essere senza dub-



bio parzialmente comunicato in questo modo, ma gli aspetti superiori sono al di là della portata del pensiero e solo attraverso l'esperienza diretta è possibile entrarvi in contatto.

Tutta la conoscenza esiste eternamente nella Coscienza del *Logos* del nostro sistema solare; sviluppando le nostre facoltà interiori noi acquisiamo la capacità di entrare in contatto con essa a diversi livelli. Dobbiamo, per così dire, sintonizzarci ai vari gradi della Sua Coscienza attraverso i nostri diversi veicoli, al fine di entrare in contatto con tutto ciò che si trova nei rispettivi livelli. La conoscenza riguardante le realtà trascendenti della vita può essere raggiunta solo in questo modo particolare e il suo ottenimento dipende dalla nostra capacità di rispondere a diversi tipi di vibrazioni più sottili sui piani interiori. Per tale motivo è impossibile comunicarla ad altri o fissarla in schemi e formule da presentare al pubblico, come avviene per altre conoscenze scientifiche. Ognuno deve sviluppare le proprie intime facoltà e acquisire questa conoscenza dall'interno.

La maggior parte di questa conoscenza è non solo incomunicabile ma, essendo connessa con i mondi superiori, risulta anche incomprendibile per l'intelletto umano. Abituati come siamo a un mondo a tre dimensioni, non possiamo comprendere le realtà di mondi in cui la coscienza opera in un numero sempre maggiore di dimensioni, a meno di "elearci" fino a tali mondi e "vedere" le cose in modo diretto. Quanto più penetriamo nelle insondabili profondità della Mente Divina, tanto più difficile diventa formulare le realtà di quei mondi utilizzando i concetti mentali che ci sono familiari e maggiore è la necessità di sviluppare le nostre facoltà e i nostri poteri interiori per comprendere tali realtà. Ecco perché il signore Buddha, interrogato su Dio, rimase in silenzio; tutti i veri maestri della "dottrina del cuore" si rifiutano di parlare dei misteri più profondi della vita con i non iniziati e i curiosi.

Dovrebbe dunque essere ovvio quanto poco possiamo comprendere il vero occultismo e la natura dei poteri dei suoi adepti. Tutto ciò che possiamo sperare di raggiungere nello studio di questa scienza sacra è di arrivare a sfiorare una simile conoscenza illimitata e, con l'aiuto di essa, iniziare a sviluppare la nostra natura spirituale e le nostre facoltà interiori. Man mano che avremo successo nei nostri



sforzi, saremo in grado di ottenere una visione diretta dei misteri più profondi della vita e di conoscere quelle realtà che i filosofi accademici vanno erroneamente cercando nei regni dell'intelletto e le persone che seguono un'ortodossia religiosa pensano di trovare tra le pagine di un libro sacro.

Tale sviluppo interiore è possibile perché gli adepti dell'occultismo possiedono una conoscenza completa di tutti i segreti della Natura e anche della scienza pratica dell'autocultura. Chiunque, facendosi esperto in questa, può dispiegare gradualmente le proprie facoltà interiori e verificare, ad uno ad uno, tutti i fatti dell'occultismo. Gli elementi di questa scienza dell'autocultura sono stati resi noti per dare a tutti la possibilità di percorrere il Sentiero dell'autorealizzazione, ma la conoscenza più avanzata dei misteri della Natura che conferisce poteri all'Iniziato è impartita solo ad allievi fidati degli adepti che abbiano dimostrato, attraverso un lungo periodo di prove ed esperienze, di dedicarsi totalmente al bene dell'umanità, nonché di essere incorruttibili e di non usare la conoscenza per scopi egoistici. Ecco perché tutti coloro che sono attratti dall'occultismo per ragioni egoistiche, anche quando tale sentimento è di tipo più sottile, vengono esclusi dal Loro aiuto. Essi possono accedere soltanto al recinto più esterno del sacro tempio, nel quale solo una conoscenza superficiale dei segreti della Natura e l'acquisizione di alcuni dei poteri meno importanti dell'anima possono essere ottenute. Soltanto coloro che sono pronti a rinunciare a tutti gli scopi egoistici e ad avvicinarsi al Sentiero dell'occultismo con un cuore puro e una vita impeccabile possono essere ammessi ai segreti interiori ed esercitare quel potere di *Ātmā* capace di renderli eccelsi nel mondo interiore, benché appaiano "come nulla agli occhi degli uomini". Perché, più un adepto si ritira negli intimi recessi della propria anima acquisendo una conoscenza più completa delle realtà della vita, più si eleva al di sopra dei desideri meschini e talvolta infantili che spingono gli uomini comuni a cercare potere, fama e popolarità passeggera nelle ombre effimere della vita. È così che il vero occultista rimane sconosciuto ed evita deliberatamente lo sguardo del pubblico, mentre gli pseudo-occultisti, ancora carichi di desideri inferiori, competono tra loro per attirare l'attenzione dei propri seguaci e del mondo in generale.



Dal momento che tutti i veri adepti dell'occultismo nascondono con cura allo sguardo volgare del pubblico la loro conoscenza e il loro potere, gli uomini si chiedono se vi sia qualcosa di reale nell'occultismo o in tutto questo parlare di piani più sottili e di Esseri sovrumani, oppure se si tratti solo di fantasie. Coloro che possiedono una vera conoscenza di queste realtà lasciano deliberatamente il mondo nella sua ignoranza e incredulità riguardo alle enormi potenzialità che giacciono nascoste nell'uomo e nella Natura. Fintantoché la natura umana si mantiene nello stato attuale e l'egoismo, il pregiudizio e la spregiudicata esaltazione rimangono le passioni dominanti degli uomini, è bene che questi continuino a ignorare le potenti forze e le straordinarie possibilità alle quali l'occultismo apre la porta. Chiunque osservi ciò che sta accadendo nel mondo in questo momento e veda come la conoscenza delle forze del piano fisico venga gravemente usurpata da individui e nazioni senza scrupoli comprenderà immediatamente quanto sia saggio mantenere segreta la conoscenza delle forze più sottili della Natura nei confronti di un'umanità non sviluppata e, per certi versi, ancora preda della barbarie. Queste forze sono molto più incisive e potenzialmente dannose e quindi infinitamente più pericolose.

Non dovrebbe pertanto essere difficile comprendere che la conoscenza occulta riportata nei libri e accessibile all'uomo comune sia quella più superficiale e meno importante e come dietro al simbolismo e ai riferimenti velati che così spesso l'accompagnano esistano realtà smisurate di cui nessuno nel mondo esterno può avere contezza. Tuttavia questa limitata conoscenza è sufficiente per avviare qualunque serio ricercatore della Verità alla comprensione dei problemi dell'esistenza e per consentirgli di compiere i passi preliminari che conducono al Sentiero dell'occultismo. La vera vita dell'occultismo comincia solo quando un uomo entra in contatto diretto con queste realtà presenti in lui e inizia a dipendere sempre più dallo sviluppo delle proprie facoltà e dei propri poteri interiori e sempre meno dall'istruzione e dagli orientamenti esteriori.

Dopo questa breve prefazione il lettore è in grado di decidere se valga la pena leggere questo libro, poi adottare la filosofia e la tecnica dell'autocultura qui contenuta e intraprendere così il viaggio di auto-esplorazione e autorealizzazione.

Il testo è diviso in tre sezioni. La prima illustra le basi teoriche della scienza dell'autocultura, che ha come fine ultimo la scoperta della Realtà nascosta nel cuore di ogni essere umano. Senza una conoscenza anche sommaria della relazione dell'uomo con Dio, in cui egli è radicato, e con l'universo in cui evolve, egli non può affrontare in modo intelligente e sistematico i diversi aspetti dell'autocultura.

La seconda parte tratta i problemi dell'autodisciplina e dell'autocultura che si presentano quando si cerca di rendere i veicoli dell'aspirante strumenti efficienti per l'espressione della Vita e della Coscienza Divina sui diversi piani. Se non si comprendono queste difficoltà e non si compiono i passi necessari ad apportare gli imprescindibili cambiamenti in relazione ai veicoli è molto difficile, se non impossibile, affrontare il tema dell'autoscoperta e dell'autorealizzazione. Solo quando i veicoli sono stati adeguatamente purificati, armonizzati e posti sotto il controllo del Sé Superiore la facoltà spirituale conosciuta come *Buddhi* inizia a illuminare la mente e *Ātmā* può funzionare, attraverso i propri veicoli, sui piani inferiori.

La terza parte affronta i problemi dell'autoscoperta e dell'autorealizzazione e illustra le relative tecniche, che devono comunque essere acquisite da trattati specifici o da altre fonti. Lo scopo è semplicemente quello di fornire all'aspirante un'idea sommaria di queste difficoltà e di preparare la sua mente allo studio e alla pratica più intensivi di tali tecniche.

I capitoli che compongono le parti prima e seconda sono in larga misura una riproduzione di quelli apparsi nella prima edizione del libro. La parte terza ne contiene di nuovi, utili per rendere l'opera più completa e per servire da introduzione a *La Scienza dello Yōga*¹. Alcuni dei capitoli presenti nella parte terza sono apparsi su *The Theosophist* sotto forma di articoli.

Note:

1. Taimni, I.K., *La Scienza dello Yōga, commento agli Yōgasūtra di Patanjali*, Casa Editrice Astrolabio, Ubaldini Editore, Roma, 1970.

PARTE PRIMA

BASE TEORICA DELL'AUTOCULTURA



Capitolo 1

L'evoluzione alla luce dell'occultismo

Uno degli argomenti più geniali e fecondi trasmessi dalla scienza al mondo moderno riguarda l'evoluzione. Ma le tendenze materialiste del pensiero scientifico hanno fatto sì che questo concetto, fin dall'inizio, rimanesse una mezza verità, privandolo del vero significato e dell'importanza che riveste nella vita umana. È la scienza occulta a fornire l'altra metà della verità e quindi a rendere l'idea realmente dinamica e di grande aiuto nella comprensione della vita e dei suoi vari fenomeni.

La teoria dell'evoluzione, originariamente formulata da Darwin per rendere conto della grande varietà di specie presenti nel regno animale, è stata presto applicata ed estesa ad altri settori, mostrandosi capace di portare chiarezza su fenomeni di diversa natura.

Secondo questa teoria i cambiamenti che hanno portato a una così ampia varietà di specie nel regno animale non avvengono in modo casuale, ma risultano dallo sforzo della forma per adattarsi gradualmente all'ambiente in cui è collocata. Le forme cambiano costantemente per soddisfare le peculiari e mutevoli condizioni presenti nell'ambiente. Le trasformazioni radicali producono i diversi generi, mentre quelle minori e locali danno vita alla grande varietà di specie. La continuità dei cambiamenti nelle forme, che si è scoperto essere un fatto assodato in Natura, viene quindi giustificata in base alla dipendenza di queste forme da un ambiente in graduale mutamento. Quindi, l'effettivo contributo di tale teoria è stato quello di introdurre un ordine nella confusione dei fenomeni biologici, mostrando come



le forme viventi, nella loro varietà, non siano tra loro indipendenti, bensì sorrette da un principio di derivazione che, agendo al di là della loro mutevolezza, le rende sempre più adatte all'ambiente in cui sono collocate.

In accordo con l'idea di evoluzione presentata dalla scienza, i cambiamenti delle forme sono stati esclusivamente attribuiti al loro sforzo di adattamento all'ambiente. Questo è il risultato naturale cui si è giunti affrontando il processo globale come un fenomeno puramente fisico e considerando l'aspetto vitale del processo stesso come un sottoprodotto delle mutabilità fisiche. Finché la vita è stata considerata come il risultato dell'interazione tra materia e forza, inevitabilmente essa è rimasta esclusa nella considerazione della serie di trasformazioni delle forme, e tali cambiamenti sono stati attribuiti esclusivamente all'influenza dell'ambiente. La limitazione della concezione scientifica riguardante l'evoluzione è dunque inerente alla posizione adottata dalla scienza moderna in relazione alla natura dell'universo e può essere riassunta in una parola: materialismo.

Il contributo determinante e vitale fornito dall'occultismo all'idea di evoluzione fu, per così dire, quello di mostrare l'altro lato della medaglia, fornendo un quadro completo del processo. La scienza occulta dispone dei mezzi atti a investigare i fenomeni della vita in modo più diretto e ampio rispetto alla scienza; quindi è stato possibile verificare come la vita non sia un sottoprodotto della materia e della forza, bensì un principio indipendente che usa materia e forza per la propria espressione sul piano fisico. Le forme esistono per permettere alla vita che le abita di esprimersi e mutano per rispondere alla crescente e variata necessità della vita di manifestarsi in modo più completo. La vita assume una forma dopo l'altra e, attraverso tutti gli stimoli ricevuti da ognuna di esse, può sviluppare e manifestare gradualmente tutte le sue potenzialità. Le forme muoiono e scompaiono, ma la vita che ha operato per loro tramite non cessa di crescere.

Così, dietro alla serie di cambiamenti nelle forme che, secondo la teoria scientifica dell'evoluzione, hanno reso l'intero processo null'altro che un insignificante panorama di trasformazioni senza fine, vediamo ora una vita in costante evoluzione, che usa queste differenti forme nei suoi vari stadi di evoluzione. Nell'infinita varietà di queste



nella loro costante distruzione, la Natura mostra di avere uno scopo definito, intelligibile, ancor oggi negato dalla scienza, la quale si comporta come un sordo che studia con molta attenzione una grande varietà di strumenti musicali sempre più raffinati ma si rifiuta di credere che esista qualcosa chiamato musica.

Non sorprende dunque che l'evoluzione, così come è studiata ed esposta dalla scienza, risulti un argomento poco accattivante, un insieme di meri fatti, di fossili dissotterrati dalle viscere della terra per andare a comporre, un pezzo dopo l'altro, degli scheletri, offrendoci una visione molto parziale o addirittura distorta del processo. Al contrario, l'evoluzione che ci presenta l'occultismo è un'idea dinamica e, più la studiamo, più ne restiamo affascinati. Questa idea ci offre, come in un lampo, una visione profonda di tutti i processi della Natura che avvengono sotto i nostri occhi, fondendo in un insieme integrato tutti i fenomeni della vita che sono alla portata della nostra conoscenza. Questo concetto non solo illumina il passato e il presente ma offre uno scorcio del futuro, in relazione all'umanità e anche alla nostra condizione di individui. Esso ci mostra la perfezione cui potremo arrivare un giorno e i gradini della scala da percorrere per giungervi. Di fatto, l'aspetto più importante di questa visione occulta dell'evoluzione non è la comprensione intellettuale che otteniamo delle operazioni della Natura, ma la certezza che essa offre del nostro trionfo finale su tutte le difficoltà, le imperfezioni e le limitazioni che ci contraddistinguono. In questo modo disponiamo delle basi per trattare l'intera questione dell'autocultura con attitudine scientifica e per sviluppare tutti i nostri poteri e le nostre facoltà con la stessa fiducia di uno scienziato che opera nel suo laboratorio.

Premesso che l'obiettivo di questo libro è di trattare in modo esauritivo la questione dell'autocultura e che ciò può essere fatto solo attraverso la prospettiva più ampia dell'evoluzione fornita dall'occultismo, dobbiamo abbandonare ora la teoria scientifica dell'evoluzione, al fine di comprendere ciò che quest'ultima significa nell'occultismo e quali sono le differenti tappe della lunga strada che ci condurrà alla perfezione. Ma, prima di questo, consideriamo per un momento il significato della perfezione, che rappresenta l'obiettivo dell'attività umana.



Non vi è limite al graduale sviluppo della Vita Divina che si manifesta nell'Universo in varie forme. Non vi è alcun punto in cui si possa affermare che il massimo della perfezione è stato raggiunto. Ma, per quel che riguarda lo stadio umano, esiste un limite, che può essere considerato il confine del regno dell'uomo e che è raggiunto quando un *arhat* riceve la quinta iniziazione sul Cammino della Santità e ottiene il grado di *Jivanmukta* o Maestro di Saggezza. Quando l'adepto giunge a questo livello, l'obbligo di reincarnarsi per Lui è terminato; è passato dallo stadio umano a quello superumano e, da lì in poi, continua il proprio sviluppo sui piani sovrasensibili. La perfezione di cui abbiamo parlato sopra è la perfezione relativa, che è raggiunta da un Maestro di Saggezza.

È inoltre necessario ricordare che non possiamo sapere cosa sia tale perfezione fino a che non giungiamo a questo stadio, perché le realtà della vita superiore possono essere conosciute solo per esperienza diretta; nessuna descrizione verbale e neppure il più elevato sforzo dell'immaginazione possono permetterci di conoscerla come veramente è. Così, quando affermiamo che stiamo tentando di comprendere queste realtà, rimanendo confinati nella regione dell'intelletto, ciò che descriviamo è il nostro tentativo di captare, qui e là, luci isolate o pallidi riflessi dello splendore occulto che si situa molto oltre la concezione umana e che solo il nostro cuore può comprendere, in una certa misura, quando il nostro sviluppo interiore lo permette.

Non è possibile trattare dettagliatamente il vasto processo dell'evoluzione visto lo spazio limitato a nostra disposizione. È possibile solo esporre alcune linee generali, evidenziando le tappe più importanti della via che stiamo percorrendo.

Secondo gli insegnamenti dell'occultismo, tutta la vita che vediamo manifestarsi attorno a noi proviene dall'Essenza o dal Principio Divino Unico che, dopo aver sviluppato tutte le proprie potenzialità, nuovamente ritorna alla Fonte Divina. Le qualità e i poteri che associamo alla Divina Perfezione sono presenti quando la vita emerge dalla sua Origine Divina in uno stato germinale o latente, così come un albero è nascosto nel seme. Tali aspetti si sviluppano molto lentamente, attivati dalla pressione esterna proveniente dalle forze evolutive e da quella della Volontà Divina costantemente esercitata dall'interno;



e, quando la vita, dopo aver raggiunto la perfezione, nuovamente si fonde in modo consapevole nella Divinità, tutte le qualità e i poteri che appartengono a tale stato di perfezione si trovano in piena manifestazione.

Un altro insegnamento fondamentale dell'occultismo è che il nostro sistema solare, questo vasto teatro dell'evoluzione, ha una costituzione settenaria e che, interpenetrati con il mondo fisico percepito dai nostri sensi, esistono altri sei mondi composti di materia progressivamente più sottile. Nella letteratura teosofica questi mondi sono chiamati piani e a ognuno è assegnato un nome specifico. Il mondo che segue il fisico, nel quale passiamo durante il sonno e dopo la morte, è chiamato Piano Astrale ed è collegato ai nostri sentimenti, ai nostri desideri ed emozioni. Il piano immediatamente superiore, in cui trascorriamo la maggior parte del tempo nel periodo tra due incarnazioni, è chiamato Piano Mentale ed è riferito ai nostri pensieri. Si susseguono poi, in ordine di successione, i piani buddhico, atmico, *Anupādaka* e *Ādi*, che riguardano il nostro essere spirituale ed eterno e sono la fonte della nostra conoscenza e dei poteri spirituali più elevati.

L'uomo, e di fatto tutta la vita nelle sue varie forme, si lega, in un certo modo, a tutti i sette piani del sistema solare; limitandoci per ora all'uomo, possiamo dire che egli dispone di un veicolo di coscienza su ognuno dei diversi piani. La vita umana ha radici nella vita del *Logos* sul piano più elevato e fluisce da questo centro integrale attraverso tutti i veicoli che la collegano ai vari piani. Un raggio della Coscienza Divina attraversa e alimenta, per così dire, l'insieme dei veicoli che rappresentano la Monade, o *Jīvātmā*, nei diversi piani, realizzandone la graduale trasformazione, finché il frammento divino non completa il proprio sviluppo, divenendo onnipresente, onnipotente e onnisciente su tutti i piani.

Queste verità possono essere sintetizzate dal diagramma della Figura 1. Occorre tuttavia ricordare che si tratta solo di una rappresentazione bidimensionale, utile per aiutarci nella loro comprensione, ma che in nessun modo può tratteggiare le realtà trascendenti dei piani più elevati. Vi è sempre un rischio nel ricorrere all'uso di figure, simboli e analogie, cui a volte si assegna un valore eccessivo, traendo conclusioni per le quali non vi è alcuna effettiva giustificazione.

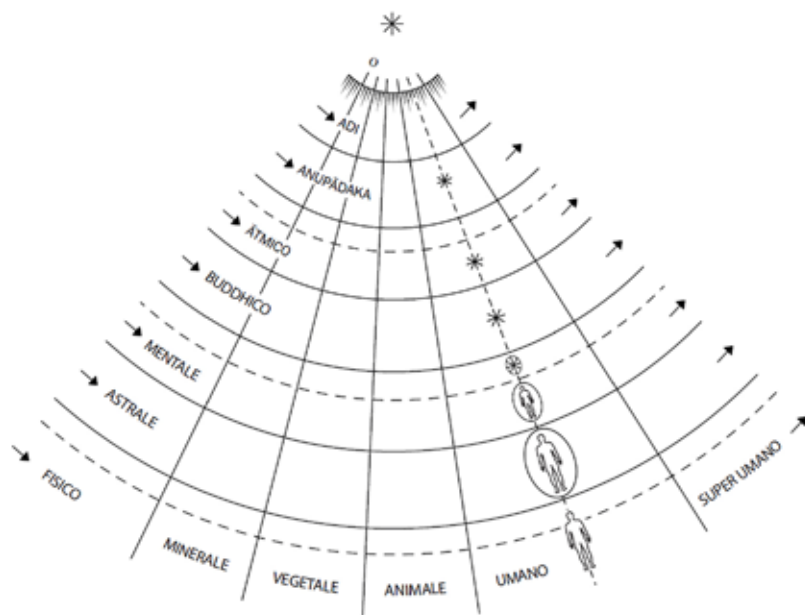


Figura 1

I sette piani del sistema solare sono rappresentati dai sette cerchi concentrici della figura, mentre il Centro corrisponde al *Logos* Solare o *Jīvātmā*, che presiede al sistema solare durante il periodo di manifestazione. Nell'esaminare questo diagramma è importante tener presente che, nonostante i diversi piani siano rappresentati da cerchi, essi in realtà sono sfere che si compenetrano vicendevolmente; ogni sfera più sottile si situa all'interno e compenetra tutte quelle più dense. Pertanto i cerchi non stanno a indicare la dimensione dei diversi piani ma la loro relazione spaziale. La nostra coscienza, abituata alle tre dimensioni dello spazio, non può immaginare le condizioni dei piani più elevati, in cui è necessario operare con più di tre dimensioni ed è perciò difficile per noi ottenere anche una minima consapevolezza della relazione intercorrente tra i diversi piani. Il mondo fisico, nel quale la nostra coscienza è quasi completamente confinata al momento presente, è il piano più denso, più esterno e soggetto alle maggiori limitazioni e

illusioni. Man mano che penetriamo verso l'interno, passando di piano in piano, queste limitazioni si riducono, i veli dell'illusione si fanno più tenui, fino a scomparire completamente quando raggiungiamo la coscienza del *Logos* Solare che permea tutti i piani e a tutti dà vita.

In questa figura un'anima individuale, o *Jīvātmā*, nella sua manifestazione è rappresentata da un raggio dei cerchi concentrici. Tale raggio li attraversa tutti, il che sta a indicare che il raggio della Coscienza Divina, che rappresenta un *Jīvātmā*, attraversa tutti i piani e alimenta un insieme completo di veicoli che lo collegano a questi. Tutti i veicoli di uno specifico *Jīvātmā* possono essere immaginati come concatenati a questo raggio di coscienza, che in tal modo li unifica, nonostante le enormi differenze esistenti nelle loro modalità d'azione. Con il procedere dell'evoluzione i diversi veicoli vengono sviluppati, l'uno dopo l'altro, a partire da quello fisico, attivati e preparati per servire il *Jīvātmā* sui piani successivi.

L'evoluzione della Vita che proviene dal *Logos* e che, dopo aver sviluppato le proprie potenzialità divine, si fonde nuovamente in Esso, è rappresentata, nella figura, dalle frecce nei segmenti tra i diversi cerchi. Gli stadi di involuzione, nei quali la vita passa prima di raggiungere lo stadio minerale, sono lasciati in bianco nello schema, poiché le condizioni relative a questi stadi non sono state sufficientemente investigate e si trovano oltre il nostro orizzonte mentale. Tuttavia è bene ricordare che la vita, prima di raggiungere lo stadio minerale, considerato spesso come il limite inferiore, ha in realtà già attraversato almeno tre stadi distinti e ben riconoscibili. In questi, che sono in realtà fasi di involuzione e non di evoluzione, la vita penetra sempre più profondamente nella materia prima di iniziare ad ascendere nuovamente, passando attraverso il processo evolutivo. Lo stadio minerale è dunque il punto più basso del cerchio che rappresenta il ciclo di involuzione e di evoluzione.

Pertanto, la vita sorge con certezza nel nostro orizzonte mentale allo stadio minerale e la linea 0 nella figura rappresenta quindi il limite tra lo sconosciuto e il conosciuto. La vita al livello minerale, almeno per ciò che riguarda la sua manifestazione sul piano fisico, è stata studiata molto minuziosamente dagli scienziati moderni e le leggi che la riguardano sono entrate a far parte della letteratura di diverse scienze

tra le quali la chimica, la fisica, la geologia e l'astronomia. Ma anche per quanto concerne lo stadio minerale, nonostante i dettagliati studi scientifici, l'occultismo conosce molto di più, sotto diversi aspetti; tuttavia non è necessario affrontare in questa sede tale argomento.

Lo stadio seguente dell'evoluzione avviene nel regno vegetale, dove la risposta agli stimoli esterni diventa un po' più definita rispetto al minerale e la capacità di provare sensazioni è più sviluppata. Le sensazioni sono ancora vaghe poiché il corpo astrale, il veicolo ad esse preposto, anziché essere un tutto organizzato è semplicemente un approssimativo aggregato di materia astrale. Non possiamo pertanto affermare che le piante e gli alberi provino piacere o dolore, anche se le loro risposte agli stimoli esterni assomigliano in una certa misura a tali sensazioni. Dobbiamo ricordare che nel regno vegetale esistono grandi differenze di livello evolutivo e che i membri più elevati potrebbero avere una maggiore capacità di provare sensazioni rispetto a quelli più primitivi del regno animale. Questi regni della Natura non sono nettamente separati tra loro ma la presenza di numerose sovrapposizioni rende difficile comprendere a quale regno appartenga un membro situato nelle regioni limitrofe. Anche la vita nel regno vegetale, manifestata sul piano fisico attraverso organismi fisici, è stata oggetto di molte investigazioni e le leggi e i fatti ad essa inerenti costituiscono la scienza della botanica.

La vita nel regno vegetale è certamente molto più evoluta rispetto a quella minerale, ma il fatto che gli organismi vegetali siano radicati in un luogo specifico limita la varietà di stimoli che essi possono ricevere dall'ambiente. Questo impedimento è superato nello stadio successivo, quello del regno animale, e la capacità di movimento che possiedono gli animali apre la porta a un numero maggiore e più vario di esperienze. Ciò accelera in misura notevole l'evoluzione della vita e questo può essere il motivo per cui, negli animali più evoluti, è presente non solo una capacità molto sviluppata di provare sensazioni, ma anche un inizio di attività mentale.

Occorre notare che sia il corpo astrale sia il sistema nervoso degli animali sono molto ben organizzati e perciò in essi la capacità di provare piacere e dolore è piuttosto sviluppata. Per questo motivo ogni lesione inferta al corpo fisico è intensamente sentita dagli animali,

nonostante essi non siano in grado di esprimere i propri sentimenti. Coloro che provocano dolore agli animali o fanno sì che venga loro inflitto, sia per ottenere cibo sia nel campo dello sport, dovrebbero riflettere a tale riguardo. La sofferenza imposta ad altri ha inevitabilmente un contraccolpo, presto o tardi, su colui che ne è la causa. La legge universale del *karma* non cessa di operare, anche nel caso di coloro che la ignorano o che cercano di trovare scuse plausibili per i propri misfatti. Se gli uomini fossero consapevoli della terribile sofferenza che accumulano su di sé con la propria insensibilità e crudeltà verso gli animali, sarebbero meno inclini a respingere questi scomodi argomenti con un'alzata di spalle, continuando nel loro comportamento in modo del tutto irresponsabile.

Un importante contributo offerto dalla scienza occulta alla soluzione del problema dell'evoluzione nei regni minerale, vegetale e animale riguarda la spiegazione del modo in cui essa procede. È stato verificato, per mezzo di ricerche basate sulla chiaroveggenza sui piani più elevati, che il meccanismo dell'evoluzione negli stadi inferiori differisce in un aspetto fondamentale da quello degli esseri umani, poiché nei primi non è presente un'"anima" separata per ciascun organismo fisico, come accade invece per ogni persona. Al contrario, un insieme di organismi fisici della stessa specie risulta collegato a un'"anima-gruppo" che rappresenta così sia il ricettacolo di tutte le esperienze vissute da tali organismi sia la vita che anima e alimenta queste forme. Tale interessante circostanza relativa all'evoluzione collettiva chiarisce molti problemi legati alla vita degli animali e delle piante e mostra tra l'altro, in modo ammirevole, i metodi ingegnosi adottati dalla Natura per realizzare i propri scopi. Tuttavia, considerando il fatto che tale argomento non riveste grande importanza in relazione al tema qui trattato, non ci addentreremo in maggiori dettagli, passando invece a considerare lo stadio umano, che ci riguarda direttamente.

Benché in base alle apparenze esteriori lo stadio umano non sia altro che una continuazione di quelli precedenti, cosa vera sotto alcuni aspetti, è necessario sapere che un cambiamento fondamentale ha luogo quando la vita entra in questa fase, una variazione che separa nettamente la vita nello stadio umano da quella del regno animale.



Questo cambiamento, in estrema sintesi, consiste nella formazione del corpo causale, il veicolo più esteriore dell'anima spirituale individuale, nel quale discende, direttamente dall'alto, la vita del *Logos* che, attraverso di esso, inizia a operare con maggiore dinamismo. L'introduzione del nuovo elemento divino nell'uomo, derivante dal Primo Logos e assente nei vegetali e negli animali, dà origine alla peculiare facoltà umana conosciuta in psicologia come *autocoscienza*, rendendo possibile lo sviluppo rapido e illimitato della Vita Divina che si realizza negli stadi umano e superumano. La vita diviene un'unità individuale della coscienza divina che può continuare a espandersi illimitatamente.

Le prime fasi dello stadio umano si svolgono nelle condizioni di vita selvaggia, semi-civilizzata e civilizzata. L'uomo accumula esperienze di ogni tipo e i corpi astrale e mentale evolvono lentamente, durante il suo reincarnarsi in condizioni mutevoli che egli stesso crea per mezzo dei propri pensieri, desideri e azioni. Le sue sensazioni ed emozioni sviluppano il corpo astrale, i pensieri rivolti alle immagini concrete sviluppano la mente inferiore, mentre il pensiero mirato agli aspetti superiori della realtà e alle idee astratte porta all'evoluzione della Mente Superiore, che opera attraverso il corpo causale. La maggioranza degli esseri civilizzati del mondo è giunta allo stadio evolutivo in cui il corpo astrale è abbastanza sviluppato e la mente inferiore lo è in una certa misura. Solo nel caso di scienziati, filosofi e altri grandi pensatori il corpo causale può essere però considerato come funzionante nel vero senso del termine.

Dopo che un individuo è passato attraverso tutti i tipi di esperienze, vita dopo vita, e gradualmente ha iniziato a dedicare i propri pensieri a realtà superiori e a vivere un'esistenza nobile e disinteressata, il veicolo successivo, ossia quello operante sul piano buddhico, inizia a sua volta a svilupparsi lentamente e l'illuminazione, proveniente da questa regione e diretta alla mente, si manifesta come facoltà di discriminazione, chiamata *Viveka* in sanscrito. L'uomo inizia ad apprezzare le verità spirituali e a riconoscere intuitivamente la loro esistenza anche senza averne le prove. *Buddhi* o intuizione, come viene chiamata nella psicologia occidentale, è la facoltà grazie alla quale vengono riconosciute tutte le verità spirituali e senza il cui sviluppo un uomo non



può compiere alcun progresso nel campo della spiritualità. Il mero intelletto non ha alcun utilizzo in una regione esterna al suo ambito di attività.

Quando il veicolo buddhico è sufficientemente sviluppato e inizia a influenzare decisamente l'ambito mentale, nasce quel divino impulso che preannuncia il risveglio della natura spirituale. L'uomo comincia a riconsiderare la vita, a porre domande circa le questioni fondamentali dell'esistenza, interrogativi di cui chi è spiritualmente addormentato non ha neppure coscienza. L'individuo inizia a cercare una via d'uscita da questo mondo di illusioni e sofferenze, aspira a condurre la vita superiore dello Spirito e sente un'affinità interiore con i propri simili difficilmente compresa da chi lo circonda.

Se questo impulso viene ascoltato e correttamente orientato, l'uomo inizierà a camminare sul sentiero che conduce alla perfezione, raggiungerà infine la meta e uscirà dal regno umano. Se l'impulso non trova ascolto e viene soffocato dalla mente inferiore oppure ostacolato dai desideri mondani, allora l'uomo potrebbe ritrovarsi a vagare attraverso molte vite, sollecitato da due richiami contrapposti: quelli della mente inferiore che lo trascinano verso il basso e quelli che tendono alla vita più elevata e lo attirano verso l'alto. Ma prima o poi, come risultato delle continue lezioni apprese attraverso la sofferenza, le frustrazioni e le delusioni della vita mondana, il richiamo divino diventerà troppo forte per essere ignorato: l'uomo abbandonerà la vita inferiore e volgerà lo sguardo nella direzione del Divino, iniziando l'ascesa, passo dopo passo, verso la cima della montagna.

Finora abbiamo passato in rassegna il lungo cammino dell'evoluzione percorso sin dal momento in cui siamo usciti dal Divino fino al raggiungimento dello stadio in cui l'impulso divino nasce in noi, facendoci pensare alla nostra vera dimora e ai mezzi per ritornarvi. Consideriamo ora quanto resta da esplorare e le tappe da raggiungere.

Cosa dovremmo fare quando ci accorgiamo di aspirare a una vita più elevata? La prima cosa, ovviamente, è riflettere sui problemi fondamentali della vita e chiarirli nella nostra mente fino a quando essi risultino ben delineati. Questo ci permetterà di comprendere che potremo risolverli in modo soddisfacente e permanente solo percorrendo il Sentiero che conduce alla perfezione e all'Illuminazione. È



necessario passare attraverso questo processo preliminare di profonda riflessione e sondare il cuore in modo scrupoloso, senza impulsività, per giungere alle decisioni che riguardano tali questioni vitali, dato che in molti casi gli impulsi occasionali provenienti dall'interno sono di natura evanescente e vengono generati dalle reazioni alle delusioni e alle frustrazioni della vita. Essi scompaiono gradualmente, man mano che le attrazioni del mondo ci annebbiano nuovamente con il loro fascino, facendoci cadere ancora una volta nella consueta condizione di oblio del nostro destino superiore. L'aspirazione divina, che ci condurrà attraverso molte vite fino alla realizzazione del nostro obiettivo, deve essere costante e solida, frutto della maturità dell'anima, la quale viene raggiunta dopo aver attraversato innumerevoli esperienze e aver fatto tesoro di quanto esse dovevano insegnarci.

Se l'impulso da noi provato è adeguato, dovremo considerare attentamente i mezzi da adottare per realizzare il nostro scopo. Nel mondo, infatti, esistono molte vie e molti maestri e il nostro compito è quello di trovare la nostra strada e la nostra guida, capace di accompagnarci con sicurezza fino alla fine. Alcuni dei percorsi che vediamo dispiegarsi davanti a noi sono strade senza uscita e alcuni dei maestri che offrono il loro insegnamento sono ciechi che guidano altri ciechi. La scelta oculata del nostro percorso e del nostro maestro potrà quindi risparmiarci tempo e fatica. Per coloro che hanno riflettuto profondamente sui problemi della vita, comprendendo il piano dell'evoluzione, non dovrebbe essere difficile prendere una decisione. Il solo percorso da scegliere è quello intrapreso da tutti i grandi Maestri e *Rishi* del passato, quello che conduce alla perfezione della vita umana, sia essa chiamata *Nirvāna*, Illuminazione, *Jīvanmukti* o con qualsiasi altro nome. E l'unico Maestro è il loro Sé Superiore che risiede all'interno del cuore, li ha condotti al loro stadio attuale ed è in grado di guidarli infallibilmente fino alla meta finale, quella dell'Illuminazione.

Poiché questo testo si propone di indagare rapidamente le fasi dell'evoluzione che è necessario attraversare, non è possibile fornire qui i dettagli delle caratteristiche che deve acquisire chi aspira a percorrere il Sentiero che conduce infine all'Illuminazione e alla Liberazione dalle illusioni e dalle miserie della vita umana. Esistono nella letteratura occulta numerosi testi che forniscono informazioni molto



dettagliate e utili su questi argomenti; importanti suggerimenti si trovano inoltre disseminati in tutta la letteratura di tale genere. Molte delle questioni importanti connesse con i problemi del nostro sviluppo spirituale verranno trattate nei capitoli successivi, nei contesti adatti.

È possibile avere un'idea della condizione sublime di *Jīvanmukti* o della Liberazione, della vita perfetta raggiunta da chi ha varcato il confine che separa lo stato umano da quelli situati al di là? No, se non in modo molto vago.

L'enorme progresso compiuto dall'adepto che ha raggiunto questo stadio può essere in qualche modo compreso se consideriamo il fatto che, nel suo caso, tutti e cinque i veicoli inferiori di coscienza – fisico, astrale, mentale, buddhico e atmico – sono pienamente sviluppati e vivificati e che egli può operare in ognuno di essi in piena coscienza, così come la persona comune può fare attraverso il proprio corpo fisico. L'adepto non ha che da focalizzare la propria coscienza su qualsiasi veicolo, atmico o inferiore, per entrare immediatamente in contatto con il piano corrispondente e conoscere in esso ciò che desidera, anche se il termine “conoscere” è poco adatto per esprimere il funzionamento della coscienza sui piani spirituali superiori. Non solo, ma la sua coscienza è normalmente centrata sul piano atmico e, quando egli deve agire su uno qualsiasi dei piani inferiori, la focalizza parzialmente e temporaneamente su di esso; in questo modo tutti i cinque piani inferiori del sistema solare nei quali l'umanità è coinvolta si trovano all'interno della sua coscienza, formando il campo in cui egli opera per il compimento del Piano Divino.

Va ricordato che per lo sviluppo e l'organizzazione dei tre veicoli inferiori – fisico, astrale e mentale – sono stati necessari milioni di anni. Quando un uomo si avvicina alla fine dell'evoluzione umana e si trova sulla soglia della Divinità, la sua progressione nei regni spirituali è estremamente accelerata, e solo grazie a questo diventa possibile per lui coprire in poche vite la fenomenale distanza che separa un adepto da un uomo comune.

Degli ulteriori stadi di evoluzione e sviluppo situati oltre i regni sovrumani non abbiamo conoscenza, eccetto che per il loro nome. Quando cerchiamo di penetrare questi misteri più profondi l'intelletto umano retrocede sconcertato e tutto ciò che ci è permesso è doman-

darci con stupore e riverenza cosa possano essere tali sublimi condizioni di esistenza. Ci basti sapere che esistono e che vi sono Esseri che da tali inimmaginabili altezze effondono le Loro benedizioni su di noi, che ancora viviamo nelle valli dell'illusione, della sofferenza e della morte.

Capitolo 2

La costituzione complessiva dell'uomo

Dopo aver spiegato cos'è il vero occultismo, possiamo ora trattare brevemente alcuni fatti da esso rivelati in relazione alla costituzione interiore dell'uomo. Questi sono il risultato di scoperte effettuate da un gran numero di ricercatori che sono stati in grado di sviluppare le loro facoltà più sottili ed esaminare i fenomeni dei piani interiori in modo perfettamente scientifico. Infatti per alcuni adepti di livello avanzato queste realtà appartenenti ai piani sottili sono questione di esperienza diretta, nello stesso modo in cui i fenomeni del mondo fisico lo sono per un uomo comune che vive nel proprio corpo fisico.

È già stato sottolineato nel capitolo precedente come l'essere umano abbia una costituzione molto complessa, operante nei diversi veicoli della coscienza. La sua coscienza ha radici in quella del *Logos* Solare, di cui fa parte nel piano più alto e discende, un gradino dopo l'altro, fino al piano fisico che si trova, per così dire, alla periferia della Coscienza Divina. Su ogni piano del sistema solare questa unità individualizzata di coscienza si appropria della materia appartenente al piano stesso e prepara gradualmente un veicolo attraverso il quale poter funzionare su tale piano con sempre maggiore efficienza. Prendiamo in considerazione una di tali unità di coscienza e osserviamo in modo esteso e generale alcuni fatti riguardanti i veicoli e la loro reciproca relazione.

Il primo punto da notare in relazione ai veicoli della coscienza è che, passando dalla periferia al centro, essi divengono sempre meno materiali, mentre la coscienza diviene sempre più predominante.



Secondo la dottrina occulta l'intero sistema solare deriva e si basa sulla coscienza del *Logos* Solare; la manifestazione nei piani successivi implica una sempre maggiore materializzazione della sua vita e l'avvolgersi della sua coscienza in veli progressivamente più spessi. In questa discesa, piano dopo piano, la coscienza perde gradualmente i propri poteri e attributi, finché sul piano fisico più esteriore queste limitazioni raggiungono il limite massimo. Appare quindi ovvio che, quando la coscienza recede verso l'interno, come accade ad esempio nelle pratiche dello Yoga, e il processo di discesa viene invertito, tali limitazioni scompaiono una dopo l'altra e la coscienza diviene atta a funzionare con una sempre maggiore libertà, approssimandosi sempre più, in questo capovolgimento progressivo, allo splendore illimitato e incondizionato della Coscienza Divina. Questo abbandono delle limitazioni e degli oscuramenti è sperimentato da ogni Yogi quando egli trasferisce il centro della propria coscienza da un piano all'altro, avvicinandosi alla Sorgente dell'intera coscienza. È necessario rendersi conto di questa importante realtà perché, quando viviamo sul piano fisico, assorbiti dai suoi fenomeni transitori e relativamente opachi, essi ci appaiono i più vividi e pieni di vitalità, mentre le realtà dei piani superiori risultano nebulose e irreali e, di conseguenza, prive di ogni attrattiva. Temiamo di perdere il contatto con il piano fisico, di essere privati delle sue gioie passeggiare, non rendendoci conto che quello fisico è il più opaco di tutti i piani e la vita su di esso non è che un riflesso distorto e oscuro degli splendori inimmaginabili associati ai regni superiori dello Spirito.

In secondo luogo, nonostante la molteplicità dei veicoli della coscienza e le grandi differenze nella natura delle manifestazioni che avvengono attraverso di essi, la coscienza che opera mediante i veicoli è una sola e rappresenta un raggio della Coscienza Divina. Studiando l'uomo nella sua complessa costituzione possiamo suddividerlo, per praticità, in diverse componenti, ma ciò non dovrebbe darci l'impressione che esistano diverse entità che lavorano al suo interno, l'una dentro l'altra. La coscienza, operante attraverso un insieme completo di veicoli, è indivisibile; solo i suoi diversi aspetti sono evidenziati in grado minore o maggiore, secondo la natura e lo sviluppo del veicolo attraverso il quale essa agisce in un determinato momento. E



LA COSTITUZIONE COMPLESSIVA DELL'UOMO

questa manifestazione su un piano particolare dipende dalla natura intrinseca del piano stesso e dall'influenza derivante dagli altri piani attraverso i quali la coscienza è passata. Così, ad esempio, quando il *Jīvātmā* funziona attraverso il veicolo fisico, la coscienza è condizionata dalla natura del piano fisico, mentre tutti gli altri veicoli del *Jīvātmā* sono presenti sullo sfondo e influenzano la vita che si svolge su questo piano. Alla morte, quando il corpo fisico viene abbandonato, il corpo astrale diviene il fulcro della coscienza e ne condiziona il funzionamento, ma tutti gli altri veicoli sono ancora presenti sullo sfondo e modificano la manifestazione. Nello stato di *Samādhi*, in cui questo centro di coscienza viene deliberatamente trasferito da un piano all'altro, un veicolo diviene momentaneamente il fulcro della coscienza, mentre altri rimangono in primo piano o sullo sfondo, come mostrato nella Figura 2.

	FISICO	ASTRALE	MENTALE INFERIORE	MENTALE SUPERIORE	BUDDHICO	ĀTMICO
VITA FISICA NORMALE					*	*
IMMEDIATAMENTE DOPO LA MORTE					*	*
VITA CELESTIALE					*	*
IN SAMĀDHI NEL PIANO MENTALE SUPERIORE					*	*
IN SAMĀDHI NEL PIANO BUDDHICO						*
IN SAMĀDHI NEL PIANO ĀTMICO E COSCIENZA NORMALE DI UN JĪVANMUKTA					*	

Figura 2

Quanto appena scritto dimostra la necessità di affrontare il proble-

ma dell'autocultura in modo completo, prendendo in considerazione la nostra costituzione complessiva. Tutti i nostri veicoli sono collegati tra loro restando interdipendenti e non è possibile modificarne uno senza, in qualche misura, modificare anche gli altri. Se una persona desidera la salute emotiva, non può isolare la propria vita emotiva trattando tale ambito in modo esclusivo. Essa deve curare anche la propria vita mentale e fisica e, se desidera essere realmente scrupolosa, dovrà occuparsi anche della propria natura spirituale.

Il punto successivo da considerare in relazione a questi veicoli è che, sebbene i diversi veicoli di un particolare *Jīvātmā* si situino su piani diversi e la manifestazione della coscienza che opera per loro tramite differisca da piano a piano, essi sembrano funzionare in gruppi di tre. La coscienza che opera in ogni gruppo, nel suo insieme, è unitaria, sebbene tale unità sia subordinata e contenuta all'interno dell'unità più ampia del piano di manifestazione immediatamente superiore. Questo è illustrato nella Figura 3.

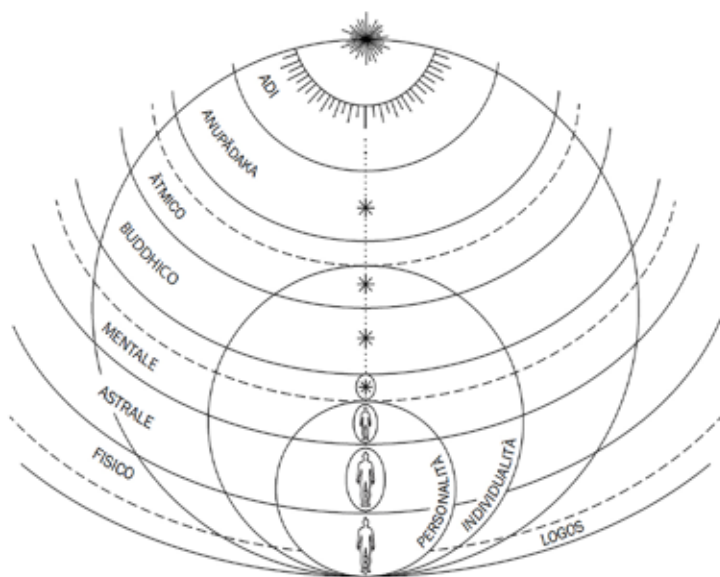


Figura 3

Il cerchio più piccolo rappresenta l'attività limitata della coscienza

sui tre piani inferiori, attraverso i corpi fisico, astrale e mentale inferiore, e può essere considerato come la sfera della personalità. Quello immediatamente più grande rappresenta la sfera dell'individualità che opera attraverso i corpi atmico, buddhico e causale, e include al suo interno la personalità. L'individualità è a sua volta contenuta nella coscienza molto più ampia della Monade, la quale è radicata nel piano *Ādi*, opera sul piano *Anupādaka* ed esercita la sua influenza sul piano atmico in un modo che non possiamo comprendere nei piani inferiori. E, di nuovo, la Monade, in maniera incomprensibile, è contenuta all'interno della coscienza onnicomprensiva del *Logos*. Così vediamo che la personalità, l'Individualità e la Monade sono manifestazioni parziali e diversamente limitate della coscienza del *Logos*, ogni manifestazione superiore essendo più ampia dell'inferiore e contenendo quest'ultima nella sua maggiore ampiezza. La personalità, l'Individualità, la Monade e il *Logos* sono chiamati rispettivamente *Jīva*, *Jīvātmā*, *Ātmā* e *Paramātmā* nella terminologia indù.

Cerchiamo di capire una per una le tre componenti della nostra costituzione complessiva. La personalità è la coscienza umana ordinaria e limitata operante attraverso i corpi fisico, astrale e mentale inferiore. Dal momento che tutti e tre questi veicoli sono temporanei e vengono formati di nuovo a ogni incarnazione, ovviamente la personalità è una manifestazione temporanea, la quale si dissolve e scompare quando questi tre corpi vengono distrutti, uno dopo l'altro, durante la progressiva recessione della coscienza che ha luogo dopo la morte. Sebbene la coscienza che opera attraverso la personalità non sia altro che un raggio del Sole della Coscienza Divina, a causa delle limitazioni e delle illusioni dei piani inferiori questa consapevolezza della propria origine divina viene perduta, generando un'entità temporanea che si considera indipendente e separata dagli altri. Questa entità si muove nel mondo per un certo numero di anni, si ritira nei piani più sottili a seguito della morte del corpo fisico e, dopo aver trascorso un periodo di tempo più o meno lungo su questi piani, si dissolve scomparendo per sempre. E gli esseri umani, identificandosi con tale entità illusoria, restano immersi nei suoi meschini interessi, ignari del loro destino superiore e della vita di gran lunga più splendente che si nasconde dietro la maschera della personalità. Quei pochi in grado



di vedere al di là di questa illusione scelgono il cammino il cui fine ultimo è la realizzazione della propria natura divina e che consente loro di utilizzare la personalità come strumento del Sé Superiore. La stragrande maggioranza invece nasce, vive e muore in questa illusione, passando di vita in vita e vivendo ancora e ancora, senza conoscere la propria vera natura, così come i fiori del campo o gli uccelli e gli animali della foresta.

Il successivo componente superiore della nostra costituzione interiore è l'Individualità o il Sé Superiore, chiamato anche Ego o *Jīvātmā*, operante attraverso i veicoli causale, buddhico e atmico. Esso rappresenta l'elemento spirituale nell'uomo ed è il Sé Immortale che perdura di vita in vita, dispiegando gradualmente tutti gli attributi e i poteri divini dall'interno di se stesso, durante il lungo periodo conico della sua evoluzione. Così come esiste una sorta di unità e di coesione nel funzionamento dei corpi fisico, astrale e mentale inferiore, che conferisce alla coscienza operante attraverso di essi un senso di personalità, allo stesso modo i tre corpi superiori, agendo sui piani atmico, buddhico e mentale superiore, sono legati tra loro in un certo senso e comunicano una sorta di unità alla coscienza operante attraverso di essi; questa coscienza unificata viene chiamata Individualità. Essa, benché operante entro i limiti dei rispettivi piani, si situa al di sopra di molte delle illusioni più grossolane che offuscano la visione della personalità e la inducono a pensare a se stessa come a un'entità separata che lotta per la propria esistenza indipendente contro tutte le altre manifestazioni della Vita Divina. L'uomo, in quanto Sé Superiore, è consapevole della propria natura immortale, dell'unità della vita e dell'essere una sola cosa con essa e conosce il proposito divino nell'evoluzione. Ha memoria di tutte le diverse vite attraverso le quali è transitato nella successione delle personalità, può identificarsi consapevolmente con tutti gli esseri viventi attraverso il veicolo buddhico e, attraverso il veicolo atmico, arrivare alla Coscienza Divina. Gradualmente, con il procedere dell'evoluzione, la conoscenza, la saggezza e il potere, che sono gli attributi della Vita Divina, appaiono nell'Individualità in misura sempre crescente, perché "il suo futuro è il futuro di qualcosa la cui crescita e il cui splendore non hanno limiti".

Ma anche questo Sé Superiore Immortale, che rappresenta l'ele-



mento spirituale nell'uomo, non è l'aspetto più elevato della sua natura. Al suo interno dimora eternamente la Monade, il *Purusha* della filosofia *Sāṃkhya*, l'*Ātmā* del *Vedānta*, quell'Essere misterioso di cui non possiamo formarci alcuna idea sebbene sia il nucleo stesso della nostra complessa costituzione. L'Ego è immortale e, benché abbia una vita incommensurabilmente lunga rispetto alla personalità, essendo venuto all'esistenza in un determinato momento (ovvero con la formazione del corpo causale), dovrà anche cessare di esistere. Ma la Monade trascende il tempo e vive nell'eternità. Essa è una in essenza con il *Logos* Solare, è un raggio del Sole Divino radicato sul piano *Ādī*, ha il suo centro di coscienza sul piano *Anupādaka* e adombra e influenza l'Individualità sul piano atmico. Ciò che appare come evoluzione e sviluppo dell'Individualità nei piani inferiori è, in qualche modo misterioso, eternamente presente all'interno della Monade. Questo è il motivo per cui non ci evolviamo in modo casuale ma diveniamo ciò che già siamo nella nostra natura eterna. Questa idea è stata espressa in modo paradossale nella famosa massima occulta: "Divieni ciò che sei". Ogni Individualità è unica, poiché è il risultato dell'espressione di un archetipo che, in qualche modo incomprensibile all'intelletto umano, esiste all'interno della Monade e si esprime gradualmente in termini di tempo e di spazio nel processo evolutivo. Tutto ciò, naturalmente, appare assurdo al mero intelletto, il quale è un'espressione molto inferiore della Realtà e quindi non può essere in grado di comprendere, senza la luce dell'intuizione, gli aspetti superiori della Verità. Ma nella visione dei piani superiori ciò che appare insensato all'intelletto diviene chiaro come la luce del giorno e i paradossi della vita inferiore si trasformano nelle realtà indivisibili e viventi della vita superiore.

Vediamo così che, sebbene ogni unità individuale di coscienza – chiamata Monade o *Purusha* – sia in ultima analisi semplicemente un centro attraverso il quale la coscienza e la vita del *Logos* trovano espressione sui diversi piani, nel considerare la costituzione totale di tale unità abbiamo a che fare con tre parti chiaramente separate e distinte. Ciascuna componente inferiore è espressione parziale e più limitata di quella immediatamente superiore e il suo scopo nello schema evolutivo è quello di assecondare lo sviluppo di tale componente superiore.

La funzione della personalità nel determinare lo sviluppo dell'In-



dividualità può essere meglio compresa pensando a un albero, che genera ogni anno nuove foglie in primavera e, attraverso queste, assorbe l'anidride carbonica, la assimila e utilizza per la propria crescita. L'albero perde le foglie in autunno ma, prima che ciò avvenga, la linfa arricchita viene immagazzinata al suo interno per essere ridistribuita nelle nuove foglie nella primavera successiva. Anno dopo anno questo processo si ripete e, di conseguenza, l'albero diviene più grande e più robusto. Similmente, l'Individualità assume una nuova serie di corpi nei piani più bassi, facendo emergere una parte di sé nella nuova personalità che viene a formarsi. Quest'ultima vive sulla Terra per il periodo di tempo assegnatole, raccoglie un certo numero di esperienze ma, prima di dissolversi e scomparire, dopo il godimento della Vita Celeste, consegna l'*essenza* delle proprie esperienze all'Individualità, arricchendo così la sua vita e favorendone la crescita. Così, ogni incarnazione successiva ha la funzione di perfezionare le facoltà e i poteri latenti nel *Jīvātmā* e fornisce uno strumento più efficiente per l'espressione della Vita Divina.

In modo simile, ma che possiamo a malapena comprendere, l'Individualità è un'espressione parziale della Monade e supporta il suo sviluppo, sebbene questo termine difficilmente possa dare un'idea del processo sui piani superiori di cui l'evoluzione è un riflesso su quelli inferiori. Non disponiamo di parole atte a esprimere questo processo che si svolge sui piani della Monade e che corrisponde al graduale dispiegamento di tutte le qualità e di tutti i poteri divini nel *Jīvātmā* sui piani atmico, buddhico e manasico superiore. Tuttavia qualcosa di simile, ma di una natura molto più straordinaria, deve aver luogo sul piano della Monade, poiché tutto ciò che avviene sui piani inferiori è un riflesso di qualcosa di molto più grande e meraviglioso in quelli superiori. "Come in alto, così in basso".

Non solo ciò che è inferiore riflette ciò che è superiore, ma anche tutto ciò che accade nei piani più bassi esercita il proprio impatto e la sua influenza su quelli più alti. L'interiore e l'esteriore, il superiore e l'inferiore sembrano agire e reagire l'uno sull'altro per tutto il tempo e la loro interazione determina quel processo che chiamiamo evoluzione o sviluppo.

La comprensione del rapporto esistente tra la personalità e l'In-



dividualità è inoltre in grado di fare luce su alcuni dei problemi fondamentali della vita spirituale. Si vedrà da quanto sopra affermato che, finché la coscienza resta confinata nella sfera della personalità – facendoci identificare con questa entità illusoria che rinasce a ogni incarnazione – noi siamo a tutti gli effetti tale entità e dobbiamo condividerne il destino. Se viviamo soltanto nei nostri pensieri e nelle nostre emozioni, completamente immersi negli interessi temporanei del sé inferiore, con l'inevitabile dissoluzione di questo sé anche noi moriremo. Ma se il nostro centro di coscienza si trasferisce dalla personalità all'Individualità permettendoci di comprendere, non semplicemente di pensare o di sentire, che noi siamo tale entità spirituale, consapevole della propria natura divina, allora la personalità diviene semplicemente un'appendice di noi stessi, come può esserlo l'abito che indossiamo, e ciò che ad essa accade non ci condiziona realmente. Se il nostro abito si logora e si strappa non ci sentiamo turbati, perché possiamo gettarlo e averne un altro; ma se il nostro corpo fisico invecchia ci sentiamo infelici come se tutto fosse finito per noi. Perché? Perché ci identifichiamo con il corpo fisico, anche se a livello mentale possiamo comprendere che si tratta semplicemente di uno strumento.

Quindi il vero problema della vita spirituale è quello di trasferire nell'Individualità il punto focale della coscienza, situato attualmente nella personalità, e di vivere a partire da tale centro, usando la personalità come un mero strumento sui piani inferiori. Se riusciremo a farlo continueremo a operare attraverso il nostro corpo fisico, la nostra mente e le nostre emozioni, consapevoli però in ogni momento di questo dualismo tra il nostro vero Sé e i corpi che usiamo nei vari piani inferiori. La coscienza della nostra natura superiore è presente in ogni istante e, quando usiamo i corpi inferiori, siamo consapevoli di discendere, per così dire, in essi, allo scopo di servircene sul piano corrispondente. Collocare la coscienza nei regni spirituali superiori ci garantisce libertà, immortalità e beatitudine, poiché ci rende indipendenti dalla personalità, soggetta invece a ogni tipo di limitazioni – come quelle del cambiamento, dell'illusione e della morte. L'immortalità e la pace non possono mai essere trovate nella sfera della personalità ed è vano cercarle in tale ambito. Potremmo essere in grado di prolungare per un certo tempo la nostra esistenza fisica o di vivere nel

mondo celestiale per migliaia di anni, ma verrà un momento in cui le cause che abbiamo generato durante l'incarnazione si esauriranno e la personalità si dissolverà, per non tornare mai più ad esistere.

Così il saggio, rendendosi conto di ciò e sapendo di navigare su un vascello destinato un giorno ad affondare, coglie la prima opportunità per raggiungere la terraferma, dalla quale poter osservare con equanimità l'oceano fluttuante dell'esistenza. E questa terraferma è la coscienza spirituale sempre presente in noi, che rappresenta la nostra vera casa. Nei successivi stadi dell'evoluzione il centro della coscienza si sposta ancor più all'interno, stabilizzandosi sul piano della Monade, e qui viene controllato e guidato dalla vita dell'Individualità. Sempre procedendo all'interno, verso il centro che rappresenta la coscienza del *Logos*, l'attenzione si muove attraverso i lunghi eoni del nostro progresso evolutivo, sebbene non possa mai raggiungere quel centro. "Entrerai nella luce, ma non toccherai mai la Fiamma".

È necessario ricordare anche che evoluzione spirituale significa spostare il centro della coscienza verso il centro divino del nostro essere e realizzare in misura sempre crescente la nostra Divinità. Non significa perfezionare la personalità, che per sua stessa natura rimane in gran parte imperfetta e limitata. Lo sviluppo spirituale dell'Individualità si riflette indubbiamente nella personalità, ma solo in misura parziale; le limitazioni inerenti ai piani inferiori, infatti, costituiscono degli ostacoli alla sua piena espressione. È necessario sottolineare questo, a causa della confusione a volte presente in alcuni riguardo a tale argomento.

Capitolo 3

Autocultura – una scienza

Una delle caratteristiche significative dell'epoca attuale è la mancanza di una reale comprensione della natura dell'uomo. Egli sta cercando di conoscere tutto nell'universo: può affermare con certezza di cosa sono composte le stelle, a milioni di chilometri di distanza; conosce dettagliatamente la costituzione di atomi e molecole. Ma di se stesso non sa praticamente nulla, eppure egli si accontenta di vivere la propria vita senza preoccuparsi di conoscere la propria origine e la propria vera natura, perché si trova in questo mondo e dove andrà dopo la morte. È davvero impressionante come la stragrande maggioranza delle persone possa trascorrere la propria esistenza senza porsi queste domande naturali, persino senza prendere atto della loro esistenza.

Un risultato diretto di questa assenza di qualsiasi conoscenza precisa riguardo alla natura dell'uomo e alla sua composizione interiore è la vaghezza delle nostre idee relative al carattere umano, espressione molto approssimativa per indicare le qualità mentali e morali, nonché le idiosincrasie che caratterizzano un individuo. Il vero uomo, con i suoi diversi veicoli di coscienza che soggiacciono al veicolo fisico, resta sconosciuto e ignorato e qualunque aspetto della sua complessa natura che sia in grado di trovare espressione attraverso il mezzo relativamente denso e rigido del veicolo fisico viene considerato come la sua vera natura. Se consideriamo gli esseri umani nel loro insieme, vediamo che in determinate circostanze agiscono in un certo modo. Chiamiamo tutti questi atteggiamenti tipici caratteristiche umane e assegniamo a ciascun modo un nome partico-

lare. Ma sappiamo molto poco sul motivo per cui gli esseri umani assumano tali comportamenti e su come questi diversi elementi del carattere umano si colleghino tra loro. Alcune di queste peculiarità umane sono mere abitudini fisiche, altre sono legate alla nostra natura emotiva o mentale, altre ancora sono chiaramente di natura spirituale. Il termine “carattere” le riassume tutte indistintamente.

Con una tale confusione di idee sull'argomento è quasi impossibile sviluppare una scienza della formazione del carattere. Mediante l'applicazione di taluni metodi empirici, si potrebbero determinare alcuni cambiamenti nel carattere, ma questi sforzi sono destinati ad essere fortuiti e di portata limitata. Per una vera scienza della formazione del carattere dovremmo disporre innanzitutto di una chiara concezione della natura dell'uomo, della sua costituzione complessiva, dei poteri e delle facoltà latenti in lui. Dovremmo quindi conoscere le leggi che governano il funzionamento della coscienza attraverso i differenti veicoli che l'uomo utilizza sui vari piani del sistema solare. Ma una semplice conoscenza di queste leggi non basta. Occorre sviluppare una tecnica elaborata che ci consenta di applicare queste leggi ai vari problemi connessi con l'evoluzione dei veicoli e lo sviluppo della coscienza. E, infine, dovremmo avere un'idea chiara riguardo ai nostri obiettivi, alla meta che dobbiamo raggiungere e alle diverse tappe del cammino che vi conduce. Solo nell'occultismo si possono trovare tutti questi elementi necessari allo sviluppo di una soddisfacente scienza della formazione del carattere.

Cerchiamo di capire cos'è il carattere per l'occultismo. L'intero universo manifestato, secondo la filosofia occulta, è l'espressione della Vita Divina che si costruisce, forma dopo forma, cercando di esprimersi attraverso di queste con perfezione sempre crescente. Tale espressione ha raggiunto il suo apice in quelle unità individualizzate di coscienza rappresentate dagli esseri umani, i cui veicoli offrono un campo per la molteplice espressione degli attributi divini. Se prendiamo in considerazione una di queste unità, riscontriamo la presenza di una costante interazione tra la coscienza e i veicoli attraverso i quali essa opera; tale interazione assume modelli differenti, alcuni comuni a tutti gli esseri umani, altri peculiari di ciascun individuo. I primi sono le caratteristiche umane condivise con cui abbiamo familiarità e

che, insieme alle caratteristiche proprie di ciascun individuo, vanno a costituirne il carattere.

Data la grande diversità di forme che questi modi di espressione assumono nella vita reale è naturale chiedersi se esista una relazione di base tra queste varie caratteristiche umane e, in caso affermativo, quale sia la natura di tale rapporto. Nonostante l'apparente difficoltà nel classificare i diversi elementi del carattere umano, il problema non è arduo come sembra, purché si disponga della chiave di classificazione corretta. Questa si trova nella triplice natura della Vita Divina, una dottrina rintracciabile, sotto l'una o l'altra forma, in pressoché tutte le grandi religioni. Tale triplice natura in relazione alla coscienza dà origine a tre aspetti fondamentali chiamati *Sat*, *Chit*, *Ānanda* e, in riferimento alla materia, a tre qualità fondamentali chiamate *Tamas*, *Rajas* e *Sattva*; la coscienza e la materia sono il risultato della differenziazione primaria dell'Assoluto Immanifesto.

Le triplicità, osservabili ovunque in Natura, sono il risultato del rispecchiarsi sui piani inferiori di queste triplicità fondamentali di coscienza e materia; la grande varietà dei fenomeni è dovuta alle diverse condizioni fornite dai piani successivi e alle innumerevoli permutazioni e combinazioni che generano tali manifestazioni.

Per quanto affascinante appaia questa linea di pensiero, non è possibile approfondirla in questa sede. È importante comprendere che tutte le ben note peculiarità e qualità positive che costituiscono il carattere degli individui sono semplicemente modi di espressione di questi aspetti fondamentali della Natura Divina sui piani inferiori della manifestazione, esattamente come tutti i colori che troviamo in natura, o che vengono preparati artificialmente, sono combinazioni dei tre colori primari: blu, rosso e giallo. Alcuni esempi chiariranno meglio l'idea.

Quando l'aspetto *Sat* della coscienza si riflette nella sfera della personalità, esso può dare origine a un certo numero di qualità che, sebbene esteriormente diverse l'una dall'altra, a un esame più attento rivelano una base comune. Prendiamo, ad esempio, i seguenti tratti caratteriali: coraggio, forza, decisione. Si tratta di qualità che rappresentano semplicemente diversi modi di manifestazione del principio di stabilità implicito nell'aspetto *Sat*. Quando una persona segue una



linea d'azione predeterminata, nonostante i pericoli che la minacciano, si dice che ha coraggio. Essa mostra stabilità malgrado le difficoltà. Quando persegue una linea d'azione prefissata, seppur assalita dalle tentazioni, si dice che ha forza. Sta mostrando stabilità nonostante le tentazioni. Quando si attiene a una linea d'azione prescelta malgrado le alternative che le si aprono dinnanzi, si dice che mostra un carattere deciso. Sta mostrando stabilità a dispetto delle distrazioni mentali. Quindi questi tratti del carattere, esteriormente così diversi, rappresentano in realtà il principio di stabilità che si manifesta in diverse condizioni di vita. La stabilità è un attributo fondamentale della Volontà, che è un riflesso dell'aspetto *Sat* della coscienza.

Le stesse considerazioni valgono per gli altri due. Quando l'aspetto *Ānanda* della coscienza si riflette nella sfera della personalità, esso dà origine alla saggezza. Ora, uno degli attributi fondamentali della saggezza è la percezione dell'unità della vita che si manifesta attraverso tutte le forme. Sui piani superiori dello Spirito questa percezione è diretta e chiara ma nella regione della personalità questa unità viene appena percepita e appare come amore sotto diverse forme. Tutte le qualità come l'affetto, la compassione e la devozione si basano su questa percezione indiretta dell'unità, e le differenze nella forma esteriore sono il risultato delle diverse circostanze in cui si esprime il senso dell'unità. Così, quando sentiamo un'affinità interiore con un altro individuo, sia esso in relazione con noi in questa vita o meno, si dice che nutriamo affetto per lui. Si tratta dell'amore che emerge, suscitato dal legame sviluppato in vite passate in relazioni di vario tipo. Quando vediamo un altro essere umano in una condizione degradata, in cui la vita divina viene sopraffatta dalle debolezze che affliggono il corpo, e il nostro amore si rivolge verso quel fratello caduto, si dice che nutriamo compassione. È l'amore che ci orienta verso coloro che sono deboli e hanno bisogno della nostra partecipazione e del nostro aiuto. Quando vediamo una persona incarnare l'ideale che adoriamo e il nostro amore si rivolge verso di essa, spingendoci a legare la nostra vita alla sua, più completa, si dice che mostriamo devozione. È l'amore profuso a colui che riconosciamo nostro superiore in sapienza, potere o conoscenza. Così vediamo nuovamente che molti elementi del carattere umano non sono altro che riflessi dell'aspetto della coscienza



chiamato *Ānanda* in relazione alle varie condizioni della vita umana.

Quando il terzo aspetto della coscienza si riflette nella sfera della personalità, dà origine alla conoscenza degli oggetti concreti. L'osservazione, la memoria, il ragionamento e le altre funzioni della mente inferiore, a un'attenta analisi, possono essere identificate come meri riflessi dell'aspetto *Chit* della coscienza all'interno di diverse situazioni. Così, ad esempio, quando ci mettiamo in contatto mentale con qualsiasi oggetto a noi estraneo attraverso i nostri sensi fisici, si dice che lo osserviamo. L'osservazione è un aspetto della mente che raccoglie il proprio materiale. Quando sulla mente si imprime un oggetto che possa in seguito essere utilizzato nelle operazioni di questa, entra in gioco la memoria. La memoria è la mente che conserva il proprio materiale per un utilizzo futuro. Quando i vari oggetti che sono stati osservati vengono confrontati e contrapposti tra loro per trarne delle conclusioni, si dice che la mente ragiona. Il ragionamento è la mente che stabilisce relazioni tra gli oggetti osservati e conservati nell'archivio della memoria. Tutte queste facoltà mentali sono connesse in un modo o nell'altro con la conoscenza e derivano dall'aspetto *Chit* della coscienza.

Quanto è stato detto nei paragrafi precedenti mostra come tutte le caratteristiche e facoltà umane che designiamo con nomi diversi siano semplici manifestazioni dei tre aspetti della coscienza in tutte le loro mutazioni e combinazioni. Alcune di queste caratteristiche sono semplici derivati di un aspetto particolare, mentre altre sono derivati complessi di molteplici aspetti, dal momento che le espressioni vengono ulteriormente modificate e complicate dal peculiare carattere dei diversi veicoli, in base alla predominanza in essi degli elementi *sāttvici*, *rājasici* o *tāmasici*. Sarebbe interessante analizzare e ricondurre i ben noti elementi del carattere umano alle loro rispettive origini, dimostrando definitivamente come tutti i fenomeni della vita e del comportamento, apparentemente diversi e complicati, sono generati dalla luce della coscienza divina che si scompone in una miriade di colori attraverso i veicoli dei *Ĵīvātmā*, i quali partecipano allo schema evolutivo.

La suddetta visione della natura delle caratteristiche e delle facoltà umane ci consentirà forse di comprendere, in una certa misura, il carattere umano e di gettare quindi le fondamenta di una vera scienza



della formazione del carattere. Il carattere di un particolare individuo che possiamo vedere in questo momento è l'insieme di tutti i diversi modi in cui la sua coscienza si manifesta attraverso i vari veicoli: fisico, astrale, mentale e spirituale. Questa somma non può che essere una piccola frazione della totalità dei modi di manifestazione possibili per la coscienza divina operante attraverso l'individuo. Man mano che esso evolve, tutte queste possibilità, racchiuse in quel frammento di divinità, passano una ad una dalla latenza alla potenza e il carattere diviene uno strumento più ricco ed efficace della vita divina operante attraverso di lui.

La scienza moderna fornisce una splendida analogia per questa graduale apparizione di qualità a partire da uno stato latente. Se un solido, come un pezzo di metallo, viene progressivamente riscaldato, esso inizia a emettere vibrazioni di frequenze diverse. Quando diventa incandescente, tali vibrazioni possono essere analizzate da uno spettroscopio, grazie al quale è possibile individuare quali vibrazioni sono attive nel corpo incandescente. Man mano che la temperatura del solido aumenta, compare un numero crescente di linee e lo spettro del corpo incandescente si avvicina gradualmente allo spettro del sole, nel quale sono rappresentate tutte le possibili vibrazioni. Le linee o le strisce scure all'interno di tale spettro rappresentano l'assenza di vibrazioni delle frequenze corrispondenti e il numero di tali linee o strisce scure si riduce man mano che la temperatura del solido aumenta e la gamma di vibrazioni si fa sempre più completa.

È abbastanza evidente l'analogia di questo fenomeno con l'evoluzione umana e la progressiva comparsa di tutti i tipi di facoltà e di poteri. Tutti gli attributi della vita divina sono presenti in forma latente in ogni singolo frammento di Divinità rappresentato da un *Jīvātmā*. Man mano che il *Jīvātmā* si evolve, questi attributi vengono manifestati uno dopo l'altro e l'individuo si avvicina gradualmente a quella condizione di relativa perfezione in cui tutti gli attributi sono in piena manifestazione. Quindi il carattere di un individuo è in realtà lo spettro incompleto delle qualità divine che egli mostra nel suo particolare stadio di sviluppo; la luce della coscienza, manifestandosi attraverso i veicoli imperfetti, produce lo spettro parziale. Il carattere di un Essere Perfetto mostra l'intero spettro delle qualità divine



ed è come lo spettro del sole, mentre quello di un comune individuo imperfetto può essere solo come lo spettro creato da un corpo solido incandescente, che mostra alcune linee luminose, corrispondenti alle qualità sviluppate, separate da linee scure, corrispondenti alle qualità non sviluppate. L'occultismo non riconosce l'esistenza di qualità del tutto malvagie. Queste sono le linee o fasce scure dello spettro del carattere, destinate a scomparire nel corso del tempo, man mano che l'individuo evolve e sviluppa le corrispondenti qualità positive.

Da quanto sopra indicato dovrebbe risultare chiaro come la costruzione del nostro carattere, nel senso più ampio del termine, non significa altro che la capacità di far emergere dai recessi nascosti della nostra natura divina tutte le qualità già presenti in forma latente, avvicinando così sempre più la nostra natura imperfetta a quella perfezione divina che contiene tutte queste qualità in una totalità armonica ed equilibrata. Se la formazione del carattere è una scienza, dovrebbe essere possibile attuarla in modo costante e rigoroso. Possiamo applicarla sistematicamente perché sappiamo cosa dobbiamo fare e come, grazie alla conoscenza messa a nostra disposizione dagli adepti dell'occultismo. Possiamo applicarla con rigore scientifico perché questo dispiegamento di qualità è un processo naturale, governato da leggi tanto immutabili e affidabili quanto quelle che governano il mondo fisico.

L'espressione "formazione del carattere" per questo processo di sviluppo interiore non è del tutto appropriata e può dare una percezione doppiamente sbagliata allo studente. In primo luogo, può fargli credere che qualcosa debba essere costruito come un edificio o una macchina, mentre il vero processo consiste nel liberare una realtà interiore già esistente, nella sua pienezza, da qualche parte dentro di noi. Il processo è in realtà il graduale e crescente disvelamento di una vita di infinite possibilità, la progressiva espansione della coscienza che giungerà infine ad abbracciare ogni cosa nell'universo. Ciò che deve essere costruito e sviluppato in questa fase sono i veicoli inferiori, attraverso i quali la vita divina presente in noi trova la propria manifestazione, e non la vita e la sua espressione. In secondo luogo potremmo supporre che il carattere da noi sviluppato circoscriva e restringa la libertà di espressione della Vita. Se la mente viene fatta



operare secondo certi schemi positivi di comportamento, ciò non limita la sua libertà e attività, così come la formazione di talune abitudini fisiche desiderabili e necessarie non condiziona la nostra vita fisica. È la mancanza di *Buddhi* o *Viveka* che ci rende inconsapevoli di tali limitazioni e, conseguentemente, ci fa cadere sotto il loro dominio. Quanto più la nostra natura superiore si sviluppa e assume il controllo dei veicoli inferiori, tanto meno queste abitudini rappresentano degli ostacoli, divenendo innocue. Semplicemente esse permettono all'anima di relegare all'interno del meccanismo della mente inconscia quelle attività fisiche e mentali che altrimenti reclamerebbero la sua attenzione, facendole sprecare invano tempo ed energie. Ciò considerato, possiamo continuare a usare l'espressione "formazione del carattere" per indicare quella trasformazione della nostra natura inferiore che ci permette di esprimere la nostra parte spirituale in misura sempre più significativa.

Il problema dello sviluppo di un carattere perfetto riguarda principalmente lo studio di tutti i nostri veicoli e delle loro funzioni al fine di assumere le misure necessarie per perfezionarli. Non è possibile farlo basandosi sulle conoscenze attualmente disponibili nella scienza, nella filosofia o nella religione. In nessuno di questi ambiti troviamo gli elementi necessari per dar vita a una scienza della formazione del carattere. Il sapere indispensabile alla creazione di una tale scienza è proprio solo dell'occultismo, i cui adepti hanno sperimentato per secoli in questa direzione, giungendo a sviluppare una tecnica efficace. Nei capitoli successivi si tenterà di studiare, uno ad uno, i diversi veicoli dell'uomo, di trattare le loro rispettive funzioni, per quanto possano essere comprese sui piani inferiori in cui ci troviamo, e infine di mostrare i passaggi preliminari attraverso i quali queste funzioni possono essere migliorate. Solo in questo modo è possibile esaminare sistematicamente il problema dell'autocultura.

Un simile lavoro di formazione del nostro carattere non solo deve essere tentato in modo sistematico, ma anche con spirito scientifico. Ciò ha un duplice significato. In primo luogo, dovremmo adottare un'attitudine scientifica nei confronti dell'intero problema. Ciò implica la necessità di renderci chiaramente conto che nel trattare tutti questi veicoli stiamo operando in una sfera di leggi naturali, tanto



affidabili quanto le leggi del mondo fisico su cui è stata edificata l'intera struttura della scienza moderna. Occorre sottolineare questo fatto, poiché esiste un generale malinteso relativo a tutti gli aspetti della vita che non rientrano nel dominio fisico. L'uomo comune, e persino i pensatori e gli scienziati più avanzati, generalmente possiedono nozioni molto singolari in relazione a tutti gli aspetti di ordine mentale o morale. Essi danno per scontato che ogni cosa nel mondo fisico avvenga secondo leggi naturali immutabili, ma nella sfera della nostra vita mentale o morale nulla è considerato come definito e certo e sono pochissime le persone che prendono seriamente in considerazione le cosiddette leggi mentali e morali. Ciò equivale in realtà a supporre che una parte dell'universo sia un cosmo, mentre il resto rappresenti un caos; ma l'assurdità di un simile atteggiamento non viene generalmente compresa da chi è troppo assorbito dal mondo fisico per vedere qualcosa che si situi oltre tale ambito.

Esiste un criterio in base al quale possiamo giudicare se siamo fermamente radicati nella nostra fede nelle leggi della vita interiore. Il mancato ottenimento dei risultati ambiti negli esperimenti che stiamo conducendo nella nostra vita interiore ci deprime e ci fa dubitare della validità delle suddette leggi? Oppure consideriamo tale fallimento solo come una conseguenza del fatto che non abbiamo soddisfatto tutte le condizioni necessarie per il successo? Molte persone che si dedicano all'autocultura, iniziando a lavorare sui propri pensieri e sulle proprie idee, si sentono scoraggiate perché non raggiungono rapidamente i risultati attesi; alcune arrivano persino a rinunciare a qualunque sforzo in questa direzione, ritenendo che non vi sia nulla di certo in questo campo dell'attività umana. Un tale atteggiamento è decisamente antiscientifico ed evidenzia l'incomprensione delle basi stesse dell'autocultura.

L'atteggiamento scientifico verso questi problemi implica anche il non considerare i fenomeni della vita superiore come qualcosa di misterioso. Senza dubbio è necessario avvicinarsi a questi regni superiori dell'invisibile con uno spirito di riverenza, ma ciò non dovrebbe farci dimenticare che essi sono soggetti alle leggi naturali delle loro rispettive sfere e che i loro segreti possono essere carpiri solo con la sperimentazione e l'uso corretto delle leggi in essi operanti. Tutti i fatti



e le leggi che costituiscono nel loro complesso l'occultismo non sono stati scoperti mediante qualche misterioso processo, ma attraverso la sperimentazione supportata dalle facoltà e dai poteri sovrasensibili. Essi sono stati verificati ripetutamente dagli studenti e dagli adepti dell'occultismo che hanno percorso questo sentiero di sviluppo interiore, convalidando le sue leggi come assolutamente affidabili in ogni condizione. Così, quando uno studente entra nel vasto e affascinante campo della propria natura interiore e si impegna a derivarne ogni genere di facoltà e di capacità straordinarie, egli dovrebbe capire che gli è possibile ottenere tutto ciò che desidera, purché possieda la chiave della conoscenza e la volontà di perseverare a dispetto di tutte le difficoltà che è destinato a incontrare. Ma la mera conoscenza teorica non è sufficiente. Egli deve sperimentare, verificare e acquisire in prima persona una conoscenza diretta delle leggi della vita interiore, sviluppando una tecnica per la loro effettiva applicazione. Solo in questo modo potrà avanzare costantemente nella conoscenza della propria insondabile natura e dell'universo esteriore in cui vive.

Tuttavia il fatto che i fenomeni della mente siano soggetti a leggi naturali non significa che possiamo ottenere risultati altrettanto rapidamente e nello stesso modo in cui ciò avviene per i fenomeni fisici o meccanici. Gli esiti degli esperimenti condotti nella meccanica, nella chimica o nella fisica appaiono immediatamente, poiché in essi non è coinvolto alcun processo vitale. Laddove siano interessati processi vitali, il fenomeno non solo si presenta molto più complesso, ma i risultati vengono ottenuti dopo un tempo relativamente molto più lungo. Nel caso dei fenomeni biologici, l'esito richiede molto più tempo ed esso non è raggiunto con la stessa certezza che accompagna i fenomeni meccanici. A causa della complessità del processo, è molto più facile che taluni fattori vengano trascurati o ignorati e ciò spiega il fallimento. Non appena questo aspetto viene risolto, i risultati appaiono come previsto. Non intendiamo affermare che la biologia non sia una scienza a causa di tale scarto temporale o di tale incertezza. Essa conserva comunque il suo carattere scientifico, perché il risultato dipende in ultima analisi dalle leggi naturali, per quanto lungo e complesso possa presentarsi il processo. Similmente, nel caso dei fenomeni mentali e spirituali, lo scarto temporale o l'incapacità di ottenere un



risultato in determinate condizioni non indicano l'assenza di leggi immutabili operanti in queste sfere. Semplicemente le condizioni sono diverse e più complesse, e necessitano di un adattamento molto più intelligente di tutte quelle che garantiscono il successo. Non pensiamo quindi che, essendo il campo dell'autocultura governato da leggi naturali, il nostro compito sia simile a quello che consiste nell'assemblare le parti di un'automobile in base a uno schema e nel servircene per guidare, come ogni giorno, verso la nostra destinazione. L'argomento è irto di ogni tipo di difficoltà e complicazioni, che richiedono una gestione attenta e uno sforzo paziente e prolungato. Ma i risultati sono basati su leggi naturali, pertanto il nostro successo finale è certo. Solo in questo senso l'autocultura (o Yoga), è una scienza.

L'obiettivo dell'autocultura è già stato descritto in un precedente capitolo. Essenzialmente significa vivere una vita di perfetta libertà, in cosciente unità con lo Spirito Divino, ed esercitare con maestria i poteri e le facoltà appartenenti a tutti i piani nell'esecuzione della Volontà Divina. Si tratta comunque di una meta che un aspirante può raggiungere solo dopo numerose vite di sforzo intenso. Ma allora, l'autocultura non ha nulla da offrire nell'immediato presente e dobbiamo intraprendere questo lungo e arduo viaggio solo nella speranza di divenire perfetti e illuminati in qualche vita futura? Decisamente no. Anche un piccolo progresso realizzato in questo campo sarà di grande vantaggio per lo studente, perché lo libererà dalla maggior parte delle ansie e delle miserie della vita. Il lettore immagini, per un momento, come sarebbe la propria vita se egli fosse in grado di acquisire il controllo sul proprio corpo fisico, sulle emozioni e sui pensieri e se potesse regolarne le attività in base ai dettami della propria ragione e del suo giudizio superiore. Immagini di non avere alcun attaccamento fisico, alcun disturbo emotivo e di essere libero dai timori e dalle ansie di una mente turbata e tormentata, trascorrendo un'esistenza perfettamente serena, facendo affidamento sulle proprie risorse interiori per quella forza e felicità che la gente comune cerca, invano, nel mondo esterno. E nel mezzo di questa vita calma e controllata immagini di sforzarsi costantemente e con zelo per ottenere l'obiettivo finale, il raggiungimento dell'illuminazione. Questo è uno stato per cui vale la pena impegnarsi ed esso può essere acquisito in questa esi-



stenza, a condizione che la trasformazione della propria vita interiore sia affrontata con serietà e determinazione. Il tempo impiegato per raggiungere la meta finale dipenderà naturalmente dagli sforzi compiuti in tale direzione nelle sue vite passate, dal suo stadio evolutivo e dal *karma* che l'accompagna, ma nulla può impedirgli di acquisire uno stato di equilibrio mentale, di calma e di pace in questa vita, supposto che si impegni con serietà.

L'autocultura, quindi, trasmette un messaggio di speranza e di incoraggiamento verso una vita felice per tutti e chiunque inizi il proprio cammino con il giusto impegno sarà in grado di ottenerne fin da subito i benefici. Al sopraggiungere della morte, l'uomo saprà di aver gettato le fondamenta di una vita illuminata e libera, di aver compiuto alcuni passi sul cammino che conduce alla sua meta e di poter, nella sua prossima esistenza, riprendere quest'opera affascinante nel punto in cui l'ha lasciata.

PARTE SECONDA

AUTODISCIPLINA E AUTOCULTURA



Capitolo 4

Le funzioni del corpo fisico

In uno dei capitoli precedenti è stata offerta una panoramica dell'intero problema dell'autocultura ed è stato sottolineato come la questione consista in parte nel perfezionamento dei diversi veicoli della coscienza che il *Jīvātmā* utilizza sui differenti piani. Il più esterno e il più denso di questi veicoli è il corpo fisico, quello con cui abbiamo maggiore familiarità e con cui interagiamo maggiormente finché la nostra vita resta confinata sul piano fisico. Questo corpo è il primo che prenderemo in considerazione. Procedere dal noto all'ignoto rappresenta sempre il metodo naturale, e quindi corretto, per approcciare qualsiasi argomento e questa linea di condotta è indicata anche dal fatto che, nel normale corso dell'evoluzione dei nostri corpi, il fisico è il primo a essere organizzato e perfezionato. La natura, generalmente, parte dalla base e procede, passo dopo passo, verso la cima.

In India, nella mente dell'aspirante medio c'è una confusione ampiamente diffusa riguardo la funzione del corpo fisico e il metodo appropriato per relazionarvi. Mentre alcuni aspiranti prestano eccessiva attenzione ai problemi a esso connessi, preoccupandosi in larga misura di aspetti non essenziali, altri lo trascurano totalmente, basandosi sull'idea errata che la vita inferiore sul piano fisico sia *Māyā* e che il modo in cui si vive su questo piano e in cui si tratta il corpo fisico non abbiano importanza. L'atteggiamento corretto da adottare è quello di considerare il corpo fisico come uno strumento dell'anima, attraverso il quale essa opera sul piano fisico. Si tratta di uno strumento vivente, con caratteristiche proprie ben definite e non di una mac-

china inanimata. Uno strumento che utilizziamo per lavori di ogni tipo dovrebbe essere mantenuto in perfetto ordine, nonché trattato e sviluppato in modo tale da poter svolgere le sue specifiche funzioni con il massimo grado di efficienza. Un musicista che trascura il proprio violino e non si cura di accordarlo è tanto stolto quanto colui che si preoccupa esageratamente del proprio strumento, sprecando tempo ed energia nell'abbellirlo.

Prima di prendere in considerazione i metodi utilizzati per controllare e purificare il corpo fisico al fine di renderlo uno strumento sensibile e resistente per il lavoro del *Jīvātmā*, è necessario comprendere la natura e le funzioni di questo strumento. Un addestratore di cavalli conosce molto bene la natura di questi animali e ciò gli consente di tenerli facilmente sotto controllo e di domarli per il lavoro ordinario. Un insegnante dovrebbe conoscere a fondo la natura di un bambino, se vuole orientare correttamente le sue facoltà nascenti. Occorre quindi conoscere e comprendere adeguatamente il nostro corpo fisico, se desideriamo disporre di uno strumento efficiente che sia completamente sotto il nostro controllo.

A questo scopo è necessario possedere i primi rudimenti della sua costituzione e della sua anatomia interna. Qualunque manuale elementare di fisiologia offre le nozioni base della sua intima struttura, eliminando così molti dei convincimenti sbagliati comunemente sostenuti riguardo al suo funzionamento. Molte persone, colte e di buon senso, non conoscono neppure gli aspetti più elementari del proprio corpo e, se si chiedesse loro da che parte è situato il fegato, non saprebbero affermarlo con certezza. Esse possono fornire informazioni corrette sulla costituzione del sole, sugli elementi che lo compongono, sapere tutto del motore di un'automobile, ma ignorano completamente il proprio corpo fisico, attraverso il quale operano durante la vita terrena. È triste constatare la situazione in cui versa il nostro sistema educativo, che si premura di riempirci la testa con ogni tipo di informazioni concernenti il non essenziale, mentre ignora quasi completamente gli aspetti che più contano nella vita.

L'acquisizione della conoscenza della struttura interna del corpo fisico ci permette di oggettivarlo più facilmente, ossia di vederlo come qualcosa di diverso da noi stessi, come uno strumento. Conoscendo

esclusivamente l'aspetto esteriore del corpo siamo più inclini a identificarci con esso rispetto a quando lo vediamo invece com'è in realtà: una complicata macchina vivente, più elaborata nel suo funzionamento di alcuni moderni impianti industriali.

Il passo successivo è quello di comprendere chiaramente la funzione del corpo fisico, lo strumento per mezzo del quale il *Jīvātmā* entra in contatto con il piano fisico. Lentamente, attraverso lunghi processi di evoluzione, questo strumento è stato sviluppato e perfezionato dai diversi agenti divini operanti nel sistema solare consentendo al *Jīvātmā*, da un lato di entrare in contatto con gli oggetti e i fenomeni di questo piano, dall'altro di influenzarli e di determinarne i cambiamenti. Con l'aiuto dei cinque organi di senso, in sanscrito *Jñānendriyas*, sviluppatasi lentamente durante l'evoluzione del corpo fisico, l'anima acquisisce la conoscenza del piano fisico e, attraverso gli organi di azione, chiamati *Karmendriyas*, produce cambiamenti nel mondo esterno. Questi organi si sono sviluppati uno dopo l'altro nel corso dell'evoluzione del corpo fisico.

Ciascuno può verificare, con un semplice esperimento, quanto dipendiamo da questi organi di senso per la nostra conoscenza del mondo fisico. Se chiudiamo, per quanto possibile, le porte dei cinque sensi, una dopo l'altra, ci accorgeremo che il contatto con il mondo fisico diviene sempre più limitato, fino a che, quando tutte e cinque le vie saranno sigillate, ci ritroveremo completamente sradicati da quello e tutto ciò che rimarrà saranno le immagini mentali o il ricordo delle esperienze passate, acquisite attraverso il contatto con il mondo fisico stesso.

Considerato sotto questa luce, il corpo fisico non è altro che uno strumento mobile che riunisce in sé le funzioni di un apparecchio trasmittente e ricevente senza fili. Esso raccoglie dal mondo fisico le vibrazioni di luce, suono, ecc. attraverso gli organi di senso e le trasporta verso l'interno, rendendo così possibile al *Jīvātmā* la conoscenza dei vari oggetti della realtà fisica. Dal *Jīvātmā*, che dimora al suo interno, il corpo riceve impulsi motori e pensieri che, attraverso gli organi di azione, esso trasmette al mondo esterno. Portiamo con noi, ovunque andiamo, questo strumento mobile e ci mettiamo in contatto con le diverse parti del mondo fisico secondo i bisogni. La nostra consuetudine a identificarci con il corpo fisico è talmente radicata che se,



invece di affermare “sto svolgendo questa azione”, “sto recandomi in quel luogo”, usassimo un linguaggio più conforme alla realtà dicendo “sto facendo svolgere questa azione al mio corpo fisico”, “sto portando in quel luogo il mio corpo fisico”, ciò suonerebbe strano alle nostre orecchie.

Veniamo ora a un importantissimo contributo fornito dall'occultismo alla comprensione della costituzione del corpo fisico. I nostri scienziati moderni, dopo due secoli di costante ricerca dedicata all'analisi del corpo fisico, hanno ricavato informazioni molto dettagliate sul suo meccanismo. Ogni muscolo, osso, nervo, arteria è stato accuratamente studiato e catalogato; si è scoperto come si svolgono i diversi processi metabolici ma, nonostante questa enorme quantità di lavoro, è completamente sfuggita, a causa della diffusa prospettiva materialistica, più della metà del corpo fisico, ovvero il doppio eterico, così chiamato nella letteratura occulta, o *pranamāyā-kosha* nella terminologia del *Vedānta*. Il corpo fisico denso, o *annamāyā-kosha*, che gli scienziati hanno studiato e che possiamo vedere con i nostri occhi, è composto da materia appartenente ai tre sottopiani inferiori del piano fisico: materia solida, liquida e gassosa. Oltre a questi tre sottopiani, sul piano fisico, esistono altri quattro sottopiani, più sottili e compenetranti la materia solida, liquida e gassosa, di cui gli scienziati attualmente non hanno alcuna conoscenza. La materia appartenente a questi quattro gradi più sottili entra nella composizione di una controparte più sensibile del corpo fisico, il doppio eterico: eterico perché questi quattro gradi più fini della materia sono indicati come eterici, e doppio perché questo veicolo più sottile è l'esatta controparte del corpo fisico denso, sebbene sporga da quest'ultimo di quasi otto centimetri (per la precisione 7,62 cm) su ogni lato. Il doppio eterico non dovrebbe essere considerato come un veicolo separato della coscienza ma come un complemento del corpo denso, insieme al quale forma l'intero corpo fisico.

Il doppio eterico serve da veicolo del *Prāṇa*, l'energia specializzata che nelle sue diverse variazioni mantiene e regola le attività del corpo fisico. Questa energia è ottenuta dal Sole e suddivisa, nelle sue molteplici componenti, dal *chakra* situato vicino alla milza, da cui le diverse correnti di *Prāṇa* vengono distribuite nelle varie parti del corpo, lungo



canali definiti, per svolgere il proprio specifico lavoro in ciascuna area. È questa vitalità, ottenuta a partire dal Sole e specializzata per il suo utilizzo da parte del doppio eterico, a essere la fonte di tutte quelle forze vitali necessarie per il mantenimento del corpo fisico. La scienza si inganna quando considera il cibo come la fonte di questa energia, costruendo sulla base di tale presupposto la scienza erronea della nutrizione e della medicina. Cibo e bevande sono necessari al corpo fisico per la riparazione dei tessuti, per produrre calore e per altri scopi, ma non per fornire vitalità. È necessario tenerlo presente perché le nostre idee errate sulla funzione del cibo generano nella mente paure e dubbi infondati e rendono difficoltoso il controllo della cattiva abitudine di mangiare eccessivamente, comportamento responsabile di un gran numero di malattie. Non è necessario scendere in ulteriori dettagli su questo interessante argomento, dal momento che nella letteratura occulta diversi libri forniscono tutte le informazioni necessarie.

Occupandoci della costituzione del corpo fisico è necessario anche far riferimento alle funzioni di taluni organi e centri di cui spesso si fa menzione nella letteratura occulta in relazione a questo corpo. Tali organi svolgono un ruolo sempre più importante negli ultimi stadi dell'evoluzione umana, quando la comunicazione tra la coscienza inferiore e quella superiore diviene sempre più marcata e il corpo fisico assume il ruolo di mero strumento del Sé Superiore.

Prendiamo in considerazione due organi ben noti, la ghiandola pineale e il corpo pituitario, situati all'interno del cervello, sulle cui reali funzioni i fisiologi conoscono ben poco. I biologi ritengono rudimentali entrambi questi organi, che avrebbero svolto il loro ruolo nelle precedenti fasi dell'evoluzione, mentre in quella attuale assumerebbero un peso minore, consistente nel fornire alcune secrezioni a supporto della crescita e del mantenimento del corpo fisico. La vera funzione di questi organi, che saranno della massima importanza nelle fasi future dell'evoluzione umana, è nota solo agli occultisti. Il corpo pituitario è l'organo che funge da valvola per la trasmissione al cervello fisico delle vibrazioni appartenenti ai piani di *Buddhi* e della Mente Superiore e la sua vivificazione fa parte della formazione che ogni studente avanzato di occultismo pratico deve svolgere. La ghiandola pineale è l'organo di trasferimento del pensiero e la sua vivificazione



consente a un uomo di inviare qualsiasi pensiero dal proprio cervello a quello di un altro.

E ora qualche cenno alla funzione dei *chakra*, dei quali si trovano molti riferimenti nella letteratura che si occupa dello Yoga. Quando il doppio eterico viene esaminato attraverso la visione chiaroveggente, è possibile notare chiaramente in diversi suoi punti dei vortici, all'interno dei quali la materia turbinava con grande rapidità. Questi vortici hanno un aspetto luminoso e sembrano essere divisi in vari segmenti colorati, chiamati petali; nella terminologia dello Yoga essi vengono denominati *chakra* e servono come punti di contatto tra il veicolo fisico e quello astrale. In questi punti diversi tipi di forze passano dall'astrale nel corpo fisico e il particolare movimento rotatorio è dovuto a questo rapido afflusso di forze che scaturiscono da una dimensione superiore. I *chakra* svolgono diverse funzioni; una delle più importanti è quella di servire da ponte per la coscienza, poiché la loro vivificazione ci permette di stabilire una comunicazione diretta tra il piano fisico e quello astrale. Quando i *chakra* vengono vivificati e attivati si sviluppa la chiaroveggenza astrale, che permette di trasferire nel cervello un ricordo chiaro e corretto di tutte le esperienze avvenute sul piano astrale. Allora, a tutti gli effetti, i due piani divengono uno e formano parte della coscienza di veglia.

La vivificazione dei *chakra* avviene con l'aiuto di *Kundalinī*, quella forza misteriosa che risiede alla base della spina dorsale e svolge un ruolo importante nella pratica dello Yoga. Attraverso alcune tecniche e pratiche yogiche, che non dovrebbero mai essere tentate se non sotto la guida diretta di un maestro competente, questa forza viene risvegliata e fatta risalire attraverso la *sushumna*, termine che designa il passaggio situato all'interno della colonna vertebrale. Quando *Kundalinī* passa attraverso i *chakra*, uno dopo l'altro, li vivifica e permette al candidato di entrare in contatto con il piano astrale. Tutte queste pratiche vengono intraprese negli ultimi stadi del sentiero del discepolato che conduce all'Illuminazione e nessun novizio può cimentarsi, se non con grave pericolo per il proprio corpo fisico.



Capitolo 5

Controllo, purificazione e sensibilizzazione del corpo fisico

Nel trattare la costituzione e le funzioni del corpo fisico, nel precedente capitolo, è stato sottolineato come la sua funzione principale sia quella di servire da strumento all'anima per operare sul piano fisico. Ne consegue che, se percorriamo il Sentiero che conduce alla perfezione, è necessario preparare e sviluppare questo corpo in maniera da renderlo in grado di svolgere questa funzione nel modo più perfetto possibile. Anche se alcune limitazioni insite nella natura del piano fisico non possono essere superate, pur restando entro tali limiti, il corpo può essere portato a uno stadio di efficienza e di perfezione molto più elevato di quello attuale, come strumento dell'anima. Si dice che in un lontano futuro, quando la materia del piano fisico sarà più evoluta, i corpi fisici allora esistenti saranno molto più adatti a rispondere alle vibrazioni provenienti dai piani superiori e l'Uomo Perfetto di quei giorni potrà far discendere in misura più significativa la propria divinità nella coscienza fisica rispetto a quanto è in grado di fare oggi. Ma ciò non deve in alcun modo scoraggiarci. Entro i limiti in cui operiamo esistono comunque ampie possibilità di progresso e di avanzamento e tutto ciò che ci si può aspettare da noi è la capacità di utilizzare al meglio il materiale di cui, adesso, disponiamo.

Nel trattare la costituzione e le funzioni del corpo fisico, nel precedente capitolo, è stato sottolineato come la sua funzione principale sia quella di servire da strumento all'anima per operare sul piano fisico. Ne consegue che, se percorriamo il Sentiero che conduce alla perfezione, è necessario preparare e sviluppare questo corpo in ma-



niera da renderlo in grado di svolgere questa funzione nel modo più perfetto possibile. Anche se alcune limitazioni insite nella natura del piano fisico non possono essere superate, pur restando entro tali limiti il corpo può essere portato a uno stadio di efficienza e di perfezione molto più elevato di quello attuale, come strumento dell'anima. Si dice che in un lontano futuro, quando la materia del piano fisico sarà più evoluta, i corpi fisici allora esistenti saranno molto più adatti a rispondere alle vibrazioni provenienti dai piani superiori e l'Uomo Perfetto di quei giorni potrà far discendere in misura più significativa la propria divinità nella coscienza fisica rispetto a quanto è in grado di fare oggi. Ma ciò non deve in alcun modo scoraggiarci. Entro i limiti in cui operiamo esistono comunque ampie possibilità di progresso e di avanzamento e tutto ciò che ci si può aspettare da noi è la capacità di utilizzare al meglio il materiale di cui, adesso, disponiamo.

Abbiamo indicato in precedenza che l'oggetto di questo libro non è l'autocultura in generale ma il suo perseguimento in vista di uno scopo definito: l'autorealizzazione. Ciò può restringere la portata dell'argomento, ma probabilmente aumenterà l'utilità e l'efficienza della trattazione.

Il problema iniziale da affrontare nello studio del corpo fisico è come porlo sotto il nostro controllo, perché altrimenti non è possibile né purificarlo né renderlo sufficientemente sensibile nella sua risposta alle sottili vibrazioni che provengono dall'interno. Ricordiamo che il corpo fisico è uno strumento vivente, non uno strumento inanimato come un'automobile o un violino, che obbedisce unicamente alle leggi della fisica e della chimica. Esso ha in sé qualcosa che potremmo definire semi-coscienza, nonché abitudini fisse, idiosincrasie e qualcosa che corrisponde alla nostra volontà, che gli permette di opporre resistenza, come in effetti accade, ai nostri tentativi di cambiarle. Tutti noi abbiamo probabilmente sperimentato questa resistenza del corpo fisico, se mai ci è capitato di provare a cambiare le nostre abitudini fisiche e il nostro modo di vivere. La maggior parte delle difficoltà riscontrate comunque non è imputabile al corpo fisico, ma a quello del desiderio e a quello mentale, poiché in genere il primo è solo lo strumento attraverso il quale gli altri due cercano di ottenere ciò che vogliono. Tuttavia, mettendo da parte i fattori originati dai nostri



desideri e dalla nostra natura mentale, qualcosa scaturisce dalla componente fisica del nostro essere e il corpo fisico è una realtà con cui dobbiamo fare i conti, se desideriamo acquisire il dominio sulla nostra natura inferiore.

Il primo passo per portare il corpo fisico sotto il nostro controllo è quello di separarci coscientemente da esso comprendendo, il più pienamente possibile, che ne siamo distinti e padroni. Quando abbiamo parlato della necessità di acquisire la conoscenza del corpo fisico, abbiamo sottolineato come uno dei risultati di tale conoscenza sia quello di renderci capaci, in una certa misura, di separarci mentalmente da esso, ossia di oggettivarlo, secondo la terminologia tecnica. Questo potere di oggettivazione e dissociazione del corpo da noi stessi dovrebbe essere diligentemente sviluppato con un corso di formazione rapido, finché non diveniamo pienamente consapevoli di questo dualismo e non ci identifichiamo con il corpo più di quanto facciamo con il cavallo che cavalciamo per svolgere il nostro lavoro; lo nutriamo adeguatamente, lo manteniamo in forma e possiamo perfino permettergli di assecondare i suoi capricci innocenti, ma non gli consentiamo di interferire con il nostro lavoro e lo obblighiamo sempre a fare quanto necessario. Il nostro atteggiamento nei confronti del corpo fisico dovrebbe essere analogo: dobbiamo riconoscerlo come un essere vivente con i suoi capricci e le sue idiosincrasie, il suo naturale desiderio di sentirsi a proprio agio e di evitare tutto ciò cui non è abituato. Ma questo atteggiamento non si acquisisce semplicemente pensandoci, è il risultato di una disciplina persistente e severa cui sottoporre il corpo fisico. Senza di essa non è possibile sviluppare la capacità di dissociarsi dal corpo e, anche se non ce ne accorgiamo, continueremo a esserne schiavi. Ciò tuttavia non significa spingersi all'estremo e torturare il corpo, sottoponendolo a inutili sforzi come fanno alcuni incauti fachiri e alcuni religiosi. Questi metodi estremi sono completamente errati e la *Bhagavad-Gītā*, così come del resto tutti i grandi Maestri, ci hanno messo in guardia contro di essi. Si tratta semplicemente di applicare una costante pressione della volontà nel cambiare le sue abitudini errate, usando pazienza e buon senso nel gestirlo. Lo scopo di *tapas* o delle limitazioni di vario genere, praticate con intelligenza, è quello di acquisire tale tipo di controllo sul corpo fisico, facendolo divenire un



servitore obbediente dell'anima, capace di svolgere in modo efficiente e senza resistenza tutto ciò che gli viene richiesto. Ogni *sādhaka*, o aspirante, può sviluppare i propri metodi a tal riguardo, poiché i bisogni di ognuno sono diversi e ciò che è imprescindibile per un individuo può non esserlo per un altro.

Supponiamo di aver raggiunto il controllo necessario sul corpo fisico e di poterne fare ciò che vogliamo; qual è dunque il prossimo passo? Dobbiamo purificarlo. Cosa intendiamo con questo termine? La purezza, non solo in rapporto all'ambito fisico ma anche in relazione ai nostri veicoli emotivi e mentali, significa la preponderanza nel nostro veicolo di quei componenti, di quelle combinazioni di materia capaci di rispondere facilmente alle vibrazioni più elevate e di restare nel contempo insensibili a quelle inferiori. Su tutti i piani le combinazioni di materia sono nettamente correlate a specifici poteri vibratori, cosicché un particolare grado di materia può rispondere solo entro certi limiti vibratori e non al di fuori di essi. Conosciamo abbastanza bene questo fenomeno nella scienza e dobbiamo semplicemente applicare il principio in modo più generale alla materia presente nei nostri vari veicoli. Da questa corrispondenza tra materia e vibrazione deriva il fatto che la capacità vibratoria del nostro corpo nel suo insieme, restringendo per ora l'esame al corpo fisico, è determinata e limitata dalla qualità e dalla proporzione dei vari gradi di materia in esso presente. Un corpo composto prevalentemente dalle combinazioni più sottili sarà in grado di rispondere facilmente alle vibrazioni superiori e resterà più o meno impermeabile a quelle inferiori, mentre un corpo composto prevalentemente dalle combinazioni più grossolane risponderà istantaneamente ai pensieri e alle emozioni inferiori e non sarà in grado di cogliere ciò che appartiene ai livelli più sottili.

Purificazione, pertanto, significa aumentare la proporzione, nel corpo, dei tipi più sottili di materia con la graduale eliminazione, o almeno diminuzione, dei componenti più grossolani. Vale inoltre la pena ricordare che, quando utilizza il corpo fisico, l'anima agisce attraverso il sistema nervoso. Tutto il corpo è il suo strumento, in un certo senso, ma il sistema nervoso rappresenta lo speciale mezzo attraverso cui le emozioni, i pensieri e altre energie superiori dell'anima trovano espressione sul piano fisico e appaiono nella coscienza fisica.



Tutto il corpo, con il suo complicato meccanismo, alimenta e ordina il sistema nervoso e nulla ostacola maggiormente il funzionamento dell'anima nel corpo che i disturbi del sistema nervoso. Un coagulo nel cervello può paralizzare completamente il corpo e interrompere tutto il lavoro che l'anima compie per suo tramite. Il sistema nervoso, che attraverso le vibrazioni delle proprie particelle produce i fenomeni della coscienza, dipende dal corpo tutto intero per il suo sostentamento; così, dalla qualità del corpo fisico dipende la qualità del sistema nervoso e, di conseguenza, la sua capacità di rispondere a diversi tipi di vibrazioni.

Il corpo fisico si forma a partire dal cibo e dalle bevande che assumiamo e naturalmente la qualità dei suoi costituenti dipenderà, in larga misura, dalla qualità di tali apporti. La conoscenza della natura dei diversi tipi di alimenti e l'esperienza pratica hanno permesso agli occultisti di ripartire i cibi in diverse categorie, in base alla loro influenza sulla capacità vibratoria del corpo nel suo insieme. La classificazione più familiare è quella che distingue gli alimenti in tre gruppi: tāmāsici, rājasici e sātṭvici. I cibi tāmāsici sono quelli che promuovono l'inerzia, i rājasici producono attività, mentre i sātṭvici generano armonia e ritmo. È all'interno di quest'ultimo che l'aspirante alla conoscenza spirituale deve scegliere in prevalenza il proprio nutrimento.

Occorre segnalare che questo principio di scelta degli alimenti può essere applicato all'estremo e nel modo più stolto e abitudinario. Alcuni indu fanno di esso un feticcio ed è patetico vedere come queste persone riducano la propria religione e i propri sforzi per spiritualizzare l'esistenza alla sola sfera culinaria. La purezza del corpo è solo un mezzo per raggiungere un fine e da sola non può portare alla spiritualità più di quanto un buon violino di per sé possa produrre buona musica. Se la purezza non viene associata ad altre condizioni, nello svolgimento della vita spirituale, essa è quasi del tutto priva di significato.

Dopo la purificazione, la salute rappresenta il requisito più importante. La vera salute consiste nel funzionamento armonioso di tutti gli organi vitali del corpo fisico. Ciò non solo produce una sensazione di benessere, ma fornisce anche la capacità di impegnarsi in un'attività fisica e mentale prolungata senza stancarsi. Un individuo che gode



di ottima salute difficilmente è consapevole del proprio corpo fisico, mentre una persona che soffre di malanni cronici lo è sempre. Dal momento che la malattia provoca una costante distrazione della mente, essa è considerata un ostacolo sul sentiero dello Yoga e deve essere sistematicamente superata da coloro che si preparano a intraprendere questo percorso. In molti casi la malattia è il risultato di disarmonie interiori e della mancanza di autocontrollo e scompare quando questi aspetti vengono rimossi. Ma vi sono casi che dipendono da cause karmiche e la persona continua a soffrire di problemi di salute, nonostante l'autodisciplina e morigeratezza nella sua vita fisica. In tale circostanza l'aspirante dovrebbe attraversare questa fase con serenità, ma mantenendo risolutamente un atteggiamento corretto e una rigorosa disciplina fisica. Il periodo di cattiva salute finirà prima o poi e quando ciò avverrà la persona avrà gettato le basi corrette per una futura vita corporea sana.

Abbiamo visto che la purezza del corpo fisico da sola non è sufficiente. È necessario qualcos'altro per consentire al corpo, e in particolare al sistema nervoso, di rispondere alle vibrazioni e alle energie più elevate: questa qualità può essere espressa al meglio dalla parola sensibilità. La purezza è legata alla natura della vita materiale, mentre la sensibilità ha a che fare con la capacità vibratoria. Possiamo spiegare meglio tale differenza con un'analogia tratta dalla musica. La nota che possiamo ottenere da una corda dipende in primo luogo dalla qualità del materiale e, in secondo luogo, dalla tensione cui essa è sottoposta. Scegliendo diversi tipi di materiali, ferro, rame, platino e altri, possiamo ottenere vari tipi di suoni, poiché la diversità delle corde genera timbri diversi, tecnicamente parlando. Ma le note che si possono ottenere dalle corde dipenderanno anche dalla tensione cui sono sottoposte e, quanto maggiore è la tensione, tanto più sottili saranno le vibrazioni prodotte. Quindi la sola purezza, la buona qualità del materiale che compone il sistema nervoso, non ci permette di entrare in contatto con la vita superiore; il sistema nervoso deve essere anche "sensibilizzato", per renderlo atto a rispondere alle vibrazioni più sottili. Se la sola purezza fosse sufficiente, qualsiasi bambino nato da genitori con corpi puri e sensibili e nutrito con cibo puro fin dalla nascita dovrebbe essere in grado di entrare più facilmente in contat-



to con la vita superiore, ma in realtà ciò non accade. Il suo sistema nervoso non è stato sottoposto a quello speciale processo che lo rende sensibile e reattivo alle vibrazioni più sottili.

La sensibilizzazione del sistema nervoso può essere raggiunta attraverso la meditazione, quell'intensa concentrazione della mente, insieme a un'ardente aspirazione dell'anima, che polarizza tutte le energie operanti nei veicoli inferiori verso il Sé Superiore, rendendo in tal modo possibile l'afflusso delle forze più sottili nel cervello fisico. Queste pratiche preliminari, insite nella concentrazione e nella meditazione ordinarie, conducono gradualmente a quella disciplina più energica di controllo della mente nota come Yoga fino a culminare nella fusione della coscienza inferiore con quella superiore.

Quali effettivi cambiamenti avvengano nella costituzione del corpo fisico a seguito della meditazione prolungata non è stato svelato in dettaglio né è necessario conoscerlo per rendere il corpo fisico sensibile alle vibrazioni più sottili. È noto che una parte del processo consiste nell'attivazione di quegli organi e centri ai quali si è già fatto riferimento nel capitolo precedente, e un'altra riguarda il parziale cambiamento delle forze presenti negli atomi che compongono il sistema nervoso. Non è necessario affrontare in dettaglio questi aspetti, in primo luogo perché il problema è molto complesso e secondariamente perché non è essenziale conoscere il *modus operandi* ai fini della sensibilizzazione del veicolo.

Rendere dunque il corpo fisico uno strumento sensibile attraverso il quale l'anima possa lavorare senza impedimenti sul piano fisico non è semplice, ma implica cambiamenti molto profondi nella costituzione della materia che compone il corpo. Ecco perché una preparazione prolungata e rigorosa è necessaria per divenire un vero occultista e perché solo chi è eccezionalmente paziente e perseverante potrà portare a termine con successo questo difficile compito. È vero che, nel caso di alcune persone, questi cambiamenti avvengono facilmente, ma ciò accade solo perché esse hanno lavorato su tali aspetti in vite precedenti e ciò che appare ora di facile realizzazione rappresenta in realtà la sintesi dei progressi già compiuti in passato. Ognuno ottiene ciò che merita e per cui si è impegnato. La natura non fa preferenze.



Capitolo 6

Le funzioni del corpo astrale

In questo capitolo tratteremo delle funzioni del corpo astrale, il successivo componente della nostra costituzione globale. Come è già stato illustrato nel secondo capitolo, questo corpo segue quello fisico, procedendo dall'esterno verso l'interno del nostro essere. Esso, con tutti i suoi sette sottopiani, è composto di materia appartenente al piano astrale. Quando sviluppiamo le facoltà chiaroveggenti mediante la vivificazione dei *chakra* nel doppio eterico, siamo in grado di entrare in contatto con il piano astrale e di esaminarne i fenomeni con l'aiuto dei sensi appartenenti al corpo astrale, proprio come accade nel mondo fisico con i nostri sensi fisici.

Poiché stiamo considerando l'argomento dal particolare punto di vista dell'autocultura, non è necessario descrivere in questa sede l'aspetto e la costituzione del corpo astrale, delineati in qualsiasi manuale elementare di Teosofia. Una conoscenza dettagliata e precisa della costituzione e del funzionamento del corpo astrale è necessaria solo quando sviluppiamo i nostri poteri di chiaroveggenza attraverso metodi appropriati e usiamo il corpo astrale come veicolo indipendente di coscienza. Qui occorre trattare solo di ciò che ci consentirà di comprendere la nostra natura emotiva e del desiderio, aiutandoci così a purificare e a controllare il corpo astrale. Infatti, il controllo dei desideri è uno dei compiti più difficili e necessari che il candidato all'illuminazione deve intraprendere fin da subito ed esso verrà completato solo quando lo studente si troverà quasi alla soglia del *Nirvāna*. Le prove e le sofferenze più dure da affrontare provengono dalla lotta contro la

natura del desiderio e colui che ha ottenuto il dominio su di essa avrà già compiuto un grande passo avanti sul cammino della Liberazione.

Per poter comprendere il ruolo svolto dal desiderio nella nostra vita, esaminiamo prima alcune funzioni elementari del corpo astrale. La più semplice, che non viene generalmente riconosciuta, è la trasformazione in sensazioni delle vibrazioni che vengono ricevute dal piano fisico attraverso i cinque sensi. Secondo la scienza moderna, le vibrazioni captate dagli organi di senso vengono trasportate lungo i nervi fino ai corrispondenti centri del cervello e lì avviene quella misteriosa conversione che le rende percepibili come sensazioni nella coscienza. Gli insegnamenti dell'occultismo su questo punto sono piuttosto diversi, poiché l'occultista, grazie alla sua visione più ampia, è in grado di seguire queste vibrazioni ben oltre il cervello fisico. Egli concorda con il fisiologo per quanto riguarda la trasmissione delle vibrazioni dagli organi di senso ai corrispondenti centri cerebrali ma afferma, sulla base delle indagini da lui compiute, che queste vibrazioni sono prima riflesse dal cervello denso a quello eterico e quindi dai centri eterici del cervello si riflettono verso i centri astrali corrispondenti. Solo una volta raggiunti i centri astrali esse appaiono come sensazioni. Tutti gli organi di senso sono situati nel corpo astrale e la conversione delle vibrazioni fisiche in sensazioni è quindi una delle funzioni primarie di tale corpo. I centri nel corpo astrale, che devono operare la trasformazione, non vanno confusi con gli organi di senso di questo corpo, attraverso i quali si ricevono le impressioni dal piano astrale nell'esercizio dei poteri di chiaroveggenza e chiaroudienza. Essi – che sono collegati con gli organi di senso fisici e convertono le vibrazioni fisiche in sensazioni – costituiscono un insieme separato e indipendente e si sono formati molto prima nel corso dell'evoluzione, insieme al sistema nervoso simpatico.

Giungiamo quindi a un altro stadio in questa serie di trasformazioni, mediante le quali le vibrazioni puramente fisiche raggiungono la coscienza interiore. Alcune rimangono semplici sensazioni e si riflettono nuovamente all'interno del corpo mentale, dove appaiono come percezioni ordinarie nella mente. Ma in altri casi la peculiare qualità denotata come "gradevole" o "sgradevole" si presenta insieme alla sensazione e viene percepita dalla mente come sensazione gradevo-

le o sgradevole. Tali sensazioni sono chiamate sentimenti. Ma anche fino a questo stadio, ossia quello in cui appare il piacere o il dolore, la sensazione rimane una sensazione, sebbene classificata con un nome diverso. Vediamo quindi che la seconda funzione del corpo astrale è quella di aggiungere queste qualità di “gradevolezza” o “sgradevolezza” ad alcune delle sensazioni e di convertirle in sentimenti piacevoli o dolorosi.

Ora, in questa fase può verificarsi un cambiamento fondamentale e primario nella coscienza. Insieme al sentimento di piacere o di dolore può sorgere il desiderio di provare nuovamente quel piacere o di evitare quel dolore. Questo è il desiderio nella sua forma più semplice ed elementare. Questo cambiamento, che comporta attrazione o repulsione, è connesso sia al corpo astrale sia al corpo mentale. L'elemento mentale, anche in questa forma primaria di desiderio, è dovuto alla presenza della memoria o dell'anticipazione, senza le quali il desiderio non potrebbe nascere. Man mano che un numero crescente di fattori mentali entra a far parte di questa interazione tra sentimenti e pensieri nel corso della nostra evoluzione, i desideri si fanno sempre più complessi e svolgono un ruolo sempre più preponderante nella nostra vita. Sarebbe molto interessante, dal punto di vista psicologico, seguire lo sviluppo di tutti i tipi di desideri e analizzarli nelle loro componenti più semplici ma, poiché ciò non è rilevante per l'argomento in questione, non è necessario parlarne in questa sede.

Il motivo per cui abbiamo affrontato questo punto piuttosto delicato, cercando di tracciare la genesi del desiderio, è che ciò può permetterci di comprendere la natura dello stesso e consentirci pertanto di capire chiaramente dove è necessario intervenire per limitare queste serie di cambiamenti nella nostra coscienza quando vogliamo controllare il desiderio.

Alcuni esempi concreti spiegheranno ciò che intendiamo. Supponiamo che mi sieda per consumare un pasto. Un particolare ingrediente entra in contatto con il mio palato, colpisce le papille gustative, avvia una serie di vibrazioni fisiche e queste appaiono infine come una particolare sensazione nel corpo astrale. Se il piatto è gradevole, la sensazione provocata sarà naturalmente piacevole. Essa, a conclusione del pasto, scompare ma il ricordo, alla vista dello stesso piatto



o per associazione di idee, potrà in un momento futuro rinnovare il desiderio di rivivere quella sensazione e indurmi a volerlo assaggiare di nuovo.

Consideriamo un altro esempio. Durante una passeggiata un particolare profumo stimola il mio olfatto. Cerco e scopro il fiore da cui emana la fragranza. In seguito desidero anch'io coltivare quella pianta nel mio giardino in modo da poter provare di nuovo la stessa piacevole sensazione olfattiva.

In tali casi viene raggiunto un punto in cui la sensazione gradevole o sgradevole emerge nella coscienza e questo inevitabilmente accade a ogni persona che passa attraverso quell'esperienza, perché non possiamo "disattivare" le nostre vie sensoriali. Se vogliamo essere privi di desideri, il cambiamento di coscienza cui prestare attenzione e, se possibile, da evitare, è l'attrazione o la repulsione, la comparsa del desiderio di provare la sensazione se essa è piacevole o di evitarla se non lo è. Quando viviamo nel mondo e passiamo attraverso diverse esperienze, le vibrazioni che ci colpiscono da ogni lato producono sensazioni corrispondenti, alcune saranno percepite come gradevoli o sgradevoli. Dico "alcune" perché questa qualità di piacere o di dolore non le caratterizza tutte. La maggior parte delle nostre sensazioni visive o uditive potrebbe essere semplicemente definita neutra dalla mente. L'uomo che non comprende l'essenza del desiderio o che non è intenzionato a controllarlo resta costantemente intrappolato in questa spirale di attrazioni e repulsioni, le quali rappresentano i vincoli che lo legano ai mondi inferiori, alla ruota di nascita e morte. Invece l'uomo saggio, divenuto privo di desideri, pur vivendo nel mezzo di quelle stesse attrazioni e partecipando alle medesime esperienze rimane libero, poiché non permette alla propria mente di stabilire alcuna connessione con gli oggetti del desiderio. Non vi è nulla di male nel provare piacere in certe esperienze; questo è il risultato naturale dei contatti tra il corpo e gli oggetti che provocano il piacere. Il problema sorge quando permettiamo a noi stessi di essere vincolati a un oggetto a causa dei legami di attrazione o di repulsione.

Da ciò consegue che l'uomo abbastanza forte da rimanere impassibile di fronte al piacere o al dolore, pur vivendo circondato da oggetti che li suscitano, è il vero *Vairāgi* e non lo è colui che ha paura di



restare invischiato nelle maglie del desiderio e se ne tiene a distanza. Quest'ultimo dovrà, prima o poi, uscire allo scoperto e imparare a porsi al di sopra delle tentazioni, pur vivendo in mezzo a esse. Questo è il procedimento adatto per chi ha già acquisito forza sufficiente ed è abituato a controllare il desiderio, mentre il principiante può trovare più facile allontanarsi dall'ambiente in cui tale tentazione è presente, finché non abbia acquisito forza sufficiente per resistervi. Un bevitore che si intrattiene con persone use al bere troverà molto più difficile abbandonare la sua cattiva abitudine e inizialmente farebbe bene a vivere in un'atmosfera sobria. Ma egli non avrà davvero sconfitto il proprio desiderio fino a che non sarà in grado di trascorrere del tempo indisturbato in compagnia di abituali beoni.

Il rapporto esistente tra desiderio e volontà dapprima potrà sembrare una questione di interesse puramente teorico e, quindi, irrilevante per la comprensione dell'autocultura, ma in realtà non è così. La conoscenza che ci permette di comprendere più pienamente la natura del desiderio è essenziale per sviluppare una padronanza pratica sulle nostre bramosie e chi tenta di dominarle senza tale conoscenza agirà tanto vanamente e con poche possibilità di successo nella propria impresa quanto il generale di un esercito che entri in territorio nemico senza conoscerne la conformazione, la disposizione delle truppe, i punti di forza e di debolezza.

Abbiamo già osservato come la natura essenziale del desiderio consista nello spingere una persona verso gli oggetti che procurano piacere e di allontanarla da quelli che arrecano dolore. Questo mostra la presenza di un potere, che risulta essere essenzialmente lo stesso della forza di volontà. Non vi è quindi alcuna differenza sostanziale tra desiderio e volontà, essendo il primo, in un certo senso, solo il riflesso del secondo sul piano astrale. La differenza che riscontriamo sta nel fatto che nel caso del desiderio la forza del sé viene attratta dagli oggetti esterni e dipende da attrazioni e repulsioni, mentre in quello della volontà la forza si espande indipendentemente da qualsiasi stimolo esterno ed è autodeterminata.

Questa identità della natura del desiderio e della volontà è dimostrata da due fatti importanti, che ognuno può osservare da sé. In

primo luogo, in entrambi i casi si manifesta un potere di realizzazione. Tutto ciò che desideriamo lo possiamo ottenere, anche se non sempre immediatamente. Nel momento in cui poniamo dinanzi a noi un oggetto e iniziamo a desiderarlo, esso comincia ad essere attratto verso di noi in proporzione all'intensità del desiderio. Se il desiderio è sufficientemente forte e le circostanze sono propizie, riusciamo a ottenere immediatamente l'oggetto. Diversamente, se le circostanze sono sfavorevoli o se l'oggetto è di natura tale da poter essere ottenuto solo tramite sforzi continuati, l'attrazione inizia comunque nel momento in cui cominciamo a desiderarlo e la soddisfazione del desiderio sarà solo una questione di tempo. Alcuni esempi potranno illustrare questo punto. Supponiamo che io voglia ascoltare della buona musica. Mi basta sintonizzare la radio per essere accontentato. Ma, se io desidero diventare un uomo ricco, allora dovrò lavorare, limitare le mie comodità e i miei piaceri, gestire con cura le mie risorse e, se avrò una certa costanza, sarò in grado lentamente di accumulare ricchezza e di appagare la mia ambizione in questa vita. Se muoio o se mi è impossibile raggiungere il mio obiettivo in questa vita, ma il mio desiderio continua, nella prossima esistenza nascerò con maggiori capacità e mi troverò in circostanze migliori per la sua realizzazione. Ma immaginiamo che, anziché desiderare tali oggetti transitori, io ambisca a ottenere l'Illuminazione. Ovviamente non si tratta di un desiderio che possa essere soddisfatto immediatamente. Dovrò lavorare per molte vite, sviluppare gradualmente un carattere puro e forte, sottomettere la mia natura inferiore, rafforzare lentamente tutte le mie possibilità divine vita dopo vita e, se il mio desiderio e la mia perseveranza saranno abbastanza intensi, mi ritroverò un giorno sulla cima della montagna, illuminato e libero. Così vediamo nel desiderio lo stesso irresistibile potere di realizzazione che associamo alla volontà umana.

Il secondo fatto che può mostrare l'identità sostanziale di desiderio e volontà è l'assorbimento del desiderio nella volontà man mano che esso viene purificato e liberato dalla contaminazione dell'io personale. Come affermato in precedenza, si può parlare di desiderio quando l'energia del sé viene attratta dagli oggetti esterni; quando è impersonale e orientata al compimento del proposito divino invece è pura volontà spirituale. In tal modo, quando questa energia viene

purificata dall'elemento personale, essa si avvicina alla condizione di volontà pura, senza contaminazioni. Sono le scorie del sé personale a far degenerare la volontà in desiderio e, quando esse vengono bruciate, non permane che l'oro puro della volontà. Per evidenziare questo rapporto, elenchiamo di seguito alcuni desideri ben conosciuti e il lettore potrà chiaramente osservare come la graduale purificazione del desiderio lo avvicini sempre più alla nostra concezione della volontà spirituale, finché i due non diverranno indistinguibili. Consideriamo i seguenti desideri nell'ordine indicato:

1. di gratificare i sensi;
2. di aiutare la propria famiglia perché viva agiatamente e dignitosamente;
3. di servire il proprio Paese;
4. di servire l'umanità;
5. di unire la propria volontà con la Volontà del Supremo.

Percorrendo questo elenco è facile osservare come il desiderio si stia fondendo con la volontà e, nella sua forma più elevata, si tratta solo di usare parole diverse per indicare l'appartenenza dell'energia al desiderio o alla volontà. Il motivo per cui può essere lecito usare il termine desiderio per descrivere l'ultimo stadio è la possibile presenza di un certo elemento emotivo, qualora la coscienza sia confinata all'interno della personalità e il problema venga visto, per così dire, dal basso.

Un'importante deduzione derivante da questa identità tra desiderio e volontà è che la presenza di una natura caratterizzata da forte desiderio non rappresenta necessariamente uno svantaggio o qualcosa di cui preoccuparsi. L'impetuosa corrente del desiderio nasconde sotto il suo manto di egoismo le acque pure della volontà spirituale ed è sufficiente distruggere questa copertura per dominare il formidabile potere di tale volontà. Le persone che manifestano forti desideri sono quindi, dal punto di vista superiore, più promettenti di quelle che ne hanno solo di deboli o che sono troppo pigre per lottare in modo energico al fine di raggiungere una meta e la cui reazione al proprio ambiente o ai propri ideali è priva di vigore. Questa è la verità alla base del detto: "Più grande è il peccatore, più grande è il santo".



Il rapporto tra desiderio e volontà mostra anche come la graduale eliminazione degli elementi personali dalla vita di una persona tenda a purificarne gradualmente le azioni. Nei primi stadi dell'evoluzione, quando il desiderio governa la vita dell'individuo, esso rappresenta anche il principale motore dell'azione; infatti fa immediatamente escogitare modi e mezzi per soddisfarlo e, se è sufficientemente forte e persistente, presto o tardi l'azione seguirà. In questa ricerca di ogni tipo di oggetto desiderabile, l'individuo si tiene costantemente occupato, acquisisce esperienza e sviluppa i vari poteri della mente. Negli ultimi stadi dell'evoluzione, con il risveglio del discernimento o *Viveka* e la progressiva eliminazione dei desideri personali, la volontà prende gradualmente il sopravvento e diviene la forza motrice dell'azione. Grazie a una tale purificazione dell'azione, essa diviene sempre più impersonale e giunge a essere un riflesso della Volontà Divina. In questa condizione l'azione non vincola l'individuo, poiché non viene messa in opera a suo vantaggio, ma come offerta al Supremo. In realtà, negli stadi più avanzati della purificazione sarebbe più corretto affermare che l'azione viene compiuta per mezzo dell'uomo, anziché dall'uomo.

Un altro gruppo di fenomeni della coscienza, sebbene derivanti dal desiderio, forma una classe a sé stante; si tratta delle emozioni, che sono in parte il risultato dell'attività del corpo astrale e in parte di quella del corpo mentale. Abbiamo visto come il desiderio nel suo aspetto elementare sia caratterizzato dall'attrazione e dalla repulsione verso gli oggetti, nonché dall'attivazione dei poteri della mente al fine di ottenerli o di evitarli. Uno dei risultati di questa costante e intima associazione di desiderio e di pensiero è la nascita di diversi tipi di emozioni. L'emozione è quindi un complesso stato di coscienza, formato sia dal desiderio sia dal pensiero. Ciò potrebbe apparire non del tutto ovvio, nel caso di talune emozioni, ma una loro attenta analisi rivelerà sempre la presenza dei tre elementi essenziali: sentimento, attrazione o repulsione, e pensiero, in proporzioni e intensità diverse. Così, quando ammiriamo un bel tramonto, l'emozione può apparire superficialmente priva dell'elemento dell'attrazione o della repulsione, ma un'attenta analisi dello stato mentale mostrerà come l'elemento del piacere e la conseguente attrazione, o desiderio, sia in realtà presente. Il solo fatto di apprezzare un tramonto rivela l'elemento del



piacere e dell'attrazione. Quando vediamo qualcosa di orribile, istintivamente ce ne allontaniamo. Non è necessario fornire ulteriori dettagli su questo argomento, ma possiamo ora affrontare la questione più importante della relazione esistente tra le diverse emozioni e del ruolo che queste occupano nella nostra vita.

Osservata superficialmente, la grande varietà di emozioni che proviamo in diversi momenti e occasioni sembra formare una giungla, per decifrare la quale parrebbe non esserci alcuna base definita. Anche la psicologia moderna, con le sue vaste ricerche e il suo amore per la classificazione, non ha mai tentato di stabilire una sorta di ordine in tale sfera, apparentemente caotica, della mente. Ma questa confusione e l'assenza di un principio guida nella classificazione delle emozioni è solo apparente. Per la maggior parte le emozioni sono correlate tra loro. Questa relazione è stata approfonditamente studiata dal dr. Bhagavan Das il quale, nel suo libro *La Scienza delle Emozioni*, ha cercato di dimostrare come la maggior parte di queste nasca da due emozioni primarie, amore e odio, basate sull'attrazione o sulla repulsione. Poiché le emozioni di amore e odio sono dirette verso qualcosa di superiore, inferiore o eguale, esse assumono aspetti diversi e le permutazioni e combinazioni di queste sei emozioni secondarie, tre derivate dall'amore e tre dall'odio, associate ad altri fattori mentali, rappresentano la gran parte delle emozioni note alla psicologia. Non occorre affrontare in dettaglio questo argomento; esamineremo invece l'influenza che tale idea fondamentale può esercitare nella nostra vita e il modo in cui essa può essere utilizzata sistematicamente nella formazione del carattere.

Dal momento che tutta l'esistenza manifestata in diverse forme sui vari piani è *una* in essenza e rappresenta un'espressione della Vita Divina, tutti gli esseri si trovano tra loro collegati da legami di unità spirituale che potrebbero non essere percepiti nei mondi inferiori, caratterizzati da illusione e separatività. Tutto ciò che si trova in armonia con questa verità fondamentale dell'esistenza, questa legge di unità, porta felicità, mentre tutto ciò che è in conflitto con essa è frammentario e genera infelicità. Ecco perché l'amore, che adempie a questa legge della Vita Una, genera invariabilmente la felicità, mentre l'odio, che la disprezza, è fonte di miseria senza fine. Questa legge dell'esistenza



non è un'ipotetica dottrina religiosa che dobbiamo accettare per fede, ma una legge facilmente verificabile attraverso una sperimentazione di pochi mesi. Chiunque desideri farlo osservi attentamente e annoti sistematicamente su un taccuino lo stato in cui si trova la sua mente in relazione alla felicità o all'infelicità, quando sta provando questi diversi tipi di emozioni basate sull'amore e sull'odio. Si accorgerà che l'amore e la felicità vanno di pari passo, così come accade per l'odio e l'infelicità. Ciò che le guide spirituali hanno insegnato riguardo la necessità di coltivare l'amore è quindi una verità basata sull'esperienza concreta. L'uomo comune potrebbe ritenere singolare il fatto che tutti gli esseri umani siano connessi tra loro da invisibili legami di unità spirituale e che, ciononostante, combattano cercando di distruggersi a vicenda e che la conflittualità prosperi largamente nel mondo. Ma questo accade perché la mente inferiore copre e offusca la coscienza dell'unità e fa sì che ogni centro di coscienza percepisca se stesso come un'unità isolata e indipendente. Una volta rimosso questo oscuramento, l'unità spirituale si rivela ed è quindi impossibile per l'individuo continuare a odiare o a danneggiare il prossimo.

Quindi, se vogliamo essere sempre felici, dobbiamo eliminare completamente dalla nostra vita affettiva tutte le emozioni basate sull'odio e coltivare, il più pienamente possibile, quelle radicate nell'amore. Ma siamo governati, nel mondo emotivo così come in quello fisico e mentale, dalla legge dell'abitudine. Siamo inclini a lasciarci trasportare dalle emozioni in cui abbiamo la consuetudine di indulgere e ci è difficile suscitare quelle che non esprimiamo frequentemente. Il problema perciò può essere risolto coltivando sistematicamente le giuste abitudini emotive, che si basano sull'amore, ed eliminando quelle che derivano dall'odio. La classificazione che abbiamo indicato precedentemente potrà guidarci nella distinzione tra i due tipi di emozioni e nella costruzione di una sana vita emotiva.

Quando inizieremo a ricostruire in tal modo la nostra natura emotiva, scopriremo che ciò che stiamo realmente facendo è coltivare le virtù sbarazzandoci dei vizi. Infatti virtù e vizi non sono altro, nella maggior parte dei casi, che abitudini basate rispettivamente sull'amore e sull'odio. Capiremo così che condurre una vita virtuosa non è solo una questione di desiderio o aspirazione, ma riguarda anche



LE FUNZIONI DEL CORPO ASTRALE

la formazione di abitudini emotive corrette e che un tale lavoro può essere intrapreso in modo sistematico e svolto con l'aiuto delle leggi operanti in questo campo.

Il rapporto delle emozioni con le virtù e i vizi mostra inoltre quale sia il ruolo di una vita virtuosa all'interno del tema più ampio dell'autorealizzazione. Coltivare le virtù assicura una vita emotiva sana e corretta, svolgendo pertanto un ruolo secondario ma essenziale nell'autorealizzazione. Una vita virtuosa è il necessario fondamento per lo sviluppo della vita superiore dello Spirito, ma non la sostituisce. L'obiettivo dell'attività umana è qualcosa di molto più elevato del semplice condurre una vita virtuosa: esso è rappresentato dall'autorealizzazione, *Jñāna*. Solo quando un individuo avrà trovato quella Verità dell'Esistenza e vivrà alla luce di tale Realizzazione, egli potrà trovare una pace durevole ed essere estraneo ai tumulti, alle illusioni, alle sofferenze della vita inferiore.



Capitolo 7

Controllo, purificazione ed educazione delle emozioni

Dopo aver trattato le funzioni del corpo astrale, siamo ora in grado di considerare l'importante tema del controllo, dello sviluppo e della purificazione di questo veicolo di coscienza. Nell'affrontare il corpo astrale, è necessario prima acquisire un certo grado di controllo su di esso, altrimenti non sarà possibile intraprendere il compito più arduo, quello del suo sviluppo e della sua purificazione. Come abbiamo visto per il corpo fisico, non possiamo controllare correttamente un veicolo di coscienza, se siamo abituati a identificarci con le sue attività. Finché sentiamo di essere i nostri desideri, di essere tutte le sensazioni che ci procurano piacere o dolore o le emozioni che nascono in noi, non saremo in grado di controllare questi movimenti del corpo astrale. Il primo passo è quindi quello di cessare di identificare la nostra coscienza con le varie manifestazioni che hanno origine nel corpo astrale. Dovremmo imparare a oggettivarle, come si dice in termini psicologici e porle, per così dire, sul tavolo di dissezione, osservandole e analizzandole fino a percepirle come semplici fenomeni che si verificano al nostro interno, ma che non fanno realmente parte di noi. Quando nei nostri cuori nasce un desiderio, occorre comprendere che si tratta semplicemente di una vibrazione nei nostri corpi astrali, modificabile a piacimento. Quando proviamo piacere dovremmo essere in grado di seguire la serie di cambiamenti che alla fine emergono nella nostra coscienza sotto forma di tale piacere. Abbiamo già parlato di questi cambiamenti nel capitolo precedente e non è necessario affrontare nuovamente la questione. Il punto

da sottolineare ora è la necessità di imparare a dissociarci dai nostri desideri, dalle nostre emozioni e dalle nostre sensazioni, ponendoci in una posizione più elevata, se vogliamo acquisire un vero controllo su tali elementi. Quanto più approfondita sarà questa preparazione preliminare, tanto più permanente e rapido sarà il nostro dominio su queste attività del corpo astrale.

Lo sviluppo della facoltà di dissociazione richiede, in primo luogo, un costante raccoglimento e, in secondo luogo, l'osservazione e la riflessione. Siamo tutti abituati a lasciare che i nostri desideri e le nostre emozioni abbiano libero gioco nella nostra vita e solo raramente, quando ci troviamo a essere eccessivamente agitati, diveniamo consapevoli del loro dominio su di noi e della nostra incapacità di porvi controllo. Il raccoglimento è la capacità di osservare il nostro corpo astrale con i suoi desideri e le sue aspirazioni sempre mutevoli. Possiamo esaminare costantemente il loro funzionamento. Ad esempio, ogni volta che siamo arrabbiati o irritati o ci troviamo sotto l'influenza di qualunque altra emozione, buona o cattiva che sia, dovremmo divenire consapevoli dei movimenti di questo corpo, per quanto impercettibili. All'inizio scopriremo che permettiamo costantemente a noi stessi di essere agitati senza neppure averne contezza ma, a seguito di un'attenzione e di una pratica costanti, sullo sfondo della nostra mente inizia gradualmente a formarsi una coscienza che sembra consapevole di tutti i movimenti in corso nella nostra natura emotiva e che, come uno spettatore silenzioso, rileva ogni movimento, anche se non è necessariamente in grado di controllarlo.

L'impegno di mantenersi costantemente all'erta dovrebbe essere accompagnato dall'osservazione e dalla riflessione. Dovremmo cercare di osservare sempre lo sviluppo e l'azione di tutti i desideri e di tutte le emozioni che compaiono nella nostra mente, con un esame impersonale, che ci permette di rintracciare le loro fonti e di giudicarne criticamente il valore. Dal momento che tali osservazione e riflessione non risultano così efficaci in retrospettiva quanto lo sono nel momento in cui siamo effettivamente controllati delle emozioni, dobbiamo imparare a osservarle quando esse agiscono, dissociandocene mentre ci troviamo sotto il loro dominio. Ciò non deve necessariamente interferire con il nostro lavoro o con la normale routine della vita, poiché

solo una parte della nostra mente sarà occupata in tale attività sussidiaria, come nel caso di una donna che continui a conversare mentre sta lavorando a maglia.

Quando avremo raggiunto un certo successo nell'oggettivare le nostre emozioni e i nostri desideri, potremo iniziare a esercitare un controllo più diretto. L'osservazione e la riflessione dovrebbero averci già permesso di sviluppare la capacità di distinguere tra diversi tipi di desideri ed emozioni. Quello che resta da fare è impedire l'espressione dei desideri e delle emozioni che si pongono in contrasto con i nostri ideali, consentendo invece soltanto quella di ciò che ci aiuta nel cammino che stiamo percorrendo. Il semplice sforzo di osservare i movimenti nel corpo astrale avrà l'effetto di eliminare alcuni dei desideri e delle emozioni più grossolani, smorzandone altri, ma occorre praticare tale distinzione e tale controllo in modo intenso e persistente, fino a padroneggiare completamente la nostra vita emotiva, permettendo solo ai desideri e alle emozioni che approviamo di esprimersi attraverso il nostro corpo astrale. Si tratta di una disciplina lunga e difficile e il cui grado di successo dipenderà dal nostro stadio di evoluzione e dall'impegno e dalla serietà con cui affrontiamo il problema. Coloro in cui i principi superiori di *Buddhi* e *Ātma* sono sviluppati in misura adeguata troveranno in se stessi la pazienza e la forza necessarie per completare il lavoro. Altri invece, meno evoluti, si stancheranno presto di un compito così faticoso e lo abbandoneranno, considerandolo un ideale irraggiungibile. Ma dobbiamo ricordare che l'unico modo per ottenere il controllo sulle nostre emozioni è quello lungo e gravoso dell'impegno e della pratica costanti. Non esiste una formula magica che possa fornirci la padronanza sulla nostra natura inferiore. Ma un'idea può incoraggiarci: man mano che tale maestria viene raggiunta la necessità di impegnarsi costantemente in questa direzione si riduce fino a estinguersi, permettendo alle emozioni e ai desideri di armonizzarsi automaticamente agli ideali e alle esigenze della vita spirituale.

Nell'ottenere il controllo sul nostro corpo astrale ci sarà di grande aiuto la comprensione di alcuni aspetti pratici. Il primo è che il controllo sulla nostra natura emotiva può essere acquisito solo in circostanze alle quali generalmente cerchiamo di sottrarci. Soltanto in condizioni di stress e di tensione possiamo conseguire quella padro-



nanza cosciente sulla nostra natura inferiore che è il prerequisito di un vero sviluppo spirituale. Solo quando siamo circondati da oggetti che ci attraggono possiamo sviluppare la qualità del *Vairāgya*. Solo quando abbiamo a che fare con persone che ci detestano, ci ostacolano o addirittura ci odiano, possiamo sviluppare quella sublime pazienza ed equanimità che contraddistinguono il dominio sul sé inferiore. È facile essere calmi e imperturbabili quando ci troviamo in circostanze in cui la nostra pazienza non è messa alla prova. È facile essere virtuosi laddove non esistono tentazioni. Solo colui che può conservarsi calmo e puro nelle circostanze più difficili può considerarsi padrone della propria natura inferiore.

Risulta quindi piuttosto ovvio che, se vogliamo affrontare seriamente l'arduo compito di dominare la nostra natura inferiore, dovremmo evitare di sottrarci alle circostanze difficili o perfino dolorose in cui spesso ci troviamo, cercando invece di utilizzarle per sviluppare le qualità particolari che esse possono far nascere in noi. Potremmo, a volte, anche porci volontariamente in circostanze difficili, per testare e sviluppare le qualità che desideriamo, benché generalmente ciò non sia necessario. I Signori del *Karma* ci inviano un *karma* di natura adatta al nostro prossimo stadio di sviluppo e quanto maggiore è la nostra forza, tanto più gravi saranno le prove cui saremo sottoposti. Viviamo all'interno di un cosmo e le circostanze in cui si trova un individuo non solo sono quelle che egli merita ma anche quelle adatte al suo sviluppo nello stadio che sta occupando. La nostra vita quotidiana, quindi, ci fornirà molte opportunità necessarie all'acquisizione del controllo sul nostro corpo astrale, a condizione che affrontiamo seriamente tale compito.

Alcuni potranno chiedersi: "Cosa resta della vita se analizziamo e svisceriamo in modo così spietato la nostra natura emotiva e quella del desiderio?". Il gusto della vita dipende non solo dal provare questi desideri e queste emozioni, ma anche dall'identificarvisi e dall'immaginare di provarli. Questa è una domanda molto pertinente e, di fatto, tutti coloro che cercano di soggiogare i propri desideri devono affrontare la difficile esperienza di scoprire che la loro vita è divenuta vuota e non sembra degna di essere vissuta. Molti aspiranti purtroppo perdono coraggio e ricadono nella vecchia vita, con tutti i piaceri de-



rivanti dall'identificazione con la propria natura del desiderio.

Ma, secondo l'esperienza di coloro che hanno intrapreso questo tipo di disciplina, si tratta solo di una fase passeggera, anche se spesso dolorosa, dalla quale l'aspirante alla conoscenza spirituale non dovrebbe rifuggire. Man mano che la nostra natura inferiore viene dominata e il corpo astrale si acquieta ed è libero dalle impurità, la luce di *Buddhi* è in grado di risplendere sempre più attraverso la mente e di fornirci quella "pace che trascende ogni comprensione". Allora *Buddhi* non solo ci permette di vedere i problemi della vita nella giusta prospettiva e senza illusioni, ma ci offre anche un assaggio di quella beatitudine, *Ānanda*, che è la nostra natura essenziale. Le gioie e i piaceri della vita inferiore impallidiscono davanti a questa beatitudine, proprio come le luci artificiali e persino quella delle stelle e della luna sfumano quando sorge il sole. Ma, per ottenere questa pace permanente, questa beatitudine della vita superiore, dobbiamo essere pazienti, risoluti, impavidi e pronti a rinunciare ai piaceri e ai godimenti effimeri della vita inferiore. Non dobbiamo perderci d'animo quando la vita sembra triste e desolata, perché è solo nel momento in cui essa appare completamente scialba che ci troviamo più vicini alla sua pienezza. Dovremmo, al contrario, lavorare con maggior impegno e intensità alla purificazione della natura inferiore, cercando di assottigliare il velo che nasconde la luce della coscienza superiore.

Nell'affrontare i principi generali riguardanti il controllo del corpo astrale è necessario anche sottolineare i pericoli della repressione. Recenti ricerche nel campo della psicoanalisi hanno mostrato gli effetti nefasti della repressione delle emozioni e dei desideri e chi intende tenere sotto controllo tali aspetti farebbe bene a conoscere a grandi linee i principali risultati ottenuti da tali studi.

Secondo i ricercatori qualsiasi desiderio o emozione che venga frenato entra forzatamente nelle regioni subcoscienti della mente e da lì genera e conserva taluni sintomi patologici che esteriormente sembrano non avere alcuna relazione con l'emozione trattenuta. Tali sintomi o gruppi di sintomi, noti tecnicamente come "complessi", costituiscono un fattore importante nella vita emotiva, mentale e perfino fisica di una persona e ne influenzano fortemente il comportamento a sua insaputa. Gli psicoanalisti hanno individuato una tecnica per



eliminare la tensione innaturale di questi nella psiche e riportarla a una condizione di normalità e di benessere.

Possiamo concordare o meno con le teorie della psicoanalisi ma è da notare che le nostre emozioni e i nostri desideri rappresentano energia psichica e l'energia, secondo la sua legge di conservazione, può solo passare da una forma a un'altra. Non possiamo distruggerla dopo averla generata, ma possiamo determinare la forma che assumerà. Nel reprimere un desiderio o un'emozione manteniamo intatta la fonte da cui proviene l'energia e ne deviamo semplicemente la corrente verso la mente subconscia, dove essa può assumere ogni tipo di forma indesiderabile, che verrà infine fatta riemergere in superficie. Se abbiamo una tubatura senza rubinetto e vogliamo fermare il flusso dell'acqua, non servirà a nulla inserirne l'estremità nel sottosuolo; l'acqua continuerà a scorrere e prima o poi risalirà in superficie, portando con sé fango e sporcizia. Ciò che dovremmo fare è tappare il tubo e quindi interrompere il flusso dell'acqua, oppure utilizzarlo in modo adeguato, deviandolo, ad esempio, verso il giardino, dove potrà stimolare la crescita delle piante.

Similmente, se vogliamo eliminare un desiderio, dobbiamo cessare di generare l'energia che lo alimenta, oppure trasformarla in qualcosa di favorevole o utilizzabile per il nostro progresso. Non generiamo più energia quando comprendiamo il desiderio in modo così totale da poterci innalzare sopra di esso. Se diventiamo del tutto consapevoli della sua vera natura, esso cessa di influenzarci e semplicemente muore, poiché la forza motrice che lo mantiene in vita è stata recisa. Possiamo, altrimenti, cambiare la forma dell'energia, sublimarla, come si dice abitualmente; la nuova forma assunta dovrebbe essere in grado di supportare il progresso verso il nostro ideale, anziché ostacolarlo. Il problema della sublimazione dei nostri desideri e delle nostre emozioni è molto interessante e importante, ma non ci occuperemo in questa sede dei suoi aspetti pratici.

Veniamo ora alla purificazione e allo sviluppo del corpo astrale; prima di tutto dovremmo avere un'idea del modo in cui esso viene costruito e mantenuto, dato che ciò non avviene, come invece per il corpo fisico, assumendo del cibo e assimilandolo. Perciò la sua purificazione e il suo sviluppo risultano più complessi e difficili.



Abbiamo visto come i nostri desideri, i nostri sentimenti e le nostre emozioni siano il frutto che prende forma nella nostra coscienza a seguito del vibrare del corpo astrale, in risposta a influenze esterne o ad azioni di tipo interiore. Considerando le emozioni come rappresentative di tutti i diversi tipi di attività che si svolgono nel corpo astrale, possiamo affermare che a ciascuna corrispondono una particolare frequenza vibratoria e una specifica densità della materia che compone il corpo astrale; inoltre nel piano astrale un determinato colore corrisponde a una specifica frequenza di vibrazione. Ad esempio, ogni volta che qualcuno manifesta intensamente l'emozione dell'amore, alcune specifiche combinazioni di materia astrale, tra le innumerevoli che compongono questo corpo, iniziano a vibrare e la frequenza o la lunghezza d'onda della vibrazione corrisponderà matematicamente alla densità della materia coinvolta. Nello stesso momento apparirà nel corpo astrale uno specifico colore che, anche in questo caso, sarà matematicamente correlato alla frequenza di vibrazione dell'emozione.

Un fenomeno analogo si verifica sul piano fisico nei colori che vediamo durante uno spettacolo pirotecnico. Quando un metallo come il bario viene aggiunto ai componenti della polvere da sparo, all'accensione di quest'ultima esso verrà fortemente riscaldato e le sue particelle inizieranno a vibrare a specifiche frequenze, generando la luce verde che vediamo nei fuochi di artificio. Se sostituiamo lo stronzio al bario i suoi atomi produrranno un colore scarlatto, e così via. Quindi una specifica frequenza vibratoria e un particolare colore dello spettro cromatico corrispondono a ciascun materiale, sia sul piano fisico sia su quello astrale.

L'indagine occulta ha anche dimostrato che, non appena il corpo astrale inizia a vibrare a una specifica velocità, a causa di una qualche particolare emozione, la violenta agitazione prodotta ha l'effetto di espellere il materiale dissonante con la vibrazione, raccogliendo dall'atmosfera astrale circostante una certa quantità di materia capace di vibrare all'unisono. Pertanto ogni vibrazione prodotta nel corpo astrale da un'emozione aumenta proporzionalmente i componenti in grado di vibrare a tale specifica frequenza, riducendo invece quelli che non sono in grado di farlo. In tal modo la tendenza a provare un particolare tipo di emozione aumenta man mano che questa riesce a



trovare ripetutamente espressione attraverso il corpo astrale. D'altra parte, tanto meno un tipo particolare di emozione trova espressione attraverso questo corpo, quanto più debole sarà la risposta proveniente dall'esterno o dall'interno.

Ne consegue che un corpo astrale cambia la propria costituzione e i propri poteri vibratori, nell'insieme, con ogni desiderio o emozione che si manifestano attraverso di esso. Non vi è un minimo fremito di emozione o di desiderio che non incida, in certa misura, sulla sua tendenza a vibrare in modo simile in futuro. Se, quindi, esprimiamo costantemente emozioni superiori e desideri nobili, il corpo astrale si affinerà sempre più, divenendo capace di riprodurre le vibrazioni più sottili; al contrario, i desideri e le emozioni di tipo inferiore lo rendono sempre più grossolano, ostacolando l'espressione delle emozioni superiori.

La corretta comprensione di queste leggi e la loro applicazione nella nostra vita costituiscono la base dei metodi adottati per la purificazione e l'educazione delle nostre emozioni. Esaminiamo innanzitutto la purificazione. Abbiamo mostrato come nel corpo fisico la purezza di qualsiasi corpo significhi essenzialmente la presenza in esso di quei costituenti che si armonizzano con il Sé Superiore, favorendone l'espressione e l'assenza degli elementi che, essendo in disarmonia con Esso, ne perturbano e impediscono la manifestazione. Ora, le energie più sottili che nascono nella parte spirituale della nostra natura possono esprimersi sul piano astrale solo tramite il predominio in esso di quei costituenti in grado di rispondere alle vibrazioni più sottili. Quanto più raffinato è il corpo astrale, tanto più facilmente potrà vibrare in risposta agli stimoli della coscienza superiore e tanto meno lo farà davanti alle vibrazioni grossolane associate alla vita ordinaria.

Questo affinamento o questa purificazione del corpo astrale si realizzano, come abbiamo visto, esercitando un severo controllo sulle nostre emozioni e i nostri desideri e permettendo solo a quelli in armonia con i nostri ideali spirituali di esprimersi attraverso di esso. Quanto più sviluppiamo amore, riverenza, empatia, devozione, compassione, desiderio di servire i nostri simili e i grandi Maestri di Saggezza, più fine e puro diverrà il nostro corpo astrale. Allora il minimo impulso proveniente dal nostro Sé Superiore avvolgerà l'intero corpo



astrale di vibrazioni armoniose e delicate di natura splendente, mentre quelli pesanti e violenti dei piani inferiori lo lasceranno del tutto inalterato. Il semplice pensare all'*Ishta-Devatā*, o oggetto della devozione, fa scaturire nel cuore del devoto il più profondo e delicato amore. Se la compassione è stata sviluppata in alto grado da una persona, la sola vista della sofferenza produrrà immediatamente in essa una risposta di profonda empatia e la volontà di aiutare ad alleviare il dolore. Quando questo stadio è raggiunto, il corpo astrale è realmente divenuto uno strumento idoneo ed efficiente dell'anima, un mezzo vibrante, sensibile e raffinato, atto a riflettere la coscienza superiore in quella inferiore.

Per quanto riguarda lo sviluppo delle emozioni superiori bisogna ricordare che, per generare una vibrazione nel corpo astrale, è necessario qualche tipo di stimolo. La nostra natura emotiva è simile a un'arpa ed è solo quando siamo in grado di toccare un particolare accordo che la nota corrispondente inizia a risuonare. Il segreto della facoltà di suscitare la specifica emozione desiderata risiede nello sviluppo della capacità di toccare le giuste corde nella nostra natura emotiva. Le emozioni di tipo inferiore sono facilmente risvegliate dagli stimoli provenienti soprattutto dal mondo esterno, poiché il corpo astrale è abituato a rispondervi ma, per suscitare le emozioni di tipo più elevato, lo studente dovrà addentrarsi nelle regioni più intime del suo essere al fine di reperire gli stimoli necessari.

I pensieri di natura elevata forniranno a volte tali stimoli; altre volte una preghiera sincera permetterà di liberare le energie dell'anima che si esprimeranno allora in emozioni sublimi sul piano astrale. Si tratta comunque di un compito arduo e solo con pazienza e persistenza potremo costruire una natura emotiva limpida e armoniosa. In questa difficile impresa lo studente dell'autocultura troverà un valido supporto nella pratica costante della meditazione. Essa permette di aprire e di ampliare progressivamente il canale esistente tra il corpo astrale e il veicolo buddhico, rendendo possibile la discesa di quelle energie che, agendo sul corpo astrale, destano le emozioni elevate e nobili che si accompagnano invariabilmente allo sviluppo spirituale.

Le emozioni più sottili sono l'espressione sui piani inferiori della coscienza superiore e rappresentano solo uno stadio della nostra evo-



luzione. Esse divengono superflue e sempre meno incisive man mano che si sviluppano le loro controparti più elevate, i valori spirituali. Così, ad esempio, quando *Parā-Bhakti*, ossia la devozione superiore, è sufficientemente evoluta, il *Bhakta* diviene calmo, sereno e autosufficiente, senza più mostrare le emozioni veementi, contraddittorie e costantemente mutevoli dell'amore passionale, dell'apatia, della felicità, della miseria, che caratterizzano gli stadi inferiori della devozione. I santi, i saggi e gli adepti generalmente non mostrano visibilmente le emozioni di compassione, amore e simili. Ciò non significa che siano divenuti indifferenti o insensibili: essi colgono direttamente l'unicità dell'Esistenza e la loro unione con essa e perciò la loro risposta a quella Vita o alla sua espressione nei livelli inferiori si situa su un piano molto più elevato, ben al di sopra del piano astrale.

Dovrebbe essere chiaro che lo sviluppo delle emozioni più sottili non consiste tanto nel costruire o nel creare qualcosa quanto piuttosto nel permettere allo splendore interiore di manifestarsi, facendo breccia nelle nostre menti. Si tratta di purificare la mente, rivelando la nostra natura spirituale e dischiudendo il passaggio tra le parti inferiori e superiori della nostra natura. Quando, ad esempio, la devozione per il proprio *Ishta-Devatā* ha raggiunto un livello elevato, che permette al corpo astrale di essere inondato dall'amore emanante dal piano buddhico, tutte le impurità della nostra natura inferiore vengono, per così dire, travolte dalla corrente, che elimina rapidamente le emozioni di tipo più grossolano. Una tale ondata di amore ardente ha un effetto maggiore per la purificazione della mente e per l'apertura del canale tra i piani buddhico e astrale che mesi di ordinaria meditazione e di disciplina mentale.

Il segreto dell'autocultura per lo sviluppo della nostra natura spirituale consiste nel purificare la mente, eliminandone i processi che oscurano la nostra natura divina, nel subordinare il sé inferiore al Sé Superiore, nel giungere infine all'annullamento dell'io inferiore.



Capitolo 8

Le funzioni del corpo mentale inferiore

Considereremo in questo capitolo le funzioni del corpo mentale inferiore, il veicolo del pensiero concreto. Come per il corpo astrale, l'argomento sarà trattato dal punto di vista di un praticante dell'autocultura, limitandoci a esaminare fatti e metodi che permettono di comprendere e di utilizzare in modo efficace questo corpo per tale lavoro.

La mente umana non è solo la più mirabile delle creazioni, ma costituisce anche il più grande problema che si trova ad affrontare chi cerca di percorrere il Sentiero verso la perfezione e l'Illuminazione. Essa è il principio separativo nell'uomo, ciò che gli fa percepire una moltitudine all'interno dell'Uno; è il centro dell'egoismo, che ci fa sentire individui con interessi contrapposti a quelli degli altri; crea l'illusione, che proietta nella nostra coscienza una visione distorta della Realtà. Colui che desidera conoscere la Realtà soggiacente a questo universo fenomenico deve innanzitutto controllare la mente e poi trascenderla.

La psicologia moderna utilizza la parola "mente" in modo molto generico, perché conosce davvero poco della costituzione, della natura e delle funzioni reali che la contraddistinguono; pertanto sotto questo termine vengono raggruppati fenomeni che hanno origine in parti ben distinte del nostro essere interiore. Le nostre emozioni, i pensieri concreti, quelli astratti e le intuizioni vengono mescolati tra loro in maniera piuttosto confusa e i loro reciproci rapporti sono ben lungi dall'essere chiari, anche per coloro che vantano studi specifici sull'argomento.



La causa principale di tutto questo è dovuta ai metodi erranei applicati allo studio dei fenomeni della mente, metodi coerenti con la visione materialistica dell'attuale epoca scientifica. La psicologia studia la mente nel suo operare attraverso lo strumento fisico del cervello, ma non dispone dei mezzi atti a trascenderlo per giungere a vedere o a esaminare le forze e le attività che causano le manifestazioni della coscienza che appaiono nel cervello e per mezzo di esso. Fino a tempi molto recenti il cervello è stato anche considerato l'origine e la fonte di tutti i fenomeni mentali, come scrive Lombroso: "Il cervello produce i pensieri come il fegato secerne la bile". Ulteriori ricerche sui fenomeni psichici hanno tuttavia dimostrato l'insostenibilità di questa posizione e la moderna psicologia ha dovuto accettare con riluttanza l'idea che la mente sia autonoma dal cervello fisico, nonostante ne dipenda per la sua manifestazione sul piano fisico.

Uno dei maggiori contributi forniti dall'occultismo al campo della psicologia è stato quello di chiarire l'insieme dei fenomeni mentali, risalire alle rispettive fonti e classificarli in base alla loro natura e alle loro origini, permettendo così di comprendere la mente umana come mai in precedenza. Grazie alle ricerche effettuate dagli occultisti nei regni superiori della Natura è stato così possibile introdurre ordine e chiarezza in questo campo. Con lo sviluppo dei sensi sovrasensibili, essi hanno potuto esaminare la costituzione superiore dell'uomo, distinguere le diverse componenti e verificare le rispettive origini, sui piani superiori a quello materiale, delle diverse classi di fenomeni che si manifestano sul piano fisico.

Una prima importante scoperta ha evidenziato che i nostri sentimenti, i nostri pensieri concreti e quelli astratti derivano da tre fonti diverse. Essi vengono infatti generati dalla coscienza, che opera attraverso tre distinti veicoli più sottili, mentre il cervello e il sistema nervoso trasmettono semplicemente alla coscienza fisica questi principi operanti sui piani superiori.

Abbiamo già parlato di una tipologia di questi fenomeni che, attraverso il corpo astrale, producono in noi sensazioni, sentimenti, desideri ed emozioni. Tratteremo ora del pensiero, lo strumento che l'anima utilizza per la propria espressione sul piano mentale, il terzo piano del sistema solare.



A differenza del corpo astrale – un tutto indivisibile contenente la materia che appartiene all'insieme dei sette sottopiani del piano astrale – il corpo mentale – l'organo del pensiero operante sul piano mentale – comprende due distinti veicoli della coscienza. Si tratta del corpo mentale inferiore, composto di materia appartenente ai quattro sottopiani inferiori e che funge da organo dei pensieri concreti, e del corpo mentale superiore, o corpo causale, composto di materia appartenente ai restanti tre sottopiani superiori del piano mentale, il quale serve da organo del pensiero astratto. Questi due corpi sono separati l'uno dall'altro, ricoprono funzioni distinte e fanno parte di due diverse componenti della nostra costituzione totale. Il corpo mentale inferiore appartiene alla personalità transitoria che si riforma a ogni incarnazione, mentre il corpo causale è il veicolo più basso dell'individualità, il *Jīvātmā*, che si preserva di vita in vita e si manifesta parzialmente nelle personalità successive. Si può quindi osservare come la nostra mente, o intelletto, sia il terreno d'incontro del sé inferiore e del Sé Superiore, della personalità temporanea, con tutti i suoi limiti e illusioni, e dell'Ego permanente, che si esprime attraverso *Ātmā-Buddhi-Manas* e costituisce la nostra anima spirituale. Visto che i due corpi operanti sul piano mentale hanno funzioni ben distinte, in questo capitolo ci limiteremo alle operazioni del corpo mentale inferiore, l'organo del pensiero concreto, e tratteremo del ruolo del corpo mentale superiore in seguito.

È innanzitutto opportuno soffermarsi sullo stretto rapporto esistente tra questo corpo e quello astrale. Sebbene siano decisamente distinti e appartengano a due piani diversi, essi sono tra loro strettamente correlati e operano spesso congiuntamente nella vita reale. Anzi, la loro relazione è così stretta e le loro modalità di lavoro così sovrapponibili che essi vengono spesso considerati, a tutti gli effetti pratici, come un unico veicolo. Nella letteratura teosofica iniziale *Kāma-Manas* era considerato un unico principio e, nella terminologia del *Vedānta*, *Manomaya-kosha* indica entrambi i veicoli.

La stretta relazione tra *Kāma* e *Manas* ha la propria origine nell'evoluzione congiunta dei due corpi e sarà meglio compresa considerando come il desiderio e il pensiero agiscono e reagiscono l'uno sull'altro, fin dall'inizio del loro sviluppo. Nel tracciare la genesi del



desiderio abbiamo visto come l'elemento della memoria e dell'anticipazione dei piaceri e dei dolori sperimentati in relazione agli oggetti esterni dia origine ad attrazioni e repulsioni verso questi ultimi, oltre a stimolare brame di varia natura. Questa azione e reazione tra sensazioni piacevoli e dolorose appartenenti al corpo astrale, e tra memoria e anticipazione proprie del corpo mentale inferiore, è l'inizio di quell'intima unione e relazione tra desiderio e pensiero sopravvissuta fino all'attuale stadio evolutivo. In seguito, con lo svilupparsi del desiderio, quest'ultimo utilizza costantemente la mente inferiore per raggiungere i propri fini e per elaborare i mezzi atti alla propria soddisfazione, così che per lungo tempo la mente inferiore opera al servizio, anzi sotto la schiavitù, del desiderio stesso e si sviluppa gradualmente provvedendo ai suoi bisogni. Ma, quando la mente si sviluppa e si rafforza, inizia a esercitare un controllo via via crescente sul desiderio, fino a dominarlo. In quest'opera di sottomissione essa trova una forza aggiuntiva che emana dalle fonti spirituali interiori, che divengono sempre più accessibili negli stadi avanzati dell'evoluzione.

L'azione congiunta dei corpi astrale e mentale inferiore si manifesta anche nella nostra vita emotiva. È già stato sottolineato che le emozioni derivano dall'interazione tra desiderio e pensiero e che, ogni volta che proviamo un'emozione, facciamo vibrare simultaneamente i due corpi. La stretta associazione di questi sarà evidente quando comprenderemo l'importante ruolo che le emozioni svolgono nella vita dell'individuo medio.

Prendiamo in considerazione le funzioni del corpo mentale inferiore. Analizzando quelle del corpo astrale, abbiamo visto che la sua prima funzione è quella di convertire in sensazioni le vibrazioni ricevute dagli organi di senso del corpo fisico, trasportate dai nervi nei corrispondenti centri del cervello fisico e da lì riflesse nel corpo astrale, tramite i cui centri verranno poi convertite in sensazioni. Tale processo non si ferma qui ma, attraverso un altro passaggio, raggiunge la mente inferiore, che dà origine alle percezioni. Così come le onde luminose che passano attraverso l'obiettivo di una macchina fotografica generano sullo schermo di vetro smerigliato un'immagine del paesaggio circostante, anche le molteplici vibrazioni che si trasmettono attraverso i canali sensoriali producono diversi tipi di immagini sullo



schermo della mente. Queste immagini sono prodotte in un mezzo chiamato in sanscrito *Chidākāsha*, termine derivato da *Chitta*, l'aspetto immaginale della mente inferiore. Potrebbe suonare alquanto insolita l'applicazione della parola "immagine" alle impressioni prodotte sulla mente dalle vibrazioni che provengono dai cinque organi di senso, ma una tale estensione etimologica è ora riconosciuta dalla psicologia. Così come chiamiamo immagine uditiva l'impressione prodotta nella mente dalla nota suonata da uno strumento musicale, così quella generata dalla forma di un oggetto viene definita immagine visiva. Vediamo quindi che la funzione primaria del corpo mentale inferiore è quella di convertire le sensazioni astrali nelle percezioni mentali di colore, forma, suono, gusto, olfatto e tatto.

La sua seconda importante funzione consiste nel disporre queste immagini mentali, derivate dai diversi organi di senso, all'interno di un'immagine composita. Supponiamo che io abbia dinanzi a me un'arancia. L'impressione ricevuta attraverso l'occhio mi fornisce un'idea della forma e del colore del frutto. Quella ricevuta attraverso il naso mi fornisce l'idea dell'odore. Se la tocco scopro come essa risulta al tatto. Se la appoggio sulla lingua ho un'idea del suo sapore. Ora, un'idea completa del frutto è composta da tutti questi quattro elementi ed è compito del corpo mentale inferiore associarli in un'unica immagine composita.

La mente non si limita solo a questo ma fornisce ulteriori elementi, reperendoli tra ciò che ha conservato nella propria memoria. Quando osserviamo un'arancia da lontano, l'unica immagine che giunge effettivamente alla mente è quella visiva, che comunica la forma e il colore; ma la mente, avendo conservato in memoria diverse impressioni dal contatto con altre arance in precedenti occasioni, ci permette di avere un'idea più completa del frutto rispetto a quella che altrimenti otterremmo. Il mondo esterno che percepiamo attraverso i sensi apparirebbe assai misero e poco interessante se la mente non svolgesse tale lavoro di archiviazione e trasmissione degli elementi mancanti e noi vedessimo con il nostro occhio mentale solo ciò che i sensi ci trasmettono.

Strettamente connessa alla funzione di associazione delle immagini provenienti dai *Jñānendriya*, o organi di senso, è quella inversa,

che consiste nel suddividere nelle sue diverse componenti qualsiasi impulso mentale trovi espressione tramite una serie di organi motori chiamati *karmendriya*. Il corpo mentale inferiore coordina tutti i movimenti da noi messi in atto nella vita ordinaria per affrontare le diverse situazioni del mondo esterno. Così, quando vediamo avvicinarsi un oggetto che minaccia di ferire il corpo fisico, le nostre gambe, le mani e tutti i muscoli adottano istantaneamente e automaticamente la posizione più adatta a evitare lesioni. Tutti questi movimenti complicati ed efficaci sono resi possibili grazie alla coordinazione e al controllo esercitati dal corpo mentale inferiore, benché ciò avvenga generalmente in modo troppo rapido per poter essere notato.

Man mano che nella vita di un individuo le esperienze si moltiplicano, il numero delle immagini di oggetti presenti nella sua memoria aumenta e, in modo graduale, la mente inizia a lavorare su di esse in diversi modi, organizzandole e riorganizzandole, classificandole e confrontandole, facendo così progressivamente evolvere, una dopo l'altra, le nostre diverse facoltà mentali di raziocinio, di giudizio e così via. Impariamo pian piano a pensare, a stabilire cioè relazioni tra le immagini presenti nella nostra mente; quindi la qualità del nostro pensare dipenderà in gran parte dalla natura e dal numero di tali immagini. Una mente ricca di immagini chiare e corrette in relazione a qualsiasi argomento si trova in una posizione privilegiata rispetto a una che ne risulta scarsamente fornita. Spesso il pensiero pare far capolino anche in assenza di queste immagini ma, osservando a fondo, scopriremo che in tali casi per esse stiamo semplicemente utilizzando dei simboli e che la base del nostro processo mentale è in realtà costituita dalle immagini acquisite mediante l'osservazione, la lettura o altri mezzi. Quando entriamo in una banca vediamo pochissime banconote. La maggior parte delle transazioni avviene tramite assegni, ma sappiamo che questi sono solo simboli del denaro, che rappresenta la base concreta di tutte le operazioni.

Sebbene essenziali, la semplice presenza di un gran numero di immagini nitide nella mente non è sufficiente per generare ragionamenti validi. Deve esservi un artista che disponga le immagini in modo da creare suggestivi modelli di pensiero. Se si mette una scatola contenente ogni tipo di gemme preziose nelle mani di un uomo comune,

questi non saprà trarne alcun profitto, mentre un gioielliere sarebbe in grado di foggare, con le medesime gemme, gioielli di varie forme e di squisita bellezza. Quindi, arricchire la nostra conoscenza attraverso la lettura e l'osservazione, moltiplicando in tal modo le immagini mentali non è sufficiente. Occorre pensare intensamente e con continuità fino a che non si sia in grado di produrre, con il materiale raccolto, pensieri di forma sublime o che siano di utilità nella nostra vita.

Nel trattare le funzioni della mente inferiore è necessario accennare all'illusione insita nel conoscere qualcosa attraverso il suo mezzo di rifrazione. Mentre ci troviamo nella regione della mente inferiore, siamo confinati a nomi e forme, ossia alle nostre immagini mentali, quindi non possiamo mai conoscere le cose come realmente sono. Un'immagine è qualcosa di riduttivo, non può mai trasmettere l'intera percezione ma solo una sezione trasversale, per così dire, dell'oggetto reale, nonostante erroneamente pensiamo di conoscere la realtà dell'oggetto. Anche nel caso delle percezioni sensoriali possiamo ottenere migliaia di impressioni diverse di un oggetto semplicemente osservandolo da diverse angolazioni e distanze. Nessuna di esse rappresenta l'oggetto nel suo insieme. Nel caso delle percezioni non sensoriali le difficoltà divengono molto maggiori. Ciò dovrebbe renderci prudenti nel giudicare le nostre opinioni e idee – basate sull'opera dell'intelletto – come la realtà dell'esistenza, di cui sono solamente rappresentazioni parziali o addirittura distorte. È davvero inutile cercare di comprendere o di conoscere la realtà dell'esistenza attraverso lo strumento dell'intelletto. Non possiamo farlo se non trascendendo l'intelletto stesso e osservando gli oggetti alla luce della Realtà in cui essi esistono, così come un'entità che dimora nelle luci colorate dello spettro non può sapere cosa sia la luce bianca, finché non attraversi il prisma e osservi la luce da cui questo proviene.

L'immagine sensoriale dell'oggetto percepito attraverso gli organi di senso esiste solo nella nostra mente e non lo rappresenta veramente. Gli oggetti fisici ordinari che percepiamo al di fuori di noi sono semplici agglomerati di atomi vibranti, di molecole: la forma, la dimensione, il colore, ecc. che vediamo non esistono in essi, ma solo nella nostra mente. L'oggetto è semplicemente una causa strumentale sconosciuta, la quale stimola l'immagine che si forma nella nostra mente e noi pro-

iettiamo questo mondo all'esterno mediante un processo chiamato in sanscrito *vikshepa*. Ciò dovrebbe risultare abbastanza ovvio a chiunque si dia la pena di considerare la natura della percezione sensoriale e anche convincerci di due cose: il mondo in cui viviamo si trova in realtà all'interno di noi, nella nostra mente; viviamo effettivamente tra illusioni del tipo più grossolano, senza esserne consapevoli.

L'ultimo punto da evidenziare in merito alle funzioni del corpo mentale inferiore è che tale corpo e la mente concreta sono due realtà differenti. Il corpo mentale è un veicolo composto di materia sottile ed è uno strumento non senziente che ha la sua base in *prakriti*. La mente, o *Manas* inferiore, è invece una modificazione della coscienza che opera all'interno dei limiti dei piani inferiori e usa il corpo mentale inferiore per la propria espressione; essa è senziente, della stessa natura della coscienza, e ha la sua base in *Purusha*. La tendenza a confondere il corpo mentale con *Manas* è molto comune e l'incapacità di distinguerli è la causa della confusione che talvolta esiste nella mente di alcuni studenti in relazione ai fenomeni dei piani sovrasensibili.

Capitolo 9

Controllo, purificazione ed educazione della mente inferiore

Come per il corpo astrale, affronteremo innanzitutto il problema del controllo del corpo mentale inferiore, poiché sia la sua purificazione sia la sua educazione richiedono un certo grado di padronanza sulle sue attività. Esiste una forte somiglianza nei metodi utilizzati per trattare i corpi astrale e mentale inferiore, principalmente a causa della similarità presente nella loro costituzione e della loro stretta relazione. Pertanto, molto di quanto affermato a proposito del primo si troverà applicabile anche a questo.

Il primo passo da compiere è di oggettivare la mente inferiore, separandola quindi dalla nostra coscienza. La gran parte delle persone colte ha superato lo stadio di completa identificazione con il proprio corpo fisico, stadio che troviamo invece nelle popolazioni primitive e semi-civilizzate. Alcune di esse sono anche in grado di separarsi parzialmente dai propri desideri ed emozioni, vagamente consapevoli di non essere le emozioni e i desideri fluttuanti che li dominano costantemente. Ma sono davvero ben pochi coloro che riescono a separarsi dalla propria mente. Quest'ultima pare essere parte integrante del loro stesso sé e, quando ci si sforza di separarla dalla coscienza, sembra che nulla rimanga della propria identità, tanto forte è l'identificazione della coscienza con il suo veicolo. Tuttavia, per chi desidera controllare la mente, questa oggettivazione è assolutamente necessaria. Lo sforzo messo in atto sottoponendola a una disciplina sistematica renderà lo studente sempre più consapevole del dualismo tra controllore e controllato. All'inizio tuttavia sarà necessario concentrarsi sull'osservazio-

ne dei movimenti della mente, al fine di acquisire in qualche misura la capacità di oggettivazione. Solo allora si prenderà dimestichezza con le sue tendenze e caratteristiche e si imparerà a separarsene.

Ottenuta una certa abilità in questa direzione, lo studente dovrebbe iniziare a esercitare un controllo generale sulle attività del corpo mentale inferiore. Il primo passo è quello di abituarsi a svolgere tutte le attività quotidiane con concentrazione, con atteggiamento meditativo. I risultati raggiunti durante il breve periodo degli esercizi mentali dipendono in larga misura da come viene utilizzata la mente durante il resto della giornata. Una persona che permette alla propria mente di vagare mentre svolge il suo ordinario lavoro quotidiano non potrà mai riuscire a focalizzarla durante il periodo della meditazione, poiché la tendenza ad andare qua e là senza una meta certa non può essere superata d'un sol tratto durante il breve tempo destinato a tali esercizi. Dovremmo quindi abituarci a vivere ogni attività così come si presenta, concentrandoci completamente nel suo svolgimento, anziché dedicarle solo una parte della nostra attenzione. Che l'attività sia importante o meno non fa differenza. Perciò, anche se stiamo scrivendo una lettera, leggendo un libro o conversando con qualcuno, la mente dovrebbe essere focalizzata solo su ciò che stiamo facendo, su ogni azione che svolgiamo nella vita quotidiana. Questa pratica non solo migliorerà enormemente la qualità del nostro lavoro ma getterà anche le fondamenta di quel dominio sulla nostra mente che rappresenta uno degli obiettivi principali di ogni praticante dell'autocultura.

Molte persone, use a lasciar vagare la propria mente, immaginano che la vita diverrebbe estremamente noiosa e faticosa, se dovessero concentrarsi attentamente su tutto ciò che fanno. Si tratta di una concezione errata. Sebbene questa pratica richieda inizialmente una certa dose di vigilanza e produca una sensazione di tensione, l'abitudine alla concentrazione si forma gradualmente e la mente ne diviene quindi capace automaticamente nello svolgimento di qualunque attività, senza provare alcuna fatica. La mente è una creatura abitudinaria.

Parallelamente dovrebbe essere intrapresa la pratica della costante selezione dei pensieri che possono essere ammessi nella mente. Quando non siamo impegnati in una particolare attività mentale, tutti i

tipi di pensieri che fluttuano nell'atmosfera mentale si presentano e si riversano sul nostro corpo mentale, tendendo a generare in esso delle vibrazioni in risposta. La ricerca basata sulla chiaroveggenza ha mostrato come i pensieri non siano vaghi oggetti di cui diveniamo coscienti sul piano fisico, ma realtà definite sul piano mentale, dotate di forme caratteristiche e di capacità vibratoria. Quando una di queste forme-pensiero colpisce il nostro corpo mentale, o quando le vibrazioni emanate dalle forme-pensiero interferiscono con esso, vengono prodotte vibrazioni di risposta, che ci rendono consapevoli del pensiero corrispondente. Naturalmente non tutti i pensieri che appaiono così nella nostra mente sono di origine esterna; alcuni provengono dall'attività autonoma del corpo mentale stesso ma, nella maggior parte dei casi, è difficile stabilire una distinzione.

Che i pensieri provengano dall'esterno o siano direttamente creati dal corpo mentale, quest'ultimo deve essere addestrato a esercitare un costante discernimento nei loro riguardi e non deve essergli permesso di soffermarsi su alcun pensiero di natura indesiderabile. Impulsi di erotismo, odio, vendetta, gelosia, orgoglio si affollano attorno a noi e quei pochi positivi, generati dalle anime pure e nobili, praticamente si perdono nella grande massa di pensieri di tipo inferiore. Quindi, se desideriamo preservare la nostra salute mentale, è assolutamente necessario imparare ad assumere un atteggiamento deciso verso tutti i tipi di cattivi propositi.

Il modo migliore per affrontare un pensiero malvagio che cerca di impossessarsi della nostra mente è di indirizzarla immediatamente verso un altro pensiero, preferibilmente di carattere elevato e nobile. La mente può pensare a una sola cosa per volta e il semplice spostare l'attenzione elimina il primo impulso in modo naturale. In nessun caso dovremmo cercare di combatterlo, soffermandoci su di esso, perché ciò lo rinforza e ne rende più difficile l'espulsione. Se un fiammifero acceso cade accidentalmente su un materiale combustibile, il metodo migliore per prevenire un incendio è spegnerlo all'istante. Se concediamo al materiale il tempo di prendere fuoco, estinguerlo diventa molto più difficile.

Una lunga pratica induce la mente a scacciare automaticamente i cattivi pensieri e non è più necessario alcuno sforzo cosciente per



tenerli lontani. Una nuova frequenza vibratoria si è stabilita nell'insieme del corpo mentale e nulla che non sia in armonia con tale frequenza superiore può influenzarlo. Questi sono i termini scientifici per indicare che il corpo mentale è stato purificato: la sua costituzione si è gradualmente modificata e le combinazioni più sottili della materia mentale che lo compongono sono diventate predominanti, rendendogli così più facile esprimere pensieri di tipo superiore e più difficile rispondere a quelli che generalmente definiamo malvagi.

Nessun male proveniente dall'esterno può colpirci, se non esiste già qualcosa in noi atto a rispondervi. Una persona del tutto priva del desiderio di assumere alcol può stare in compagnia di bevitori senza esserne minimamente influenzata, mentre ciò sarà estremamente rischioso per chi, pur non dedito al bere, ne possiede ancora il desiderio in forma latente. Non sempre possiamo scegliere il nostro ambiente o le persone che ci circondano né esercitare un controllo su di esse. Pertanto l'unica via possibile per salvaguardare la nostra salute mentale è renderci puri e decisi nei confronti del male; vivremo sicuri in qualunque ambiente e, grazie alla maggiore frequenza della nostra vibrazione, eleveremo gradualmente il livello di coloro con cui entriamo in contatto.

La pratica di costante vigilanza e l'atteggiamento positivo verso i pensieri provenienti dall'esterno non solo promuovono la salute e la graduale purificazione della mente, ma sviluppano anche quella stabilità mentale così necessaria per praticare con successo la meditazione. Uno dei problemi più ardui insito nei primi stadi di queste pratiche riguarda la capacità di tenere a bada i pensieri che interferiscono con il momento della meditazione. Il modo corretto per affrontarli è quello di adottare un atteggiamento benevolo nei loro confronti, ignorandoli completamente. La pratica della vigilanza costante durante il giorno sarà di grande aiuto nel mantenere questo atteggiamento positivo, permettendo di acquisire quella resistenza alle influenze esterne che rappresenta una condizione necessaria al successo della meditazione.

La disciplina della mente, delineata nei paragrafi precedenti, se adottata con costante impegno, sarà utile anche per chi non nutre alcuna aspirazione per una vita superiore di sviluppo spirituale, in quanto scoprirà di essere divenuto più efficiente, più equilibrato e



maggiormente in grado di affrontare le prove e le difficoltà della vita. Ma una tale disciplina costituisce solo una preparazione preliminare del più intenso addestramento mentale necessario a coloro che aspirano a vivere la vita superiore dello Spirito e a percorrere la via che conduce alla perfezione. Occupiamoci ora dei passi più avanzati che ogni aspirante desideroso di unificare la coscienza inferiore con quella superiore deve affrontare.

Tale disciplina superiore può essere considerata nei suoi due aspetti. Il primo riguarda l'addestramento più rigoroso della mente alla concentrazione, affinché essa divenga strumento efficace per la meditazione e per altri esercizi spirituali. Il secondo consiste nel liberarla da tutte le imperfezioni, aberrazioni e distorsioni che le impediscono di operare come idoneo strumento della coscienza superiore. Li tratteremo separatamente, affrontando innanzitutto il tema della concentrazione e della meditazione.

Abbiamo già visto come il primo passo per imparare a concentrarsi sia quello di focalizzare la mente sulle diverse attività della nostra vita quotidiana. In tal modo impariamo a prestare attenzione e a tenere sotto controllo il divagare della mente. Il grado di concentrazione raggiunto può variare in modo significativo; e l'aspirante deve mirare ad aumentarlo progressivamente visto che il suo scopo ultimo è quello di dimenticare tutto ciò che lo circonda e se stesso. Gli uomini di maggior successo, che hanno raggiunto posizioni elevate nelle rispettive sfere di attività, possiedono in una certa misura questo potere di concentrazione; maggiore è tale capacità, più elevata sarà la qualità del loro.

Per acquisire questa abilità bisognerà svolgere alcuni specifici esercizi, nei quali l'aspirante applicherà in modo più intenso e consapevole le attitudini che sta già imparando ad assumere nella normale attività quotidiana. Non vi è nulla di spirituale, come alcuni immaginano, in questi esercizi di "ginnastica mentale" che hanno lo scopo di insegnare, il più rapidamente possibile, l'arte di concentrare la mente su qualsiasi argomento, al fine di padroneggiarlo e trasformarlo in uno strumento efficace e obbediente. Il dominio sulla nostra mente dovrebbe essere così totale da permetterci di impegnarla in qualunque compito per un certo periodo di tempo, mantenendola fissa su tale



attività finché questa non sia completata, o finché non decidiamo deliberatamente di interromperla. La capacità di attenzione volontaria, diversa da quella involontaria che si verifica quando ci interessiamo a un qualsiasi argomento, è l'unica prova che ci permette di valutare il grado di padronanza sul nostro strumento.

Solo dopo aver acquisito un significativo controllo saremo in grado di intraprendere la pratica regolare della meditazione, confusa spesso con la vana fantasticheria o con il pensiero consequenziale. Ci si siede a meditare, permettendo alla mente di divagare o di seguire l'abituale corso dei pensieri per il periodo prestabilito, ci si alza infine abbastanza soddisfatti per aver dedicato così tanto tempo alla cosiddetta meditazione. Nulla da stupirsi se non si ottiene praticamente alcun risultato. Per una meditazione efficace è necessario un certo grado di astrazione e chi non ha padroneggiato i passi iniziali, di cui abbiamo parlato in precedenza, non può farla con profitto. Meditare su qualsiasi argomento significa estrarne, per così dire, l'essenza stessa, penetrando nel suo significato più profondo, e ciò non è possibile se non si è prima acquisito, almeno in certa misura, il potere di astrazione, la capacità cioè di allontanarsi dalle regioni superficiali della mente per tuffarsi nelle sue profondità.

Il tema della concentrazione e della meditazione è molto vasto e complesso e non è possibile entrare qui nei dettagli; vi è però un punto importante e interessante che occorre affrontare. Secondo la psicologia moderna è impossibile che la mente rimanga fissa su una particolare immagine per un lasso di tempo considerevole. Per concentrazione essa intende la facoltà di mantenere la mente in movimento all'interno di un ambito ristretto e limitato, determinato come punto focale della coscienza, affinché l'attenzione non si affievolisca.

Questa ipotesi in una certa misura dà conto dell'ignoranza circa la tecnica che permette di trascendere la mente. Per fare questo, ossia per permettere alla coscienza di operare sui piani situati al di là del mentale, è infatti necessario acquisire la capacità di fissare la mente su un'idea particolare; non si tratta quindi di permetterle di spostarsi all'interno di una piccola sfera, ma di concentrarla su una singola idea, immergendovela sempre più a fondo, impresa considerata impossibile dallo psicologo. Acquisita la capacità di svolgere tale com-



pito per un tempo considerevole, senza che la mente vacilli né venga minimamente influenzata da altri stimoli, allora si sarà pronti per il prossimo importante passo: eliminare quell'idea dalla mente e mantenere quest'ultima ancora concentrata e vigile, senza che alcun concetto la occupi. A questo punto la coscienza fuoriesce dal corpo mentale e passa nei piani situati al di là della mente inferiore. Solo allora l'individuo acquisisce una conoscenza diretta della propria vera natura, comprende di essere immortale e partecipa alla Vita Divina; egli è in grado di trascendere, in certa misura, le illusioni della realtà inferiore e di comprendere la vita come essa è realmente. Pur avendo dinanzi a sé prospettive ancora più grandi di realizzazione e di illuminazione, non potrà mai più essere lo stesso uomo. Una volta ridisceso nei piani inferiori, si troverà nuovamente circondato da tutte le limitazioni che li contraddistinguono, ma ora ha ottenuto la Visione e, sebbene tutte le cose di prima non siano affatto cambiate, egli le percepirà sotto una nuova luce, quella della Realtà che ha intravisto.

Questo è il vertice della disciplina mentale e dell'addestramento che l'aspirante alla conoscenza diretta delle realtà della vita deve affrontare. Gli stadi superiori, come si vedrà, fanno parte di quella particolare tecnica di vita spirituale chiamata Yoga nella terminologia orientale. Chi studia la letteratura Yoga riconoscerà facilmente, nelle pratiche volte a mantenere la mente fissa su una singola idea per poi abbandonarla, diversi stadi del *Samādhi*.

Il secondo aspetto della disciplina mentale riguarda la purificazione della mente e l'eliminazione di tutte quelle distorsioni che ostacolano l'adempimento delle sue funzioni nella nostra vita.

Abbiamo già visto come l'abitudine alla vigilanza costante e lo sforzo per eliminare i pensieri negativi e impuri conducano gradualmente alla purificazione della mente che può raggiungere uno stadio molto più elevato mediante la pratica della meditazione. In essa facciamo vibrare regolarmente il corpo mentale a frequenze molto elevate, pensando intensamente a temi spirituali. Permettiamo inoltre l'afflusso all'interno del corpo mentale di forze spirituali estremamente incisive, provenienti dai piani superiori. Questo duplice processo espelle dal corpo mentale tutte le combinazioni più grossolane di materia mentale, incapaci di vibrare a tali frequenze superiori, che vengono



così rimpiazzate da combinazioni di materia più sottile, in grado di rispondere immediatamente ai nuovi pensieri e impulsi. Ecco perché la meditazione è uno dei mezzi più validi per purificare in modo rapido ed efficace il corpo mentale e renderlo maggiormente sensibile alle energie più sottili che fluiscono in esso dai piani interiori.

L'altro ostacolo che impedisce di usare efficacemente il corpo mentale come strumento della vita divina dentro di noi è dovuto alla distorsione prodotta nella mente da complessi e pregiudizi di vario genere. L'esame dell'aura del corpo mentale basato sulla chiaroveggenza ha dimostrato che, quando una persona sviluppa un pregiudizio di qualsiasi tipo, avviene una specifica trasformazione nel corpo mentale nell'area che corrisponde a quel tipo di pensiero. Come ben sanno gli studiosi di occultismo, ai vari tipi di pensiero sono assegnate diverse aree del corpo mentale, proprio come diverse parti del cervello sono assegnate ai vari sensi e tipi di attività mentali. Quando una persona soffre di un pregiudizio profondamente radicato su un qualunque soggetto, la specifica parte del corpo mentale corrispondente a tale ambito ne è influenzata. La materia mentale cessa qui di circolare liberamente e viene a instaurarsi una condizione malsana, che impedisce alla mente di pensare in modo chiaro e corretto in relazione a tale soggetto. Se il numero di tali pregiudizi è elevato e il corpo mentale risulta sconvolto in misura considerevole, la sua possibilità di funzionare correttamente sarà enormemente limitata. Per chi sia impegnato nella ricerca della Saggezza Divina occorre risolvere tutti questi complessi e rendere libera e aperta la mente, affinché possa davvero servire come strumento del Sé Superiore. Anche nelle questioni relative alla nostra vita ordinaria sappiamo quale effetto paralizzante sull'attività mentale esercitino i pregiudizi e come essi limitino la nostra prospettiva. La presenza di tali distorsioni è ancora più disastrosa per l'aspirante alla conoscenza spirituale, che deve far discendere nel proprio corpo mentale quella proveniente dai piani superiori. Egli deve eliminare del tutto queste limitazioni, se desidera disporre di uno strumento sano e affidabile per il proprio lavoro mentale.

Le gravi distorsioni prodotte nella mente da pregiudizi profondamente radicati sono semplicemente forme consolidate della tendenza generale a lasciare spazio a ogni tipo di pregiudizio nella nostra vita



mentale; varrebbe la pena soffermarsi un momento su questo problema, ossia sulla tendenza a vedere tutto ciò che ci circonda attraverso lenti colorate. Non si tratta di una mera digressione dal nostro discorso principale, ma di una parte integrante ed essenziale dell'autocultura. La capacità di considerare le cose come sono, per quanto possibile entro i limiti dei piani inferiori, è uno dei requisiti preliminari per l'acquisizione della visione spirituale e nulla è maggiormente di ostacolo della presenza di pregiudizi e di complessi radicati nella nostra mente. La mancanza di dati o fatti sufficienti nel giudicare oggetti e situazioni può essere compensata, in una certa misura, dall'illuminazione proveniente da *Buddhi* o dall'intuizione ma, poiché *Buddhi* non è in grado di operare attraverso un mezzo distorto come quello rappresentato da una mente percorsa da complessi di ogni tipo, risulta molto difficile, se non impossibile, per una mente che si trovi in tale stato vedere le cose nella giusta prospettiva.

Analizziamo ora il modo in cui si produce il pregiudizio e come una certa visione distorta della realtà sia inevitabile, finché non ci si elevi al di sopra della mente, osservando la vita liberi dalla sua azione rifrattiva. Ogni corpo mentale dispone di una specifica serie di capacità vibratorie, risultanti dalla sua evoluzione passata, dalla sua composizione e dalle modalità di vibrazione abitualmente generate nel pensare ai problemi più diversi. Alcune di queste capacità vibratorie sono attive, mentre altre sono in forma latente come *Samskāra* o tendenze. La loro presenza nel corpo mentale modifica, in misura maggiore o minore, qualsiasi nuovo pensiero o punto di vista. L'impressione mentale prodotta nella coscienza non è ciò che si dovrebbe generare dall'interazione con un pensiero allo stato puro, ma la risultante delle tendenze già presenti nel corpo mentale. È quindi del tutto ovvio che, a meno di non essere in grado di bloccare o eliminare le tendenze già presenti nella mente prima che il pensiero ci giunga dall'esterno, non potremo mai vedere l'oggetto o il soggetto rappresentato da quel pensiero come esso è realmente, ma sempre come modificato dai nostri stessi pensieri. Ed è questa sospensione, o neutralizzazione, delle tendenze attive o latenti della mente che permette di mantenere quella che viene comunemente definita un'apertura mentale; una simile capacità può essere acquisita con molta difficoltà



e dopo una disciplina mentale severa e prolungata. La maggior parte delle persone attraversa la vita indossando lenti di ogni colore e osservando la realtà attraverso di esse, senza accorgersi minimamente che la sua visione delle cose e delle persone possa essere viziata. Quando tali pregiudizi divengono specifici e, per così dire, localizzati, assurdi preconcetti rinchiodano la nostra visione mentale entro angusti confini, innalzano steccati attorno alla nostra mente e a volte ci rendono completamente ciechi verso particolari ambiti.

Da tutto ciò si evince la necessità di procedere con grande cautela nei confronti delle nostre opinioni, di considerarle con distacco anziché formularle con risolutezza, come avviene per la maggior parte di noi. In fondo, cosa sono le nostre opinioni se non specifici modi di guardare mentalmente la realtà, basandoci sui nostri precedenti schemi di pensiero, i quali possono essere modificati e, anzi, saranno modificati via via che cresciamo e acquisiamo esperienza? Si tratta semplicemente di fasi passeggera della nostra vita mentale, soggette al cambiamento, come qualunque altro aspetto dell'esistenza. Se ci rendiamo conto di ciò, ossia che la nostra opinione su qualsiasi argomento è solo un particolare modello di pensiero, tra gli innumerevoli che possono coesistere nello stesso momento, e che non è necessariamente più vera delle altre, saremo più inclini a tollerare le opinioni altrui e a dare meno importanza alla nostra. La verità è qualcosa al di là delle opinioni e dei punti di vista particolari e solo elevandoci fino alla regione della Realtà potremo vedere ogni cosa nella sua giusta prospettiva.

Per quanto riguarda l'educazione della mente inferiore non è possibile né necessario trattare un argomento tanto vasto in questo breve studio, anche se vi sono alcuni punti di fondamentale importanza da tenere presenti.

L'atteggiamento generale dell'occultista verso l'acquisizione della conoscenza è molto diverso da quello del tipico intellettuale dei nostri giorni. Lo sviluppo della scienza moderna, che ha naturalmente incoraggiato la ricerca di una conoscenza circostanziata in diversi domini, ha senza dubbio condotto a molte sorprendenti scoperte e all'apertura di nuove prospettive gnoseologiche: ci ha permesso di acquisire il controllo sui poteri della Natura nell'ambito fisico in una misura



inimmaginabile cento anni fa, ma ha altresì prodotto una malsana brama di nozioni di ogni tipo, spesso manifestamente inutili. Un tale atteggiamento privo di discernimento nell'acquisizione della conoscenza non sarebbe forse così dannoso per la nostra vita se non indebolisse in realtà il vero significato dei valori, inducendoci a sacrificare ciò che è importante ed essenziale per ciò che è più o meno superfluo. Pensiamo al nostro moderno sistema educativo. La maggior parte dei contenuti assimilati nelle scuole e nelle università non sarà mai concretamente utilizzata, mentre manca tutto il sapere di vitale importanza per vivere correttamente. Quest'ultimo dovrà essere appreso in modo incerto attraverso i nostri sforzi, spesso dopo aver commesso molti errori e affrontato inutili sofferenze.

L'occultista attribuisce il giusto valore alla conoscenza, ma crede nella necessità di avere discernimento quando si avvicina ai temi relativi al lato fenomenico della Natura. Innanzitutto egli comprende che tutto il sapere ottenuto tramite la mente inferiore è relativo e quindi non vi attribuisce l'importanza che esso invece possiede agli occhi dell'uomo comune. Si appropria dei concetti necessari e utili nel proprio lavoro, evitando di sovraccaricare la mente con nozioni dettagliate, al momento prive di alcuna utilità; non considera la conoscenza come una sorta di ornamento o un hobby, come tendono a fare alcuni dei nostri studiosi e scienziati. In secondo luogo egli sa che è possibile sviluppare facoltà sovrasensibili tramite le quali acquisire, senza eccessive difficoltà, qualsiasi tipo di conoscenza necessaria. Lo sviluppo del corpo causale e del veicolo buddhico, nonché delle facoltà a essi inerenti, rende superfluo l'accumulo di conoscenze dettagliate nella mente inferiore, in ragione della facilità con cui queste possono essere ottenute in qualsiasi momento e dell'affidabilità di gran lunga superiore che le contraddistingue, se acquisite tramite questo canale.

Ciò non significa, naturalmente, che l'aspirante alla Divina Saggezza debba disprezzare la conoscenza fenomenica dell'esistenza o che possa permettersi di trascurare la cultura della mente inferiore. Sono pochissime le persone in grado di sviluppare le proprie facoltà sovrasensibili nell'immediato presente e, per molte vite a venire, la grande maggioranza dei candidati che percorrono il sentiero dell'autorealizzazione dovrà lavorare nel proprio corpo mentale inferiore e

attraverso di esso. Anche quando tali facoltà possano essere acquisite, un corpo mentale ben sviluppato è comunque necessario per ricevere e formulare correttamente la conoscenza proveniente dai piani superiori. Lo studente di occultismo perciò non può fare a meno di coltivare la propria mente, di usarla con discernimento e guidarla lungo un sentiero corretto, in accordo con lo scopo e gli ideali più alti della sua vita.

Quali principi generali dovrebbero guidarci nella cultura della mente inferiore? Di seguito ne indicheremo alcuni.

Nell'acquisire la conoscenza dovremmo, per quanto possibile, limitarci agli argomenti che ci interessano direttamente e studiarli attenendoci agli aspetti essenziali. È necessario adoperare un notevole discernimento, poiché il dominio della conoscenza è illimitato e la nostra vita è fugace. Se abbiamo uno scopo non possiamo permetterci di sprecare tempo ed energia per fatti e idee inutili, soprattutto quando esistono così tante conoscenze durature a acquisire nel breve tempo a nostra disposizione. Certo, ognuno deve decidere da sé quale conoscenza abbia un valore reale e permanente ma, in via generale, tutta la conoscenza che ci permette di realizzare i nostri scopi principali e secondari nella vita è importante, mentre quella che non è possibile utilizzare in questo modo si può considerare, almeno momentaneamente, inutile.

Proprio come un gioielliere sa valutare le gemme e le pietre preziose dovremmo imparare a stimare il valore dei fatti e delle idee, a separare l'utile dall'inutile e anche a effettuarne una classificazione in base al valore intrinseco o relativo che possiedono. Lo studente della Divina Saggezza dovrebbe fare in modo che, per quanto possibile, la sua mente si appropri solo di idee preziose, tesori di saggezza ed esperienza dotati di inesauribile valore.

Dovremmo accertarci anche che tali idee abbiano una forma appropriata e siano chiare, precise e ordinate, così da poterle utilizzare facilmente e con profitto. Idee vaghe e fatti privi di ordine, anche se di grande significato, non potranno essere di alcun vantaggio nella pratica di un pensiero elevato o nella soluzione dei veri problemi della vita, come succede con le pietre preziose ancora grezze che, nonostante il loro valore, non possono ancora essere impiegate per creare dei gioielli.

Il secondo importante principio che dovrebbe guidarci nell'educazione della nostra mente è sapere che lo sviluppo delle facoltà e dei poteri mentali è importante quanto l'accumulo di conoscenze, dal momento che l'evoluzione del corpo mentale si misura non tanto in ragione della quantità di fatti che contiene ma della capacità di acquisire facilmente la conoscenza di qualsiasi argomento e di utilizzarla per le finalità che via via si presentano. Una mente capace di afferrare rapidamente una nuova idea, pensando in modo accurato e applicando efficacemente le conoscenze che possiede alla soluzione di ogni tipo di problema, è più preziosa di una mente priva di tali capacità, per quanto traboccante di fatti e concetti non assimilati. Dobbiamo ricordare che tutta la conoscenza è già presente nella coscienza del *Logos* del nostro Sistema; è la mancanza di corrispondenza nei nostri veicoli a impedire che quella si trasferisca nel campo della nostra coscienza. Un corpo mentale perfetto dovrebbe essere come una radio di ottima qualità, capace di sintonizzarsi su qualsiasi lunghezza d'onda del pensiero della Mente Divina, acquisendo tutta la conoscenza relativa.

Infine, se nella nostra vita mentale vogliamo assumere una prospettiva corretta, dovremmo imparare a correlare tra loro tutte le nostre conoscenze e considerarle come parti di un'ampia sintesi. Solo allora potremo comprendere il ruolo e il valore di ogni frazione all'interno del tutto, capaci quindi di sviluppare la nostra vita mentale in modo sistematico e ordinato. Esiste un piano a partire dal quale tutti i diversi rami della conoscenza appaiono come quelli di un grande albero, uniti in un singolo tronco e radicati in un'unica Coscienza. Se ciò è vero, lo sforzo compiuto per mettere in reciproca relazione le nostre conoscenze deve porci in sintonia con tale piano, avvicinandoci a quella visione sintetica in cui tutto il vero sapere appare originato dalla Mente Universale.



Capitolo 10

Le funzioni del corpo causale

Nella psicologia occidentale la parola “mente” indica un gruppo complesso e vagamente definito di fenomeni connessi con il funzionamento della coscienza. Nei suoi livelli inferiori vengono inclusi sentimenti ed emozioni, in quelli superiori rientrano i pensieri astratti e la facoltà poco compresa e alquanto sospetta cui è stato dato il nome di intuizione. Tale imprecisione nella classificazione è inevitabile fintantoché consideriamo il cervello come l’origine di tutti questi fenomeni mentali anziché uno strumento che serve, da un lato, a raccogliere le vibrazioni provenienti dalle diverse vie dei sensi e, dall’altro, a far penetrare nella coscienza fisica differenti tipi di energie che confluiscono su di esso dai mondi fisici superiori, sovrasensibili. Il cervello è, in un certo senso, solo uno schermo, su cui i fenomeni dei diversi mondi tracciano la loro ombra ed è difficile comprenderli partendo da una proiezione, così come è arduo farsi un’idea della reale natura degli oggetti dietro la tela in un teatro di ombre cinesi. Chiunque voglia studiarli adeguatamente e comprendere in modo corretto la loro natura, deve [andare] oltre lo schermo e vederli direttamente, senza cercare di speculare all’infinito su di essi, partendo dalle forme illusorie presenti in superficie. I nostri moderni scienziati e psicologi sono attualmente impegnati a indagare le ombre che si muovono sullo schermo, a esaminare le forme e a speculare su di esse, ignari che si tratta di proiezioni di realtà situate al di là, che potranno essere studiate solo andando oltre lo schermo e osservandole direttamente.

Quando i fenomeni che si manifestano attraverso il cervello ven-

gono esaminati dall'occultista, si scopre che hanno la loro origine in diverse parti dell'essere umano il quale ha, come abbiamo già visto, una costituzione complessa. Un insieme di veicoli lo collega a tutti i piani interiori e ogni veicolo invia le proprie specifiche vibrazioni nel cervello, producendo i molteplici fenomeni della nostra coscienza fisica. Così le nostre sensazioni e i nostri sentimenti sono dovuti alle ripercussioni del sistema cerebro-spinale, causate da vibrazioni provenienti dal piano astrale. I nostri pensieri derivano dalla riproduzione nel cervello fisico delle vibrazioni del piano mentale. E le nostre vere intuizioni sono deboli echi di vibrazioni le quali traggono origine dai piani più sottili, che risiedono ancora più in profondità. A causa di questa variegata natura delle fonti da cui derivano i fenomeni che appaiono nella coscienza fisica non è possibile classificare questi ultimi e assegnarli alle loro rispettive aree di provenienza, eccetto nel caso in cui si sia in grado di lasciare volontariamente il veicolo fisico ed esaminare in piena coscienza i fenomeni dei piani sovrasensibili. Infatti, nel suo vero significato, la scienza dell'occultismo, che è alla base dell'Antica Sapienza, è il risultato di tali investigazioni condotte da una lunga catena di adepti nel corso dei secoli.

Quando i fenomeni che chiamiamo pensieri vengono esaminati dagli psicologi, essi appaiono classificabili in due sottogruppi: quelli concreti, relazionati a nomi e forme, e quelli astratti, che riguardano i concetti e i principi immateriali. Entrambi appaiono nella nostra coscienza fisica attraverso il cervello. L'investigazione occulta ha mostrato che questi due tipi di pensieri, del tutto distinti l'uno dall'altro, traggono origine in due diversi veicoli di coscienza operanti sul piano mentale. Infatti il piano mentale con i suoi sette sottopiani può essere così distinto: i quattro sottopiani inferiori formano un gruppo e servono come mezzo per la manifestazione dei pensieri concreti; i tre sottopiani superiori costituiscono un altro gruppo e servono come mezzo per la manifestazione dei pensieri astratti. La divisione non è arbitraria ma perfettamente naturale, in quanto la materia appartenente a questi due insiemi di sottopiani entra nella composizione di due veicoli di coscienza completamente distinti: il corpo mentale inferiore, veicolo dei pensieri concreti, e il corpo mentale superiore, veicolo dei pensieri astratti. I due corpi non solo servono come veicoli

di due differenti tipi di fenomeni mentali, ma appartengono, come abbiamo visto nel capitolo 2, a due diverse componenti della nostra costituzione interna. Il corpo mentale inferiore è il costituente più sottile della personalità transitoria, che cambia di incarnazione in incarnazione, mentre il corpo mentale superiore, chiamato corpo causale nella letteratura teosofica e *viññānamāyā-kosha* nel *Vedānta*, forma il veicolo inferiore dell'Ego immortale, il quale permane di vita in vita e passa attraverso i processi evolutivi delle diverse ere. Si vedrà quindi che la linea di demarcazione tra la mente inferiore e quella superiore non solo separa questi due principi mentali, ma anche il sé inferiore dal Sé Superiore nell'uomo. Abbiamo già trattato della costituzione e delle funzioni del corpo mentale inferiore, veicolo dei pensieri concreti. Prenderemo ora in considerazione il corpo causale, esaminandone il ruolo e il posto che occupa nella nostra costituzione interna.

Il corpo causale è composto, come già sottolineato, dalla materia dei tre sottopiani superiori del piano mentale e costituisce il veicolo più esterno dell'Ego immortale, operante attraverso *Ātmā-Buddhi-Manas*. Esso si forma per la prima volta quando avviene l'individuazione e un raggio del Primo *Logos* entra nell'anima-gruppo di un animale. Questo corpo è il depositario di tutte le esperienze attraverso le quali passa l'Ego nelle successive incarnazioni e delle facoltà che questo gradualmente sviluppa nel corso della sua evoluzione. All'inizio, subito dopo la sua formazione, la sua aura è simile a un ovoidale, che ricorda una bolla di sapone incolore. Ma con il prosieguo della fase evolutiva e il graduale passaggio dalla latenza alla potenza delle diverse facoltà dell'Ego, che iniziano a operare attraverso di esso, appaiono gradualmente nella sua aura dei colori brillanti, fino a che, come nel caso di un adepto, il corpo causale aumenta notevolmente di dimensioni, assumendo colori brillanti e cangianti di incredibile bellezza. Non è possibile immaginare le condizioni e le forme di questi mondi superiori attraverso la nostra limitata coscienza fisica, benché alcuni scrittori abbiano tentato di descriverle sulla base dei risultati ottenuti nelle indagini chiaroveggenti.

Passiamo quindi a considerare le funzioni del corpo causale, dal momento che molti studenti trovano difficile comprenderle, confondendole a volte con quelle della mente inferiore e, a volte, con quelle di *Buddhi*.



Per primo, il corpo causale esercita il ruolo di organo del pensiero astratto: la formazione dei concetti astratti dipende dalle vibrazioni della materia che appartiene a questo veicolo di coscienza. Proprio come i sentimenti e le sensazioni sono dovuti alle vibrazioni del corpo astrale, i pensieri concreti, caratterizzati da nomi e forme, derivano da quelle del corpo mentale inferiore, mentre i pensieri astratti sono generati dalle vibrazioni prodotte nel corpo causale.

Visto che molte persone prive di familiarità con la psicologia hanno un'idea molto confusa della differenza tra pensieri concreti e pensieri astratti, ci soffermeremo su questo punto prima di procedere oltre. Qual è la differenza tra i due? Il modo migliore per comprenderlo è ricorrere ad alcuni esempi forniti dalla matematica. Prendiamo un triangolo. È possibile disegnare o immaginare triangoli isosceli, rettangoli, scaleni, equilateri, piccoli, grandi. Ma, qualunque sia la dimensione o la forma, alcune particolarità li accomunano e li rendono tali. Sono le proprietà distintive, chiaramente definite dalla matematica, che è possibile, per così dire, astrarre e utilizzare per concepire un triangolo ideale. Questo non avrà forma o dimensione, sarà solo un concetto. Non possiamo immaginarlo nella nostra mente perché, appena ci proviamo, esso si manifesta come uno specifico triangolo concreto. Allo stesso modo possiamo considerare un'altra figura geometrica, un cerchio o un quadrato, e dagli innumerevoli cerchi o quadrati che è possibile immaginare astrarre le qualità particolari di queste figure ed elaborare concetti relativi al cerchio o al quadrato. Lo stesso accade in altri ambiti del pensiero. Quando diciamo "cavallo", difficilmente ci rendiamo conto che non ci riferiamo a nessun animale in particolare ma a un mero concetto cui abbiamo dato forma osservando un certo numero di esemplari. Tutti questi nomi comuni sono dunque semplici concetti, ai quali si è arrivati osservando alcuni oggetti della stessa classe, estraendo da essi le qualità essenziali e costruendo su tale base un'immagine che li include tutti ma che non è nessuno di essi. Questo è il punto che dobbiamo comprendere: il concetto di triangolo appartiene a una diversa categoria o a un diverso piano e, nel momento in cui immaginiamo un triangolo, scendiamo dal piano astratto a quello concreto.

Gli esempi riportati illustrano la differenza tra il concreto e l'astrat-



to, ma il dominio dell'astratto si estende ai diversi campi del pensiero umano. Tutte le generalizzazioni e le leggi scientifiche, tutti i sistemi filosofici, tutti i principi si occupano di definire le relazioni tra i diversi oggetti o le diverse idee e rientrano nel dominio del pensiero astratto. Il concreto e l'astratto sono quindi inseparabili, benché di natura completamente diversa; essi si intrecciano nel campo dell'intelletto come l'ordito e la trama in un tessuto.

Il veicolo della coscienza che funge da organo del pensiero astratto, nella nostra costituzione interiore, è il corpo causale. È vero che il pensiero astratto viene elaborato utilizzando il cervello, ma quest'ultimo è semplicemente uno strumento che riproduce flebilmente, nella nostra coscienza fisica, le vibrazioni inizialmente generate nel corpo causale, che è la loro sede. Queste vibrazioni vengono riflesse da un veicolo all'altro, finché non appaiono nel cervello fisico, dopo aver perso lungo il tragitto gran parte della loro intensità e chiarezza. Sul piano della Mente Superiore i pensieri astratti non sono quelle idee vaghe e indefinite che ci appaiono quaggiù, ma realtà effettive che possono essere percepite dalle facoltà del corpo causale. L'Ego, nel suo corpo causale, può manipolare e lavorare con queste idee e con questi principi astratti così come noi, operando nella mente inferiore, possiamo manipolare le idee e le immagini concrete. Solo quando una di queste idee viene proiettata nella mente inferiore essa assume una forma definita e la condizione astratta si trasforma in condizione concreta. Dalla relazione tra pensieri astratti e concreti si dovrebbe evincere chiaramente come, quando un pensiero astratto discende dal proprio piano in quello della mente inferiore, esso possa assumere innumerevoli forme, tutte correlate tra loro da alcune caratteristiche essenziali che sono, per così dire, insite nell'idea astratta. Per riprendere l'esempio del triangolo, quando l'idea astratta di triangolo, una realtà definita sul piano mentale superiore, discende nel campo della mente concreta, essa può generare un numero infinito di triangoli. Nel proprio piano l'Ego conosce l'essenza di un triangolo. Nel piano mentale inferiore può invece conoscere un *particolare* triangolo, che ne possiede le qualità essenziali.

Appare quindi evidente il grande vantaggio di conoscere tale essenza delle cose rispetto al conoscere le cose concrete. Quando cono-

sciamo l'universale conosciamo, per così dire, tutti i particolari inclusi in quella categoria. Il matematico, che possiede l'idea astratta di un triangolo, conosce in un certo senso tutti i triangoli immaginabili. Lo scienziato che formula una legge acquisisce il dominio su tutti i fenomeni contemplati da quella. L'occultista che scopre una legge occulta diventa subito edotto su un particolare aspetto della vita. Se conosciamo innumerevoli fatti o dettagli di un tipo particolare, ma ignoriamo la relazione tra essi esistente, la loro natura o qualità essenziale, non solo non li conosceremo correttamente, ma non potremo utilizzarli nel nostro lavoro. Una quantità di fatti non correlati e non collegati tra loro è solo un ammasso di detriti; scoprendo il principio fondamentale che li unisce è possibile invece trasformarli in un materiale prezioso dai molteplici utilizzi.

Scoprire i principi e le leggi fondamentali del mondo fisico è uno degli obiettivi principali della scienza e sono proprio le leggi e i principi scoperti finora che hanno permesso allo scienziato di ottenere il controllo sulle forze naturali del mondo fisico. L'occultista agisce in modo simile nei confronti dei regni sovrasensibili della Natura poiché, diversamente dallo scienziato, non esclude alcun ambito naturale dalla propria indagine. Egli acquisisce così la conoscenza e il controllo delle forze appartenenti a tutti i domini della Natura.

Vediamo così che la conoscenza dei principi fondamentali elimina la necessità della ricerca interminabile di dettagli e fatti e ciò permette di risparmiare tempo ed energia. Si dice che i grandi Maestri di Saggezza conoscano tutti i principi fondamentali in ogni sfera della vita e non si preoccupino dei dettagli; se desiderano informazioni particolareggiate su qualcosa di specifico, focalizzano la loro mente inferiore sull'argomento e le ottengono senza alcuna difficoltà. Essendo i loro corpi causali completamente sviluppati, Essi possono funzionare in piena coscienza sul piano mentale superiore, conoscendo e interagendo con questi principi fondamentali su tale piano, senza dover operare attraverso il mezzo pesante e relativamente rigido del cervello fisico. La loro comprensione delle leggi della Natura e dei principi fondamentali della vita è molto più completa di quella di chi limita la propria coscienza al solo piano fisico. Va ricordato che questi principi esistono eternamente nella Mente Universale del *Logos* e lo svilup-

po del corpo causale consente semplicemente all'individuo di averne contezza. Tutto ciò che può essere conosciuto nel sistema solare è già presente nella Mente del *Logos*. Sono l'insensibilità e lo scarso sviluppo dei nostri veicoli di coscienza a impedirci di apprendere ogni cosa. Nel momento in cui sviluppiamo la capacità di rispondere a qualsiasi particolare tipo di vibrazione, possiamo entrare in contatto con la parte corrispondente della sua coscienza.

Esaminiamo ora un'altra funzione del corpo causale, la formazione del quale segna la nascita dell'anima umana che, da quel momento, attraversa i processi dell'evoluzione dell'uomo in base alle leggi della Reincarnazione e del *Karma*. Grazie a questo processo, le qualità contenute in germe nell'anima vengono gradualmente risvegliate, passando dalla latenza alla potenza, e l'evoluzione procede dalla condizione del selvaggio a quella dell'uomo civilizzato, per giungere infine all'Uomo Perfetto. Il graduale dispiegarsi dei caratteri umani e divini è contrassegnato da uno sviluppo parallelo del corpo causale, che si esprime con un aumento delle dimensioni della sua aura, con la comparsa di fasce di colori brillanti e con un aumento generale della luminosità. Uno studio dei corpi causali di diversi individui ha mostrato una relazione tra i colori presenti in questi corpi e gli aspetti sviluppati dall'Ego così che, semplicemente osservando un corpo causale con la vista chiaroveggente di tale piano, è possibile conoscere con certezza lo stadio di sviluppo raggiunto dall'Ego e le caratteristiche sin qui consolidate. Proprio come i fisiologi hanno analizzato il corpo fisico e ne conoscono ogni aspetto anatomico, così gli occultisti hanno studiato il corpo causale, indagandone a fondo la costituzione e le leggi che ne governano la crescita. Nella nostra vita ordinaria, limitata alla coscienza del piano fisico, possiamo comprendere molto vagamente la natura del corpo causale e il modo in cui la coscienza opera attraverso di esso.

Così vediamo che la seconda funzione del corpo causale è quella di agire come depositario dei frutti dell'evoluzione umana, man mano che essi vengono raccolti nel corso delle successive incarnazioni dell'Ego. Vi sono, tuttavia, due punti da evidenziare in relazione a questa graduale crescita del corpo causale. Il primo è che, durante il periodo trascorso nel *Devachan* o mondo celeste, alla fine di un ciclo di



vita, le esperienze dell'ultima esistenza trascorsa sulla terra vengono lentamente assimilate e la loro essenza, sotto forma di facoltà, viene trasferita nel corpo causale, entrando a far parte della sua costituzione. La personalità, per così dire, filtra tutte le proprie esperienze e, prima di dissolversi e svanire, consegna il prodotto di tale distillazione, l'essenza preziosa di tutto il vissuto personale, al suo genitore, l'Ego che l'ha partorita. Così l'Ego incorpora nella sua stessa costituzione tutte le preziose lezioni apprese in quella vita e inizia ogni nuova esistenza con le esperienze precedentemente accumulate. La crescita del corpo causale assomiglia significativamente a quella di un albero che, ogni anno, in autunno perde il suo vecchio fogliame dopo aver trasferito la linfa ai rami e in primavera fa quindi germogliare nuove foglie, per assorbire un rinnovato nutrimento dall'atmosfera, continuando così a crescere.

Ciò spiega il fatto che, quando iniziamo una nuova vita con una serie rinnovata di corpi fisici, astrali e mentali inferiori, non abbiamo memoria di quanto sperimentato in precedenza, ma possiamo trarne pieno vantaggio sotto forma di facoltà e di poteri allora sviluppati e ora integrati nel corpo causale. Non vi è memoria poiché il nuovo corpo mentale non è passato attraverso tali esperienze e non ne contiene alcuna traccia. È l'Ego ad averle vissute e ad averne conservato le memorie, memorie che possono essere riattivate da chi sia in grado di elevarsi in coscienza fino al livello del corpo causale, trasferendo poi nel cervello fisico le immagini mentali di tali vite passate.

Il secondo punto da notare è che gran parte del male riscontrabile nelle persone è semplicemente dovuta alla mancanza di sviluppo delle buone qualità e facoltà corrispondenti nel corpo causale. Durante il processo di evoluzione le nostre esperienze sono diversificate e le varie qualità proprie di un carattere perfetto si sviluppano una dopo l'altra in modo irregolare, non simultaneamente e con ordine. È come se diverse persone iniziassero a dipingere il proprio ritratto e ognuna si dedicasse al lavoro a modo suo. Qualcuno completerà per prima la testa, altri le mani, altri le gambe e così via. I ritratti appariranno molto diversi ma saranno simmetrici e uniformi una volta completati. Lo stesso avviene nel caso del nostro carattere. Ognuno di noi sviluppa le varie qualità in ordine diverso e con tempistiche eteroge-



nec, apparendo così asimmetrici e diversi gli uni dagli altri. Quelli che generalmente definiamo vizi sono per lo più dovuti all'assenza delle corrispondenti virtù, non ancora sviluppate all'interno del corpo causale, e appaiono come fasce scure nello spettro del nostro carattere. Per esempio, l'abitudine a mentire è dovuta alla mancanza, nel corpo causale, della particolare qualità che corrisponde alla Verità e così via. Se consideriamo i nostri simili sotto questa luce saremo inclini ad assumere un atteggiamento più caritatevole verso le loro debolezze e imperfezioni caratteriali e, anziché considerarli malvagi o peccatori, li vedremo semplicemente come esseri non del tutto sviluppati. I loro ritratti sono ancora incompiuti: ogni persona deve completare la propria immagine e, in ragione di ciò, non possiamo adottare alcun altro atteggiamento che non sia di comprensione e di sostegno.

Comunque è da tener presente che, sebbene alla fine avremo sviluppato tutte le qualità necessarie per la perfezione, lo scopo dei processi evolutivi non è quello di produrre sempre lo stesso modello. Tutti gli esseri umani devono giungere alla perfezione, tutti devono svilupparsi integralmente, ma continuando a essere unici. Non esistono due individualità esattamente uguali, benché sessanta miliardi di anime si stiano impegnando lungo lo stesso percorso. Lo schema evolutivo dell'umanità non è una fabbrica che sforna milioni di prodotti identici. Come la Natura nel suo laboratorio sia in grado di condurre alla perfezione un numero così grande di anime, preservandone l'unicità individuale, è uno di quei misteri della vita che non possiamo sperare di risolvere mentre ci troviamo ancora nei regni dell'illusione, da cui possiamo vedere la realtà solo in maniera parziale.

Il corpo causale funge da depositario non solo delle quintessenze di esperienze vissute dalle personalità in diverse incarnazioni e delle facoltà sviluppate attraverso di esse, ma anche del *karma*, buono e cattivo, da quelle prodotto. Questi elementi permangono come semi o impressioni potenziali nel corpo causale e gradualmente giungono a compimento, determinando le condizioni delle vite future. Ecco il motivo per cui si parla di corpo causale. In questo deposito una certa quantità di *karma* viene elaborata, mentre il resto viene aggiunto nel corso di ogni incarnazione, mantenendo una sorta di conto aperto durante le successive vite delle personalità. Il conto personale viene

chiuso solo al momento della Liberazione, una volta che il *karma* individuale sia stato del tutto esaurito.

L'ultimo punto da considerare riguarda i fattori che determinano la crescita del corpo causale. Essa non è casuale: è guidata da due elementi fondamentali che esercitano una pressione costante e determinano la sua direzione. Uno è costituito dall'unicità dell'individuo che si evolve. Come è già stato sottolineato, ogni anima è destinata a essere individualmente unica e la sua crescita è determinata in parte da questa unicità, già presente in qualche modo misterioso nell'eterna Monade, come suggerito dalla massima occulta "Diventa ciò che sei". L'unicità individuale esercita una pressione costante sulla crescita dell'anima durante il suo periodo di evoluzione e questa pressione proveniente dall'interno le assicura il raggiungimento della perfezione.

L'altro fattore, strettamente connesso al primo, è la funzione che l'Individuo o la Monade deve esercitare sul Piano Divino. Ogni anima ha una parte definita da recitare nello schema dell'evoluzione e la sua crescita avviene in maniera tale che essa lo possa fare efficacemente. Le esperienze che attraversa e le facoltà che sviluppa, specialmente negli ultimi stadi evolutivi, sono tali da far emergere la sua singolarità individuale e prepararla a ricoprire il ruolo che le è stato assegnato nel Disegno Divino.

Capitolo 11

Lo sviluppo della Mente Superiore

Nell'ultimo capitolo ci siamo soffermati sul ruolo svolto dalla Mente Superiore nella nostra vita e sul veicolo attraverso il quale essa opera. Nell'affrontare le questioni relative ai piani sovrasensibili dovremmo prestare attenzione a non confondere le idee vaghe e generiche che abbiamo sul piano fisico con le realtà che esse rappresentano. Tali idee dovrebbero essere considerate come meri accenni, come indicatori delle realtà che si trovano dietro di esse e che potremo conoscere solo quando il nostro sviluppo interiore ne renderà possibile la percezione diretta. La tendenza tra gli esseri umani a scambiare le parole per le idee e le idee per le realtà che rappresentano è così marcata che è necessario insistere di continuo sulle enormi limitazioni in cui ci troviamo a operare sul piano fisico, dimentichi che tra l'idea di una realtà e la realtà stessa esiste un abisso, che deve essere colmato, se vogliamo realmente conoscere la realtà in oggetto. Molte persone parlano delle realtà della vita superiore ignare del fatto che hanno a che fare con delle idee, per di più assai vaghe; si tratta comunque di un necessario passaggio preliminare. Il problema sorge quando esse tendono a sentirsi soddisfatte delle semplici idee, anziché procedere nella ricerca delle realtà che si celano dietro.

Prima di trattare i metodi generali che possono essere adottati per lo sviluppo del corpo causale è necessario sottolineare innanzitutto che lo sviluppo di questo corpo, che rappresenta il veicolo più esterno dell'immortale *Jīvātmā* o Ego (come viene chiamato nella letteratura teosofica), è un processo molto lento che richiede centinaia di vite per



essere perfezionato. Si dice che il numero medio di vite trascorse sulla terra tra l'individualizzazione e il raggiungimento dell'adeptato sia pressappoco 777. Di queste, circa 700 vengono usate per acquisire esperienze in condizioni primitive e semicivilizzate, altre 70 per farlo in condizioni civilizzate, perfezionando la natura morale, mentre le ultime 7 permettono di percorrere il Sentiero che conduce all'adeptato. Se consideriamo il fatto che una parte piuttosto rilevante del nostro tempo la trascorriamo tra le diverse incarnazioni successive nei mondi sovrasensibili, vediamo quale lungo e formidabile viaggio intraprenda l'anima quando inizia la propria evoluzione umana e quanto debba essere lento lo sviluppo del corpo causale che registra e incarna un tale processo. Negli stadi iniziali l'evoluzione è guidata esclusivamente dall'esterno, dalle schiere di agenti divini all'opera nel sistema solare, e l'anima non svolge quasi alcun ruolo collaborativo nel proprio sviluppo. Solo verso la fine del suo viaggio, divenuta consapevole dello scopo del lungo percorso intrapreso, essa inizia a partecipare in misura sempre maggiore alla propria crescita ed evoluzione; gli ultimi stadi del suo sviluppo saranno infatti quasi esclusivamente guidati dall'interno verso l'esterno. Il semplice fatto che nell'anima esista il bisogno di guidare la propria evoluzione è segno della sua maturità e mostra che essa si sta avvicinando alla fine del suo viaggio. Quando un tale impulso si manifesta una parte considerevole del lavoro è stata compiuta e sono quindi sufficienti poche vite di addestramento intensivo e di disciplina per completare il compito. Per questo motivo coloro che avvertono il forte bisogno di occuparsi del proprio destino e ottenere la perfezione il prima possibile hanno la ragionevole possibilità di raggiungere tale obiettivo in poche vite, realizzando talvolta miracoli in una sola esistenza. In alcuni casi l'Ego è ben sviluppato, il corpo causale è sufficientemente ben formato e il problema principale resta la comunicazione tra l'Ego e la personalità inferiore, derivante dagli impedimenti prodotti dal *karma* negativo nelle vite precedenti. Non appena questo *karma* viene elaborato, l'Ego comincia a risplendere attraverso la personalità e sembra di assistere a uno sviluppo miracoloso.

Nella gran parte dei casi si tratta di un compito lungo e arduo che richiede un certo numero di vite per essere portato a termine. Nes-



suno può dire quando sarà completato. L'unica garanzia di successo finale risiede nell'infinita pazienza e determinazione che devono essere mantenute fino alla fine, di fronte a qualunque tipo di difficoltà, delusione e fallimento.

Il secondo punto da considerare e comprendere è il rapporto esistente tra la personalità e l'Ego, altrimenti può generarsi una confusione persistente nella mente, capace di annebbiare l'intelligenza e di gettare un'ombra sul cammino che si sta percorrendo. Abbiamo già indicato come le esperienze vissute dalla personalità in una specifica vita vengano trasformate in diversi tipi di facoltà nel mondo celeste e come l'essenza di queste esperienze venga quindi trasmessa all'Ego e incorporata nella sua costituzione. È a questo accumulo di facoltà, vita dopo vita, che si deve in una certa misura la crescita dell'Ego e lo sviluppo dei suoi poteri; diciamo in una certa misura perché l'Ego vive una vita propria nei mondi superiori e l'impatto delle vibrazioni sul suo piano e su quelli superiori serve anche a risvegliare le sue facoltà divine latenti. Quanto una particolare vita sulla terra incida sulla crescita dell'Ego dipende molto dalla relazione che sussiste tra l'Ego e la personalità. La personalità deriva dall'Ego stesso, come una sua emanazione, ma nel corso della sua formazione durante un'incarnazione essa sviluppa una propria vita semi-indipendente, più o meno in accordo con gli interessi dell'Ego e al loro servizio. Potendo quindi essere usata da quest'ultimo per i propri scopi superiori e lungimiranti, l'incarnazione ha grande successo e le esperienze della personalità producono un ricco raccolto cui l'Ego può attingere per il suo sviluppo. Se, al contrario, come accade nella gran parte degli esseri umani, la personalità segue una propria linea di condotta indipendente, non recepisce l'influenza e la guida dell'Ego e resta del tutto assorbita negli interessi temporanei e banali dei mondi inferiori, lo scopo dell'incarnazione sarà in gran parte frustrato. Benché un certo profitto venga invariabilmente acquisito e qualche progresso raggiunto, da un punto di vista superiore il raccolto risulta modesto.

Quanto sopra esposto non dovrebbe far pensare a due entità indipendenti che operano dentro di noi. Vi è, in realtà, solo Una Vita, quella del *Logos*, che agisce in ogni luogo. Un raggio della Sua coscienza opera in un *jīvātmā* attraverso l'insieme dei veicoli appropriati sui



diversi piani. In quelli spirituali superiori di *Ātmā-Buddhi-Manas* questo raggio di coscienza produce un centro di individualità, dove però il senso di individualità è sopraffatto dalla travolgente consapevolezza dell'unità e dell'intima relazione con la vita divina in cui esso è radicato. Il velo di *Māyā* è presente ma è abbastanza sottile da permettere all'Ego di vedere parzialmente la Realtà sottostante. Quando questo raggio di coscienza divina discende ulteriormente nella materia e opera attraverso i tre corpi inferiori nei mondi fisico, astrale e mentale inferiore, dove i veli dell'illusione sono spessi e difficili da penetrare, il senso di unità e la coscienza della propria origine divina si perdono. L'associazione e l'identificazione costante della coscienza con i suoi tre veicoli sviluppa un falso senso dell'"io" che rappresenta l'essenza e la radice della personalità, il perno che unisce tra loro i nostri ricordi e le nostre esperienze in un tutto composito. Ecco perché l'"io" della personalità, sebbene sia basato sull'Ego, da cui deriva, e in definitiva sulla Monade, funziona come un'entità indipendente, ignaro della propria origine divina e dello scopo per cui esiste. Nelle prime fasi dell'evoluzione ciò non ha importanza, poiché in esse sono necessari tutti i tipi di esperienze per costruire l'individualità grezza e qualsiasi fatto è sufficiente come materiale da costruzione. Ma negli ultimi stadi, quando occorre esercitare il discernimento nella scelta delle prove al fine di perfezionare l'individualità e far emergere la sua divinità e unicità, essa deve mettersi al servizio del Sé Superiore. Naturalmente questa personalità, legata all'illusione e preda del suo egocentrismo, è solo un'entità temporanea, destinata a dissiparsi e a scomparire alla fine dell'incarnazione, quando tutto il suo vissuto convergerà nel Mondo Celeste e la sua essenza sarà trasferita all'Ego; ma il modo in cui essa opera incide decisamente sullo sviluppo dell'individualità negli stati evolutivi avanzati.

Così vediamo che da un Ego derivano molte personalità, ciascuna delle quali vive la propria vita e arricchisce l'Ego con le proprie esperienze, finché questi non sia sufficientemente sviluppato da non aver più bisogno di quelle connesse con i mondi inferiori dell'illusione. Va inoltre ricordato che ogni personalità non solo è derivata dall'Ego, ma che ne costituisce solo una manifestazione parziale, una sfaccettatura del diamante dell'anima. Ecco perché le diverse incarnazioni della



stessa anima non sono così simili come ci si aspetterebbe, considerando lo stretto rapporto esistente tra l'Ego e le sue personalità. In ogni incarnazione solo alcuni aspetti e alcune facoltà dell'Ego sono oggetto di manifestazione, mentre altri elementi rimangono in sospenso, in latenza, e verranno espressi in incarnazioni successive. Infatti ogni incarnazione deve aver luogo in circostanze determinate dal *karma* e dai requisiti evolutivi dell'anima, e ciò limita l'insieme delle qualità che possono essere espresse in quella personalità. L'etnia in cui l'anima si manifesta, l'eredità corporea, le condizioni climatiche, il genere del corpo fisico, il *karma* che deve elaborare, le facoltà che deve sviluppare in quell'incarnazione sono tutti fattori che contribuiscono a condizionare l'espressione dell'Ego e solo un certo numero di facoltà e di qualità, tra le molte già sviluppate, può trovare espressione in una sola vita. Le diverse personalità che appaiono, una dopo l'altra, nella più ampia esistenza dell'Ego forniscono la necessaria varietà di circostanze e di opportunità per uno sviluppo completo, permettendo il raggiungimento di quella perfezione che include tutti i poteri e le facoltà divine. La natura opera lentamente ma i suoi metodi sono sicuri e i suoi scopi vengono perseguiti con consumata abilità e instancabile perseveranza.

La discussione riguardante il rapporto tra la personalità e l'Ego o tra l'io inferiore e l'io Superiore non deve essere giudicata come una digressione o una questione di mero interesse teorico. Al contrario, una chiara visione di questa relazione dovrebbe essere considerata uno dei requisiti più importanti per intraprendere il difficile compito di svelare la nostra natura spirituale superiore. L'evoluzione spirituale non può giungere lontano se non comprendiamo a fondo la relazione tra l'io inferiore e quello superiore e se non riusciamo a portare la personalità inferiore sotto il controllo di quest'ultimo. Per farlo è davvero utile cogliere il suo carattere evanescente, illusorio. Nel momento in cui *comprendiamo*, anziché pensare solo superficialmente, che questa entità, la quale sente, pensa e agisce nei mondi inferiori e per la cui soddisfazione utilizziamo tutto il nostro tempo e la nostra energia, sia qualcosa di evanescente, una creatura dalla vita breve, che lascerà il posto a un'altra creatura di natura simile nella prossima vita, nel momento in cui ci rendiamo conto di ciò, non possiamo restare



indifferenti ai nostri obiettivi superiori. È a causa della nostra inconsapevolezza, dell'ignoranza di questo destino duro e implacabile cui è soggetto il nostro sé inferiore che ci sentiamo appagati di questo mondo impermanente di illusioni. Quando capiamo questo – e il terreno apparentemente solido della realtà fittizia inizia a cedere sotto i nostri piedi – siamo sopraffatti dalla paura e dallo sgomento e iniziamo a cercare qualcosa di reale e duraturo non in modo distratto e svagato, ma proprio come un uomo che sta annegando afferra un tronco per rimanere a galla. In quel momento, controvoglia e con sofferenza, decidiamo di lasciare la nave della personalità, condannata al naufragio, per rifugiarci nel nostro Io Superiore che crediamo, anche se non lo sappiamo ancora, essere immortale. Ci identifichiamo in misura sempre maggiore con Esso, dedicandoci seriamente a fare della personalità un suo strumento, una sua espressione, fino al momento in cui l'io inferiore non venga completamente soggiogato e trasceso, cosa che ci permette di essere centrati nella Vita Divina. È solo con questo stato d'animo e con questo atteggiamento mentale che possiamo assumerci il compito di sviluppare la Mente Superiore operando attraverso il corpo causale.

Secondo la legge della crescita, applicabile sia nel mondo fisico sia in quelli più sottili, quando una funzione viene esercitata, essa migliora e questo incide positivamente anche nell'organizzazione del veicolo attraverso cui essa è adoperata. Una migliore organizzazione del veicolo, a sua volta, permette un più vario esercizio della funzione, cosicché la vita e la forma migliorano di pari passo e forniscono alla coscienza uno strumento più efficiente per la propria espressione. Questa è l'unica legge fondamentale dello sviluppo ed è alla base di tutti i metodi di autocultura, in ogni sfera della vita e su qualunque piano. Se un corpo fisico debole fa esercizio, più vita scorre nei muscoli, nelle arterie e nei nervi; esso diventa più forte, i muscoli più sodi e la capacità di allenamento e di resistenza crescono in proporzione. Consideriamo ora il corpo astrale, il veicolo delle emozioni e dei desideri. Inizialmente esso è insensibile e non risponde a taluni sentimenti, ad esempio quelli dell'amore e della compassione. Se ci mettiamo nelle circostanze in cui queste emozioni sono suscitate, costringiamo il corpo a rispondervi; gradualmente più vita inizia a fluire nei nuovi



canali, il corpo astrale cambia costituzione, si affina, e scopriamo che ora può reagire facilmente a questi sentimenti più sottili. Prendiamo in esame il corpo mentale inferiore. Se ci accorgiamo che non è in grado di pensare in modo corretto e coerente, iniziamo a concentrarci con il pensiero su diversi argomenti. L'esercizio sarà inizialmente stancante e faticoso ma, man mano che un'energia mentale sempre più abbondante fluisce nel corpo mentale, il compito diverrà più agevole e ciò che all'inizio era noioso e difficile si trasformerà in qualcosa di piacevole e leggero. Il flusso di energia che si riversa nel corpo mentale organizza gradualmente tale veicolo, lo rende uno strumento più adatto per l'esercizio dei poteri mentali e lo prepara a svolgere meglio la sua funzione principale: quella di pensare. Parallelamente migliora anche il suo strumento sul piano fisico, formato dal cervello e dal sistema cerebro-spinale, permettendo così una più efficace espressione del pensiero nella coscienza fisica.

Ogni funzione di qualunque veicolo di coscienza si affina con l'esercizio, sia esso visibile o invisibile, e il corpo causale non fa eccezione alla regola. Come abbiamo visto, una delle sue principali funzioni è quella di servire da veicolo del pensiero astratto e ciò significa che, se vogliamo svilupparlo, dobbiamo esercitare tale tipo di pensiero. Molte persone hanno una concezione errata del pensiero astratto e, quando lo sentono menzionare, provano disagio, immaginando di dover sottostare a processi tediosi e monotoni di pensiero recondito e di scarsa utilità. Questo indica che tale funzione del loro corpo causale non è adeguatamente sviluppata e necessita di attenzione, poiché l'esercizio di qualsiasi funzione sufficientemente sviluppata fino a divenire facile è sempre piacevole. Se lottiamo contro una funzione è perché non abbiamo imparato a servircene oppure perché esiste qualche difetto o blocco nel veicolo attraverso il quale essa viene esercitata. A parte questo, il pensiero astratto non è qualcosa di così noioso e difficile, come invece appare alla maggior parte delle persone. Dopo tutto cosa intendiamo con questa espressione? In molti casi si tratta della capacità di cogliere l'essenza di un gran numero di fatti raggruppati tra loro per un qualunque scopo, di passare dal particolare al generale. Ognuno di noi svolge ogni giorno questi processi mentali nella propria vita, ma lo fa inconsciamente, in modo inefficace e non scientifico, impe-

dendo così che essi favoriscano la nostra crescita mentale o che non lo facciano in misura apprezzabile. La tendenza a generalizzare, in effetti, è molto diffusa e la maggior parte di noi la applica nelle proprie esperienze quotidiane in modo poco sistematico e talvolta puerile. Ad esempio: decido di mangiare verdure crude per alcuni giorni, ma il mio stomaco le rifiuta, forse a causa della sua debole costituzione. Ne concludo che le verdure crude fanno male alla salute e dico a tutti che esse dovrebbero essere consumate solo cotte. Ora, il mio tentativo di ricorrere al pensiero astratto si è realizzato in maniera molto grossolana, sulla base di dati insufficienti e senza usare il buon senso. È necessario imparare a esercitare tale facoltà in modo scientifico, deliberato e sistematico. Così non solo miglioreremo lo stato della nostra mente, ma aumenteremo anche la nostra efficacia nella vita. Va inoltre ricordato che la generalizzazione è il primo passo sulla via del ritorno all'Uno, dai molti all'Uno. Essa permette un addestramento preliminare all'acquisizione di quella visione sintetica che sa vedere l'Uno nei molti. Mentre procediamo nella nostra ricerca delle leggi e delle verità fondamentali, scopriamo che i principi minori della vita si uniscono tra loro, come gli affluenti di un fiume copioso, sino a condurci all'Oceano dell'Esistenza, l'Uno.

Come possiamo addestrare la Mente Superiore a pensare efficacemente in modo astratto? Ecco alcuni semplici esempi. Supponiamo di disegnare un cerchio e di sezionarne la circonferenza in tanti piccoli archi di varia lunghezza. Se ne cancelliamo alcuni, in modo che rimangano solo frammenti della circonferenza, chiunque conosca la geometria è in grado di affermare che essi fanno parte di un cerchio, benché la figura intera non sia visibile. La loro forma e la loro posizione richiamano infatti il cerchio di cui fanno parte. Certo, alcune persone saranno in grado di ricostruire mentalmente il cerchio con pochi segmenti, mentre altre ne richiederanno un numero maggiore; dipende dalla loro intelligenza e da quanto conoscono. Similmente, vediamo nella seconda figura riportata di seguito un'altra serie di linee che suggeriranno un quadrato a chiunque possieda i primi rudimenti della geometria.



Figura 4

Qualcosa di analogo accade quando un certo numero di particolari viene disposto sistematicamente, secondo una classificazione. È funzione della Mente Superiore scoprire la relazione tra loro esistente, cogliere l'insieme di cui fanno parte, facendo discendere come un lampo all'interno della coscienza fisica la generalizzazione, ossia il principio o la legge che fonde tutti i dettagli in un insieme completo. Tutte le leggi scientifiche sono state scoperte in questo modo: con il raggruppamento, da parte della mente inferiore, dei diversi fatti particolareggiati e la loro fusione in un'unica generalizzazione da parte della Mente Superiore. Quanto più sviluppato è il corpo causale, tanto più facilmente esso è in grado di riconoscere le relazioni tra i fatti. In ogni sfera della vita possiamo esercitare questa facoltà, purché ne cerchiamo le occasioni e le utilizziamo sistematicamente per la nostra formazione. La matematica superiore fornisce il campo più vario ed esteso per tale esercizio e forse non vi è metodo più rapido per apprendere il pensiero astratto che seguire un corso intensivo di tale disciplina. La filosofia si affianca alla matematica come ambito di formazione per la Mente Superiore e, dal punto di vista di uno studioso dell'autocultura, tale disciplina è forse più adatta per sviluppare le facoltà del corpo causale.

Il secondo metodo di sviluppo del corpo causale è basato sull'altra funzione di questo veicolo, ossia sulla sua capacità di rendere permanenti nella costituzione dell'anima tutte le virtù e le facoltà acquisite durante il processo di evoluzione. Abbiamo sottolineato come, quando una particolare caratteristica o facoltà viene sviluppata o migliorata nel corso di un'esistenza, il beneficio ottenuto non si disperde con



la distruzione della personalità, ma viene trasferito al corpo causale e reso permanente a seguito della sua riorganizzazione. Da ricerche svolte nel campo della fisiologia sappiamo che, quando esercitiamo in modo continuativo la facoltà del pensiero, la materia grigia del cervello fisico viene modificata ed esso diventa così uno strumento sempre più adeguato all'esercizio del pensiero. Il miglioramento avviene solo nel cervello fisico, che viene distrutto insieme al corpo materiale. Ma in realtà si produce un corrispondente miglioramento anche nel corpo causale, che perdura di vita in vita e in tal modo i vantaggi ottenuti nelle diverse esistenze non cessano di accumularsi, rendendo l'anima uno strumento sempre più efficace della Vita Divina.

Il secondo metodo per sviluppare il corpo causale consiste, quindi, nel prendere in mano la nostra vita e nel modellare sistematicamente il nostro carattere, mirando alla perfezione. Tutte le virtù come la sincerità, il coraggio, l'umiltà – menzionate nella *Bhagavad-Gītā* e in altre sacre scritture – dovrebbero qualificare il nostro carattere, grazie alla pratica simultanea della meditazione e all'esercizio quotidiano di queste. Si tratta di un processo lungo e faticoso, che deve essere affrontato se vogliamo che l'anima divenga uno strumento idoneo della Vita Divina, un centro attraverso il quale fluiscono l'amore, la potenza e la saggezza di Dio. Quando il lavoro sarà completato, il corpo causale diverrà un oggetto risplendente da ammirare, un globo di luce accecante di cui non possiamo avere alcuna contezza sul piano fisico e di cui sono dotati i Maestri di Saggezza, che hanno già raggiunto la perfezione per quanto riguarda i mondi inferiori.

Un altro fattore molto importante nel progresso del corpo causale è lo sviluppo dei veicoli buddhico e atmico. Il corpo causale da un lato cresce grazie agli impulsi provenienti dai piani fisico, astrale e mentale e, dall'altro, grazie alle forze spirituali che agiscono su di esso dai piani buddhico e atmico. Lo sviluppo spirituale dell'Ego, dunque, fornisce l'impulso più potente all'evoluzione di questo corpo, eliminando in poche vite ciò che altrimenti richiederebbe un lungo periodo di tempo. Proprio come le funzioni dei corpi fisico, astrale e mentale inferiore non possono essere separate in compartimenti stagni nella vita della personalità, così le funzioni dei veicoli atmico, buddhico e Mentale Superiore non possono essere separate nella vita dell'Indi-



vidualità. Quando esercitiamo la mente inferiore non è solo il corpo mentale inferiore a trarne vantaggio. Contemporaneamente migliora anche il suo strumento nel corpo fisico, il cervello. Così, quando i poteri di *Ātmā* e *Buddhi* iniziano a funzionare attivamente, nello stesso tempo si sviluppa il corpo causale, loro strumento.

Il corpo causale è come uno specchio, capace di riflettere nella mente inferiore le verità presenti nella Mente Universale. Chi è dotato di un corpo causale sufficientemente sviluppato e in comunicazione con il corpo mentale inferiore dispone dei mezzi per entrare in contatto, in una certa misura, con la Mente Universale. Chiunque studi seriamente l'occultismo dovrebbe cercare di sviluppare tale facoltà, se desidera possedere dentro di sé una fonte di conoscenza illimitata e sicura, cui attingere ogniqualvolta sia necessario, e che lo renderà indipendente da qualunque sorgente esterna di conoscenza.

È vero che il contatto diretto con la Mente Universale può essere stabilito solo attraverso le pratiche dello Yoga Superiore, nel momento in cui si sia in grado di operare coscientemente attraverso il proprio corpo causale. Ma, ancor prima di raggiungere tale stadio, uno studente avanzato, che pratichi la meditazione e abbia purificato e armonizzato la propria mente, può sviluppare la capacità di mettersi in relazione con la Mente Superiore e, per suo tramite, contattare indirettamente e progressivamente la Mente Universale. Quando ciò accade la conoscenza delle realtà interiori della vita si presenta nella mente dello studente in modi diversi, che debbono essere vissuti per essere apprezzati.



Capitolo 12

Il ruolo di Buddhi nella nostra vita

In un precedente capitolo è stato presentato un quadro generale dei processi evolutivi, attraverso i quali siamo passati prima di arrivare al nostro attuale stadio umano, e di quelli che ci attendono in futuro. È stato inoltre sottolineato come negli stadi inferiori a quello umano, precedenti allo sviluppo dell'autocoscienza, l'evoluzione sia guidata esclusivamente da agenti esterni e la vita incarnata nelle varie forme non sia in grado di cooperare coscientemente con essi. Con l'apparire dell'autocoscienza, che segna la nascita dell'anima umana e la formazione del corpo causale, inizia la possibilità per la vita di partecipare allo sviluppo e al manifestarsi dell'anima, anche se nei primi stadi evolutivi questa cooperazione cosciente si limita a un livello nominale e l'evoluzione continua a essere guidata, in larga misura, dall'esterno. Solo con il raggiungimento di uno stadio avanzato di sviluppo e di maturità l'anima diviene parte attiva e intelligente del proprio sviluppo e coopera con le forze che costantemente esercitano su di essa una pressione all'evoluzione. Quando questo stadio viene raggiunto, l'anima ha già sviluppato in misura considerevole i propri veicoli inferiori di coscienza ed è pronta a iniziare la propria evoluzione spirituale. Lo sviluppo di *Buddhi* segna l'inizio di quella fase del nostro percorso interiore che associamo alla spiritualità e, per tale motivo, coloro che desiderano accelerare il proprio progresso verso gli ideali spirituali più elevati dovrebbero cercare di comprendere il ruolo che questo principio svolge nella nostra vita.

Buddhi rappresenta le specifiche manifestazioni della coscienza che



si verificano attraverso il corpo buddhico, il veicolo che viene immediatamente dopo il corpo causale procedendo verso l'interno, dall'esterno verso l'interno del nostro essere. Il suo campo di espressione si trova appena oltre la mente, non solo quella concreta inferiore ma anche quella astratta, che si occupa di principi generali e opera attraverso il corpo causale. Questo dovrebbe chiarire perché le funzioni di *Buddhi* trascendono quelle della mente e non possono essere giudicate secondo i criteri dell'intelletto, considerati inoppugnabili dall'uomo intellettuale ordinario. Ciò spiega anche perché il semplice intelletto non può comprendere le percezioni più sottili che hanno origine nella coscienza buddhica. L'unico stato di coscienza in grado di trascendere e inglobare quest'ultima è quello di *Ātmā* che rappresenta, potremmo dire, il centro stesso della nostra vita, il nucleo in cui giacciono celate tutte le nostre potenzialità divine.

Dopo aver compreso il ruolo di *Buddhi* nella nostra costituzione, affrontiamo innanzitutto un principio generale che è necessario ricordare e che riguarda la manifestazione della coscienza sui diversi piani, così da fare chiarezza e preparare il terreno alla comprensione delle diverse facoltà di *Buddhi* nella nostra vita. Il punto che dobbiamo comprendere è la differenza esistente tra la manifestazione della coscienza attraverso un veicolo – che le permette di operare sul proprio piano – e quella che si verifica invece quando le vibrazioni corrispondenti vengono fatte discendere su un piano inferiore e si manifestano attraverso un veicolo più denso. Consideriamo, ad esempio, il funzionamento della coscienza sul piano mentale inferiore. Le vibrazioni prodotte quando la coscienza opera attraverso il corpo mentale inferiore sono conosciute come pensieri, ma esiste un'enorme differenza tra i pensieri visti sul loro piano attraverso gli organi del corpo mentale e quelli che vengono espressi e appaiono attraverso il mezzo denso e rigido del cervello fisico. I pensieri percepiti sul piano che è loro proprio, attraverso la vista chiaroveggente, costruiscono un mondo a sé stante, ricco di forme e colori di incantevole bellezza, un mondo che le varie religioni hanno cercato di ritrarre in modo alquanto imperfetto nelle descrizioni del paradiso. Ma quando tali pensieri vengono espressi attraverso il cervello fisico, apparendo nella nostra coscienza fisica, essi, pur conservando alcune delle loro caratteristiche essenziali, perdono



gran parte delle qualità e della forza che possiedono sul piano che è loro proprio. In esso appaiono reali, mentre sul piano fisico sembrano avere un carattere vago e soggettivo. Le stesse considerazioni si applicano al piano astrale. Le vibrazioni del corpo astrale sul proprio piano producono i fenomeni conosciuti come emozioni e desideri e generano ogni tipo di forma e di colore. Sul piano astrale tali forme e colori hanno un carattere oggettivo e creano un mondo a parte. Ma quando tali vibrazioni discendono sul piano fisico, esprimendosi attraverso il nostro sistema nervoso simpatico, esse perdono molte delle loro caratteristiche e non resta altro che quel peculiare stato di coscienza chiamato “percezione emotiva”.

Questi esempi dovrebbero permetterci di comprendere la differenza esistente tra la vita sul piano buddhico, vissuta coscientemente sul livello che le è proprio, ossia nel nostro *Ānandamaya-kosha*, come viene chiamato il veicolo buddhico nel *Vedānta*, e la stessa vita come appare nella nostra coscienza fisica, dopo essere discesa attraverso i veicoli intermedi. Quando uno Yogi in *Samādhi* si eleva al piano buddhico, dopo aver trasceso il corpo mentale, egli diviene cosciente di un nuovo mondo traboccante di straordinaria beatitudine e conoscenza, a confronto delle quali anche la beatitudine del mondo celeste impallidisce, fino a divenire insignificante. Le parole non possono descrivere questo nuovo stato trascendente del piano buddhico e tutti i mistici e i veggenti che ne abbiano intravisto anche solo un barlume avvertono l'ineffabilità di tale visione beatifica. Quando invece le vibrazioni del piano buddhico discendono nel cervello fisico, esse perdono gran parte della loro intensità e appaiono nella coscienza fisica notevolmente attenuate dalla trasmissione attraverso i piani intermedi. Così la percezione diretta dell'unità della Vita sul piano buddhico diviene semplicemente compassione ed empatia verso tutto e tutti, mentre la visione diretta della Verità diventa semplicemente intuizione e conoscenza delle realtà della vita superiore. Comprendiamo quindi che, quando studiamo le manifestazioni di *Buddhi* nella coscienza fisica, ciò con cui abbiamo a che fare non sono altro che i deboli riflessi di uno splendore indescrivibile, gli echi lontani di una musica divina la cui sorgente si cela nelle realtà più recondite e profonde del nostro essere.

Dopo queste considerazioni preliminari siamo ora in grado di pas-

sare alla questione principale, ossia a comprendere chiaramente le funzioni di *Buddhi* nella nostra vita, per quanto ciò sia possibile nelle nostre attuali condizioni limitate. Il primo punto da notare è che *Buddhi* sembra essere una facoltà multifunzionale e non singola, come suppongono molti di coloro che non hanno approfondito i problemi della coscienza. Con multifunzionale ci si riferisce al fatto che tale facoltà consente alla coscienza di funzionare in una serie di modalità che, almeno dal nostro punto di vista inferiore, situato nei regni della mente, sembrano diverse l'una dall'altra. È possibile che sul piano di appartenenza queste modalità di manifestazione non appaiano essenzialmente differenti, ma esse sembrano tali, quando le osserviamo attraverso il prisma dell'intelletto. Possiamo comprendere meglio questa natura molteplice della funzione di *Buddhi* considerando il caso della mente, termine col quale si indica una realtà molto complessa, dotata di molte facoltà, come quelle del ragionamento, della memoria, del giudizio, dell'osservazione, che appaiono una dopo l'altra nel corso naturale della sua evoluzione. Potremmo assegnare a tutte queste il nome di funzioni. Similmente esistono diverse modalità di manifestazione o funzioni di *Buddhi*, le quali si sviluppano una dopo l'altra, come accade nel caso delle funzioni mentali durante l'evoluzione del veicolo buddhico. Se identifichiamo *Buddhi* con una sola delle sue funzioni, non solo renderemo difficile la sua corretta comprensione ma ci troveremo coinvolti in ogni genere di contraddizioni e di confusione. Molte persone che leggono un libro come la *Bhagavad-Gītā* restano sconcertate perché non tengono presente questo fatto. A volte la parola "*Buddhi*" è usata in un senso, altre volte in uno completamente diverso. Se ricordiamo che in tutti questi casi si fa riferimento alle sue diverse funzioni sarà molto più facile seguirne il significato.

Consideriamo ora singolarmente alcune di queste diverse funzioni. Si potrebbe affermare che tra le mani abbiamo un diamante e che stiamo facendo ruotare in successione le sue diverse facce davanti ai nostri occhi. Sebbene queste riflettano quantità diverse di luce e mostrino molteplici colori, sappiamo che il diamante è uno, così come una è la luce che risplende attraverso di esso.

Iniziamo dalla funzione più semplice di *Buddhi*, ossia la comprensione, che lo psicologo moderno considera nel suo significato ordinario

come propria della mente, ma che in realtà è una funzione esercitata dal principio immediatamente superiore, ossia da *Buddhi*. La mente associa e coordina semplicemente le impressioni ricevute da un oggetto tramite i diversi organi di senso, dando vita a un'immagine composita ma, finché la luce di *Buddhi* non illumina quest'ultima, non ci è possibile comprendere quell'oggetto. Leggiamo frequentemente nei libri che si occupano di Yoga come le impressioni ricevute dal mondo esterno attraverso gli organi di senso si riflettano verso l'interno, giungendo prima nella mente, trasferendosi poi da questa a *Buddhi*, per essere infine presentate al *Jīvātmā*, il Sé interiore. Molte persone non comprendono il significato di questa riflessione in *Buddhi*. Essa indica la trasformazione di un'immagine-pensiero nella comprensione dell'oggetto da essa rappresentato. La sola mente concreta inferiore non è in grado di comprendere alcun oggetto, se la luce di *Buddhi* non risplende attraverso l'immagine mentale. La mente, secondo la psicologia orientale, è un organo meccanico e non ha in sé alcuna capacità di comprensione. La comprensione degli oggetti presentati dalla mente dinanzi alla coscienza interiore rappresenta quindi una delle funzioni primarie ed essenziali di *Buddhi* ed essa è presente fin dall'inizio, anche quando il corpo buddhico è ancora rudimentale.

La funzione successiva, e in qualche modo affine alla prima, è quella chiamata intelligenza: non intelletto ma intelligenza, funzioni tra loro diverse, benché sia difficile definire la differenza tra di loro. Tutti siamo in grado di distinguere vagamente tra un intellettuale e un uomo intelligente. La mente del primo è ben sviluppata e ricca di conoscenze; egli può eseguire varie operazioni mentali in modo semplice ed efficace. L'uomo intelligente è quello che ha la capacità di comprendere il significato, l'importanza della conoscenza che possiede, e che ha distillato la propria conoscenza ed esperienza, ricavandone quell'essenza sottile conosciuta come saggezza. Egli può vedere le cose come sono. Quest'ultima è forse la caratteristica più importante dell'intelligenza. Tutti noi conosciamo persone intellettuali ma non intelligenti, cui sfugge il vero significato delle cose e delle situazioni. Le due guerre mondiali costituiscono una notevole lezione pratica sulla diversità tra intelletto e intelligenza e ci mostrano il triste spettacolo di ciò che l'intelletto può fare quando non è permeato di intelligenza.



La differenza tra intelletto e intelligenza è dovuta al fatto che il primo ha la propria fonte solo nella mente, mentre la seconda discende dal principio spirituale superiore, ossia *Buddhi*.

Dopo aver parlato di queste funzioni elementari ma poco riconosciute di *Buddhi*, possiamo ora arrivare ad alcune delle funzioni che si sviluppano negli stadi successivi della sua evoluzione. Una di queste è chiamata discernimento o *Viveka* in sanscrito. Leggiamo spesso nei libri sullo Yoga e su argomenti correlati che senza lo sviluppo di *Viveka* non è possibile percorrere il Sentiero. Si tratta, per così dire, dell'ABC della vita spirituale. Cos'è questa facoltà conosciuta come *Viveka*? Generalmente essa viene definita come discernimento tra il reale e l'irreale, ma credo che potremo farcene un'idea migliore se la consideriamo come la capacità di vedere la vita e i suoi problemi così come essi sono nella loro essenza. Viviamo in un mondo di illusioni senza esserne consapevoli. Risvegliarsi spiritualmente e iniziare a vedere le illusioni per ciò che sono, una a una, è il discernimento o *Viveka*. Sebbene il discernimento sia solitamente considerato diverso dall'intelligenza, se esaminiamo attentamente l'argomento vedremo che il primo è semplicemente una forma più sviluppata, un'estensione della seconda: è il funzionamento dell'intelligenza a un livello superiore. Quando la luce di *Buddhi* risplende sulle questioni ordinarie della vita è intelligenza. Quando essa illumina i problemi più profondi e fondamentali della vita e ne mette a nudo le illusioni, è discernimento. Si tratta di una differenza di grado e di sfera d'azione.

Una considerazione importante deriva dalla relazione tra intelligenza e *Viveka*: nella vita spirituale abbiamo bisogno di intelligenza, di molta più intelligenza che nell'esistenza ordinaria; chi vive confusamente la propria quotidianità, mostrando mancanza di intelligenza nell'affrontare le difficoltà, probabilmente non avrà molto successo di fronte ai problemi più ardui e impegnativi della vita spirituale. È necessario sottolineare ciò perché molti aspiranti ritengono, una volta dedicatisi alla ricerca della Verità, di poter mettere da parte la loro intelligenza, dal momento che la grazia di Dio farà tutto quanto occorre. Questa è un'idea comoda, cui si aggrappano coloro che desiderano vivere in un mondo immaginario da essi stessi creato, ma non è corroborata dall'esperienza di chi si sia impegnato nell'avventura



divina e si trovi totalmente immerso nella lotta per dominare la propria natura inferiore e fendere il velo di illusioni che caratterizza la vita sui piani inferiori.

Consideriamo ora un'altra importante funzione di *Buddhi*, ossia la capacità di riconoscere e comprendere le verità della vita spirituale. Abbiamo appena visto che *Viveka*, o il discernimento, ci permette di divenire consapevoli delle illusioni della vita. Questo in realtà è solo l'aspetto negativo di una funzione, mentre positivo è il riconoscimento diretto delle verità della vita spirituale, ossia del reale come diverso dall'irreale. Quando introduciamo una fonte di luce in una stanza buia non solo eliminiamo l'oscurità ma la rischiamo. Similmente, quando nasce il vero discernimento, non solo diveniamo consapevoli delle illusioni della nostra vita quotidiana, ma iniziamo anche a intravedere le realtà e le verità che si celano dietro di esse.



Il fatto che sia *Buddhi*, e non la mente, lo strumento di conoscenza delle verità spirituali è molto importante e potrà spiegare tanti fenomeni che osserviamo nella vita quotidiana come, ad esempio, l'apprezzamento e la comprensione delle verità della vita superiore. Alcuni capiscono queste verità come per istinto, mentre ad altri esse appaiono poco convincenti o addirittura assurde. La comprensione non è il risultato del pensiero o del ragionamento. L'intuizione, come viene chiamato questo aspetto di *Buddhi* nella psicologia occidentale, consente all'uomo di divenire consapevole di tali verità senza passare attraverso i macchinosi processi del ragionamento e, finché quella non sarà sviluppata, l'uomo non potrà vedere queste verità. In passato si supposeva che l'intelletto fosse il giudice finale in questo ambito ma, con riluttanza, la psicologia occidentale ha dovuto riconoscere la presenza in noi di un'altra facoltà, chiamata appunto intuizione.



Non solo le verità vengono riconosciute senza l'aiuto dell'intelletto, ma esiste una differenza nella natura della conoscenza che discende da *Buddhi*. Quella trasmessa attraverso la percezione diretta di *Buddhi* ha una solida base e non viene scossa dalle esperienze e dai pensieri costantemente mutevoli dell'individuo, mentre ciò che si basa solo sull'intelletto rischia di essere travolto o viziato da dubbi e perplessità. In molti la fede nelle verità della vita superiore vacilla costantemente. Un giorno essi si confrontano con persone gradevoli e si sentono parte



di un ambiente armonioso, convincendosi così che l'uomo è divino, che ogni cosa è perfetta e che Dio regna nei Cieli. Il giorno successivo capita loro di subire un'apparente ingiustizia, di essere trattati sgarbatamente dai propri colleghi ed ecco che la fiducia nella divinità dell'uomo svanisce, lasciando il posto ad amarezza e scetticismo. Solo quando la luce di *Buddhi* risplende ininterrottamente attraverso le nostre convinzioni e la nostra fede ci è possibile affrontare la vita, procedendo risolutamente verso il nostro obiettivo, estranei a tutte le vicissitudini, le difficoltà e perfino alle vessazioni che potremmo incontrare.

Dobbiamo però prestare attenzione, per evitare di considerare le nostre idee irrazionali e talvolta puerili come se fossero sussurri dell'intuizione. È molto meglio mantenerci sul terreno solido, benché sterile, dell'intelletto, finché la nostra facoltà di *Buddhi* non si sia sufficientemente sviluppata, fornendoci una guida chiara, anziché abbandonarci a impulsi e superstizioni che vengono troppo facilmente fraintese dalle persone emotive come echi della voce di Dio.

Buddhi non solo ci permette di riconoscere le verità della vita superiore, ma ci offre una guida affidabile nella nostra quotidianità, quando dobbiamo affrontare i diversi problemi e talvolta è molto difficile decidere come agire. L'intelletto ci fornisce alcuni dati che possiamo utilizzare per giungere a una decisione, ma essi non sono mai completi, poiché raramente conosciamo tutti gli elementi che compongono una specifica situazione. Inoltre il nostro giudizio rischia di essere influenzato da sensazioni e idee preconcepite, pertanto non possiamo mai essere certi che la nostra decisione sia giusta o sbagliata. Non è dunque possibile arrivare a prenderne una corretta? Non vi è modo di sapere come agire infallibilmente in ogni tipo di circostanza? Ciò è possibile, ma una tale capacità può essere acquisita solo sviluppando *Buddhi* dentro di noi. Esiste sempre un modo di agire esente da errori ed esso significa fare la cosa giusta al momento giusto, ricorrendo a un procedimento opportuno, senza passare attraverso i processi del ragionamento. *Buddhi* non ci spiegherà in dettaglio cosa fare, ma ci indicherà le linee generali e corrette d'azione, mentre la scelta dei modi e dei mezzi dovrà essere risolta dalla mente. Più la nostra natura spirituale sarà sviluppata, permettendo alla chiara luce di *Buddhi* di



risplendere senza sosta attraverso la nostra mente, più saremo capaci di vivere ogni momento della giornata come dovrebbe essere vissuto, in perfetta armonia con la Volontà Divina.

Abbiamo già visto come *Buddhi* sia lo strumento per riconoscere le verità spirituali, ma può essere interessante illustrare una di queste verità e mostrare come essa appare nella coscienza fisica inferiore. Consideriamo, ad esempio, la verità dell'unità della Vita. Quaggiù nei piani inferiori, accecati dall'illusione, ci vediamo come separati dagli altri. Ci identifichiamo con i nostri corpi, i nostri interessi sembrano contrastare con quelli degli altri e perciò combattiamo e travolgiamo i nostri simili per raggiungere gli obiettivi individuali. Ma in alcune persone, in diversa misura, nonostante tali apparenti diversità e conflitti di interessi, si sviluppa gradualmente una coscienza di fratellanza, un sentimento di compassione con tutti gli esseri viventi. Esse non si accontentano di soddisfare i propri desideri individuali e la loro natura interiore si ritiene appagata solo quando vengono esauditi anche i desideri del prossimo. Se vedono gli altri soffrire, esse patiscono, in una certa misura, assieme a loro; se sono testimoni di una crudeltà, sentono il bisogno di farsi avanti per aiutare il fratello maltrattato. Questa concreta empatia e profonda preoccupazione per il benessere altrui non dovrebbero essere confuse con le concezioni puramente ideologiche della fratellanza basate solo sull'intelletto e che trovano espressione, nel mondo moderno, all'interno dei più drammatici conflitti e si associano alla più feroce crudeltà e insensibilità.

Da dove proviene questo vero sentimento di compassione, questo senso di affinità con ogni creatura vivente? Non dall'intelletto, che è la fonte stessa delle tendenze separative ed egoistiche. Ciò che accade è che, quando il corpo buddhico è sufficientemente sviluppato e l'Ego diviene consapevole dell'unità della Vita sul piano buddhico, tale conoscenza filtra gradualmente nella coscienza inferiore, dove appare come compassione e tenerezza verso tutte le creature viventi, due qualità che contraddistinguono i santi e i saggi. Nelle anime più giovani, il cui veicolo buddhico non è sufficientemente sviluppato e non permette loro di intravedere tale unità sul piano superiore, naturalmente questo senso totalizzante di unità e compassione è assente e l'egoismo e la crudeltà rappresentano le normali modalità di espres-

sione nella loro vita. La misura in cui l'unità della vita viene percepita sui piani inferiori dipende da due fattori. Innanzitutto dal grado di coscienza che l'Ego possiede sui piani superiori e dal conseguente sviluppo del veicolo buddhico; in secondo luogo dal grado di apertura del passaggio esistente tra il livello inferiore e superiore, attraverso il quale la conoscenza dei piani superiori può filtrare nella mente. Può capitare che il veicolo buddhico sia ben sviluppato, con una chiara visione sui piani superiori, ma che il passaggio tra i piani inferiori e superiori risulti comunque bloccato dal nostro egoismo, dalla meschinità e da una mentalità mondana, per cui la luce dei piani superiori si infrange invano sulle pareti della nostra mente, senza poter evocare alcuna risposta empatica. E mentre viviamo nella coscienza onnicomprensiva di Dio sui piani superiori, siamo ancora inconsapevoli della nostra natura divina su quelli inferiori. Se una tale visione di unità è stata intravista a livello elevato, il modo per farla discendere sui piani inferiori è quello di lavorare alla purificazione della mente, affinché la luce dei piani superiori possa risplendere in essa senza ostacoli. Perché, proprio come il corpo causale è uno specchio che riflette la Mente Universale, così il veicolo buddhico riverbera la coscienza della Vita Universale, immanente nel mondo manifestato e risplendente, a diversi gradi, in ogni creatura vivente. Più lo specchio è lucido, più pienamente potrà riflettere questa Coscienza Universale attraverso una mente pura e armonica.

Le funzioni di *Buddhi* trattate nei precedenti paragrafi possono fornirci qualche idea su questa facoltà spirituale, il cui sviluppo annuncia lo sbocciare della nostra natura divina e ci fornisce una sorta di bussola, grazie alla quale possiamo attraversare le acque tempestose della vita e giungere all'approdo dell'illuminazione. Una di queste funzioni, come abbiamo visto, è la capacità di conoscere direttamente le verità spirituali, senza passare attraverso i processi raziocinanti dell'intelletto. L'uomo in cui tale facoltà sia divenuta attiva prende semplicemente coscienza di queste verità. Una simile conoscenza non gli viene comunicata dall'esterno e neppure dai piani inferiori attraverso un processo di trasferimento delle idee ma sorge, per così dire, spontaneamente nel suo cuore, come l'acqua sgorga da una sorgente. Egli potrebbe non sapere la provenienza di questa conoscenza, non

essere in grado di comunicarla agli altri, ma la avverte ed essa si accompagna a una sensazione di certezza cui la conoscenza acquisita attraverso l'intelletto non potrà mai giungere. La maggior parte dei santi e dei saggi che si sono succeduti nel mondo non erano uomini dotti, non acquisivano conoscenze attraverso i libri; eppure mostravano una visione dei problemi fondamentali della vita che li poneva ben al di sopra dei loro contemporanei.

Possiamo notare due fatti in relazione a questa conoscenza proveniente dal piano buddhico. In primo luogo, non si tratta della conoscenza delle questioni ordinarie che rientrano nell'ambito mentale. Per quanto illuminato possa essere un santo, se gli viene presentato un problema di calcolo differenziale o posta una domanda sul meccanismo del motore di un'automobile, egli non sarà in grado di fornire la soluzione senza essersi prima ben documentato su tali argomenti. Per una conoscenza dettagliata in simili campi è necessaria una funzione della mente e non di *Buddhi* e anche una persona illuminata dovrebbe ricorrere ai mezzi ordinari di acquisizione della conoscenza in tali ambiti specifici. Vero è che potrà essere dotata di poteri sovrasensibili che rendono tale operazione facile e talvolta istantanea, ma questi mezzi si situano tuttavia nel regno dell'intelletto e, per individuarli, occorrerà operare attraverso i poteri e le facoltà della mente.

La conoscenza che deriva da *Buddhi* è connessa con la vita e i suoi problemi fondamentali, con le relazioni essenziali tra le cose e, per così dire, è più simile a una luce che illumina la vita dentro e fuori di noi. *Buddhi* trasmette un senso infallibile di giusto e sbagliato, di verità e di falsità, offre la capacità di vedere ogni cosa nella sua giusta prospettiva e nella sua essenza, ma non elimina la necessità di usare la mente durante la vita trascorsa nella realtà dei mondi inferiori. Cerchiamo quindi di essere chiari su cosa dovremmo aspettarci o meno dallo sviluppo di questa facoltà. Non confondiamo la consapevolezza buddhica con la Coscienza.

Il secondo fatto da notare in relazione alla coscienza buddhica è il suo carattere duplice. Essa si collega da un lato ai fenomeni che associamo all'intelletto e dall'altro a quelli legati alle emozioni. Quando l'energia di questo piano discende in quelli inferiori, la sua manifestazione dipende dalla natura del meccanismo attraverso il quale fun-



ziona. Quando *Buddhi* si riflette sul campo dell'intelletto, essa appare come conoscenza spirituale. Quando lo fa nella sfera delle emozioni e opera attraverso il corpo astrale, essa appare come amore spirituale. La forza è una, ma la sua espressione si differenzia, o meglio ci appare diversa, in base al meccanismo attraverso il quale essa opera. Questo fenomeno è ben conosciuto nel campo delle scienze fisiche. Infatti la medesima corrente elettrica genera luce quando passa attraverso una lampadina elettrica e calore quando passa attraverso un radiatore. In generale si riscontra che, quando la coscienza buddhica inizia a svilupparsi in un uomo con un temperamento emotivo, essa si manifesta come amore intenso nella ben nota forma di *Bhakti*, mentre in una persona di tipo intellettuale essa appare come chiara visione che abbraccia tutti i problemi fondamentali della vita. Man mano che l'amore o la conoscenza si approfondiscono, nella coscienza prende forma gradualmente un nuovo stato, chiamato Saggezza. Questo duplice carattere di *Buddhi* rende possibile adottare una o l'altra delle due modalità che contraddistinguono la sua manifestazione. Possiamo sviluppare questa facoltà attraverso *Bhakti*, quell'amore intenso che si affida completamente all'oggetto di devozione, o attraverso il discernimento, quell'intelligenza indagatrice che può penetrare tutte le illusioni della mente, entrando in contatto con ciò che si trova al di là. Questo non significa naturalmente che l'amore o l'intelligenza da soli saranno sufficienti, ma che uno di questi aspetti della coscienza sarà predominante nelle fasi iniziali, per fondersi infine in uno stato di coscienza che non sarà né puro amore né pura intelligenza, ma una sintesi di entrambi.

Buddhi presenta un duplice carattere anche in un altro senso. Nella funzione di *Buddhi* sopra menzionata abbiamo a che fare con un aspetto che potremmo definire ricettivo, in quanto essa riguarda la percezione delle realtà, la "visione" in senso spirituale. Potremmo considerarla come una funzione passiva corrispondente a quella degli *Jñānendriya* nel regno della mente. Anche nella sua espressione in quanto amore spirituale tale funzione è essenzialmente percettiva, poiché questo tipo di amore dipende dalla percezione diretta o indiretta dell'Unità della Vita. Ma *Buddhi* ha anche un ruolo attivo, corrispondente ai *Karmendriya* nel regno della mente, collegato a quello che



IL RUOLO DI BUDDHI NELLA NOSTRA VITA

Buddhi svolge in quanto strumento di *Ātmā*, che fornisce energia alla mente. Uno studio della psicologia dello Yoga mostra come tale funzione attuativa, generalmente trascurata, sia tanto importante quanto quella percettiva. *Buddhi* è conosciuto come il *Vāhan* di *Vishnu* e *Vishnu* non è solo la Coscienza Universale che abbraccia ogni cosa nella Sua Visione Divina, ma anche Colui che dà Energia, il Conservatore e il Governatore del mondo su cui presiede. Nel caso della Monade questa duplice funzione viene esercitata attraverso il veicolo buddhico funzionante sui piani buddhico e mānasico. È in ragione di questa duplice funzione di *Buddhi* che, nel caso della vera Saggezza, la capacità di “vedere” la Verità e di “vivere” la Vita sono inseparabili.



Lo sviluppo di Buddhi

Dopo aver argomentato sulle funzioni di *Buddhi* possiamo ora trattare lo sviluppo di questa importante facoltà. È necessario sottolineare, fin dall'inizio, che lo sviluppo della coscienza buddhica, legato a quello del veicolo buddhico, non è un compito facile e richiede grande serietà di intenti. Per la grande maggioranza delle persone si tratta di un'evoluzione lenta, che richiede numerose vite per crescere e perfezionarsi. In alcuni casi eccezionali, nei quali la natura spirituale è già ben formata e le difficoltà riguardano semplicemente la discesa della coscienza superiore nei veicoli inferiori, il processo può apparire sorprendentemente veloce; non si tratta in realtà di una crescita, ma del rapido apparire sui piani inferiori di un potere che è già stato consolidato in quelli superiori.

Leggiamo nel *Jātaka* come il Buddha abbia perfezionato questa facoltà e la propria natura spirituale vivendo una serie di vite caratterizzate da altruismo e gentilezza, prima di divenire *Bodhisattva*. Queste vicende potrebbero non essere letteralmente vere ma illustrano un principio importante, secondo il quale lo sviluppo spirituale, come tutti gli aspetti della Natura, si evolve e cresce lentamente e coloro che non sono disposti a pagare il prezzo di una paziente autodisciplina non possono sperare di raccogliere i frutti dell'illuminazione e della liberazione dalle illusioni e dalle sofferenze della vita inferiore. È necessario tenere a mente queste considerazioni in un'epoca come la nostra, caratterizzata da fretta e velocità, nella quale le persone vogliono acquisire tutto rapidamente e si dimostrano impazienti verso

quei fini e quei mezzi che richiedono costanza e perseveranza, senza peraltro fornire alcuna prospettiva certa di successo in una vita. Vediamo quindi che la determinazione a perseguire l'obiettivo incessantemente, senza mai farsi scoraggiare dai fallimenti o esaltarsi per i successi temporanei e superficiali è il primo requisito per percorrere un simile cammino. Coloro che non sono dotati di tale determinazione e seguono questo percorso semplicemente come diversivo o reazione ai divertimenti e alle attrazioni della vita mondana sono destinati alla delusione e al fallimento.

Se una persona possiede un simile grado di risolutezza ed è animata da corrette motivazioni, per intraprendere questa avventura divina, deve innanzitutto sviluppare forza, altruismo e purezza al livello più elevato. È necessario un carattere determinato perché la discesa della Coscienza Superiore nei veicoli inferiori impone uno sforzo molto gravoso per questi ultimi e, a meno che la forza di carattere non sia già stata sviluppata in misura considerevole, esiste il pericolo, anzi la certezza, di un crollo più o meno pesante. Quando vogliamo usare una corrente elettrica ad altissima tensione è sempre necessario controllare e migliorare l'isolamento del nostro impianto, altrimenti potrebbero verificarsi gravi dispersioni di corrente o la distruzione dell'intero meccanismo. Similmente, quando ci prepariamo a far discendere le vibrazioni dei regni spirituali superiori nei nostri veicoli inferiori, dovremmo rafforzare e vigilare su tutti i nostri punti deboli ove necessario; altrimenti potrebbe accadere una disgregazione della personalità che ritarderebbe per un tempo considerevole il progresso dell'Individualità. Tale messa alla prova e consolidamento della nostra natura nel suo complesso avvengono nella vita quotidiana mediante allettamenti che si manifestano sotto forma di tentazioni, difficoltà ed esperienze di vario genere, alcune facenti parte del corso naturale della nostra vita, altre appositamente ideate dai grandi Maestri della nostra razza, che hanno a loro carico la formazione degli aspiranti e degli studenti. Come risultato di tale addestramento e autodisciplina l'aspirante sviluppa gradualmente una resistenza simile a quella dell'acciaio, capace di sopportare pressioni enormi senza spezzarsi.

Un altro requisito necessario per la preparazione delle fondamenta è la visione altruistica. Infatti, quanto maggiore è la forza, tanto

maggiore è la necessità di sviluppare misure di salvaguardia, in modo che essa non venga utilizzata per scopi egoistici e per ferire gli altri. Più l'uomo sale nella scala dell'evoluzione e si rafforzano i suoi poteri, tanto più egli diviene capace non solo di fare del bene ma anche di nuocere agli altri. E i Poteri che guidano il mondo dai piani interiori fanno in modo che tale forza non passi, per quanto possibile, in mani capaci di usarla per scopi diversi da quelli altruistici. Oltre a eliminare dalla nostra natura quella tendenza a ricercare il potere e il prestigio per nostro vanto personale, così caratteristico di chi è ambizioso, dobbiamo cercare di sbarazzarci di quel tipo di egoismo meno prominente ma più diffuso, noto come egocentrismo. La vita della maggior parte di noi ruota attorno ai piccoli interessi e alle occupazioni personali. Il lavoro, la famiglia, gli hobby, gli svaghi riempiono praticamente l'intero nostro tempo e i nostri pensieri, e trascorriamo la vita profondamente assorti in piccole e insignificanti faccende, a malapena consapevoli del resto. Un simile atteggiamento non può davvero servire da solida base per la vita impersonale e onnicomprensiva dello Spirito. Se aspiriamo a entrare in contatto con le forme più elevate di coscienza dobbiamo rompere questo involucro che racchiude la nostra vita e la nostra visione. Uno dei metodi più rapidi ed efficaci è il servizio ai nostri simili, svolto nel giusto spirito; e qui sta il nocciolo del problema. Migliaia e migliaia di persone impegnate nel prestare aiuto agli altri non ottengono quasi alcun progresso in un comportamento connotato in tal senso. Esse creano semplicemente buon *karma* per se stesse e, sebbene ciò possa essere vantaggioso sul lungo termine, non elimina efficacemente dalla loro vita quell'elemento personale che rappresenta il principale ostacolo sulla via di chi cerca l'illuminazione. Il servizio dovrebbe essere *Nishkāma* e svolto come offerta al Supremo.

Il terzo requisito per gettare le basi di una vita e di una coscienza superiori è la purezza del corpo, della mente e delle emozioni. Trattando delle funzioni di *Buddhi* è stato sottolineato come la misura in cui questa Coscienza Superiore può essere fatta discendere nel piano fisico dipenda dall'assenza di ostacoli nel passaggio tra il superiore e l'inferiore. E l'ostacolo principale è costituito dall'impurità dei corpi inferiori, in particolare da quella della mente. Proprio come uno specchio coperto di sporcizia non può riflettere i raggi del sole, così una



mente impura non è in grado di rispecchiare la Verità e, benché la nostra natura spirituale possa essere sufficientemente sviluppata sui piani superiori, restiamo esclusi dalla nostra sublime eredità e dalle divine possibilità sui piani inferiori. Un velo, per così dire, separa il superiore dall'inferiore e impedisce la visione del nostro vero Io. Quindi, sforzi sistematici e scrupolosi volti alla purificazione della natura inferiore sono parte integrante di quell'addestramento e di quell'autodisciplina che preparano il terreno alla manifestazione della coscienza buddhica nella nostra vita quotidiana.

I tre requisiti su cui è stata posta l'attenzione, ossia forza, altruismo e purezza, devono essere acquisiti in misura congrua se vogliamo davvero prepararci alla discesa della Vita Divina in noi. La ragione principale per cui un così gran numero di persone che intendono sperimentare le realtà della vita spirituale rimane dove si trova, senza progredire concretamente verso la loro meta, risiede nel fatto che esse non compiono alcuno sforzo volto a prepararsi per quella vita, accontentandosi semplicemente di leggere e di pensare a queste cose. Ma così non andiamo molto lontano. Dobbiamo invece agire e creare le condizioni necessarie per il vero progresso, poiché siamo tenuti a operare in un mondo governato dalla Legge.

Su tali fondamenta può poggiare con sicurezza e con fiducia la struttura di una vita realmente spirituale. Consideriamo ora alcune delle metodologie e delle pratiche specifiche prescritte da tempo immemorabile per lo sviluppo della coscienza superiore. Occorre tuttavia tener presente che i metodi da adottare sono in una certa misura individuali. Non solo ciascun individuo è speciale e diverso da tutti gli altri, ma il cammino che egli segue verso la perfezione è unico, considerazione questa sottolineata efficacemente nel libro *La Luce sul Sentiero*: "Ogni uomo è per se stesso assolutamente la via, la verità e la vita". Ciò significa che dobbiamo sperimentare la vita con modalità personali e scoprire da soli la strada particolare che ci condurrà al nostro obiettivo, al raggiungimento dell'illuminazione. Ma, sebbene il nostro cammino sia unico, esistono alcune linee generali che possiamo sperimentare, alla ricerca del nostro metodo individuale; le tratteremo qui di seguito.

Prima di tutto è necessario raccogliere tutte le energie mentali disperse e concentrarle sui problemi della vita e del vivere. Finché



permettiamo alla mente di correre qua e là alla ricerca di ogni tipo di oggetto, senza uno scopo chiaro, senza alcuna autodisciplina, siamo destinati a rimanere invischiati nelle trappole dell'illusione e la Verità ci sarà sempre preclusa. Come è stato ben detto, “la Mente è la grande Distruttrice del Reale. Distrugga il discepolo la Distruttrice”; e possiamo uccidere la mente, ossia acquisire la capacità di vedere attraverso le sue illusioni, solo se concentriamo la luce della coscienza sulla mente stessa, provando a comprendere come essa modifichi e distorca ogni cosa prima che questa raggiunga la nostra coscienza. Solo quando siamo in grado di vedere ogni realtà entrare nella nostra coscienza attraverso il filtro della mente possiamo divenire consapevoli delle illusioni da essa create. Questa costante attenzione e vigilanza è il solo mezzo con cui sviluppare il discernimento, la facoltà che, nella sua forma più elevata, distrugge gradualmente il mondo irreali e ci rivela quello reale. Non si tratta in alcun modo di un processo del pensiero, ma piuttosto di una forma di coscienza davanti alla quale tale processo si svolge e si dipana in una visione panoramica. Un'intensa concentrazione sulla mente e sulle sue attività deve essere praticata con costanza, giorno dopo giorno, finché un tale atteggiamento non divenga abituale, così che, pur immersi nei nostri impegni ordinari, siamo consapevoli di questa incessante attività della mente. Una tale pratica, se protratta per un tempo sufficientemente lungo, condurrà al graduale spostamento del centro della coscienza dalla regione della mente, in cui è attualmente situato, a ciò che la oltrepassa, ossia la regione di *Buddhi*. *Buddhi* infatti è la facoltà spirituale grazie alla quale la mente opera e la coscienza interiore diviene consapevole delle attività della mente. Quando il centro della coscienza sarà stabilizzato nella sua nuova posizione e la vita verrà osservata dal piano superiore di *Buddhi*, anziché da quello della mente, allora si presenteranno al suo orizzonte tutte quelle verità che hanno origine sul piano buddhico. Questo metodo in cui il discernimento o *Viveka* viene utilizzato per penetrare al di là delle illusioni della vita e della mente, al fine di raggiungere gli stati di coscienza più elevati, è la base di *Jñāna Marga* o del Cammino della Conoscenza.

Il metodo appena esposto rappresenta l'approccio a *Buddhi* attraverso l'intelletto, ma ne esiste un altro, operante per il tramite delle

emozioni poiché, come è già stato menzionato, *Buddhi* ha un carattere duale e associa in sé l'essenza intellettuale ed emotiva. Questo secondo approccio, adatto a persone dal temperamento altamente emotivo, è il noto *Bhakti-Marga*. In esso l'amore e la devozione verso una particolare divinità vengono resi sempre più intensi attraverso vari tipi di pratiche, finché non si giunge alla fusione della coscienza del devoto con l'oggetto della sua devozione. Sappiamo tutti in che modo i fulmini colpiscono qualsiasi oggetto sulla superficie della terra. L'elettricità generata per attrito nelle nuvole induce la sua carica opposta sulla superficie della terra e, man mano che la tensione dell'elettricità presente nelle nuvole cresce, aumenta anche quella tra le due cariche opposte. Si giunge a una fase in cui la tensione diviene tale da annullare la resistenza dell'aria che separa le due cariche e un lampo annuncia l'incontro e la fusione delle due cariche opposte. Qualcosa di simile avviene quando la coscienza del devoto e quella dell'oggetto della sua devozione si fondono in un'estasi che precede sempre la visione del mistico. Per un certo tempo la coscienza del devoto penetra sul piano buddhico e lì egli percepisce di essere uno con il proprio oggetto di devozione e non più qualcosa di separato. Da quel momento in poi, anche se la coscienza diretta del piano buddhico può non esserci, la visione avuta serve da potente fonte di ispirazione e le correnti del piano buddhico continuano a fluire attraverso il canale così creatosi.

Nessuna trattazione dei metodi utilizzati per lo sviluppo della coscienza buddhica può essere completa senza un riferimento alla *Gāyatrī*, la cui recita costituisce una parte essenziale della pratica religiosa quotidiana degli indù. È vero che il modo in cui questo *mantra* viene ripetuto quotidianamente da migliaia di indù ortodossi, senza comprenderne il significato e senza prestare attenzione ad altri aspetti del *Sādhana*, non produce alcun risultato apprezzabile. Tuttavia si tratta di una delle pratiche più efficaci ideate per sviluppare la coscienza buddhica, a condizione che il *Japa* venga eseguito nel modo corretto e nelle giuste condizioni. Il *Japa* della *Gāyatrī* dovrebbe essere considerato un esperimento scientifico e, in quanto tale, è necessario metterlo in atto secondo precise condizioni se vogliamo ottenere i risultati desiderati. Poiché non è possibile parlarne in questa sede, è comunque necessario dedicare qualche parola alla logica che presiede a questa

pratica religiosa prescritta dagli antichi *Rishi* per mantenerci in sintonia con la nostra natura superiore.

Due fattori importanti sono sottintesi nella ripetizione della *Gāyatrī*, uno puramente meccanico, l'altro legato alla coscienza. Quando desideriamo intensamente e realmente la Luce, che può provenire solo dall'interno, produciamo nella nostra aura una tensione peculiare che apre un passaggio per la discesa di forze dai piani superiori. Grazie agli esperimenti scientifici sappiamo che, se disponiamo di un recipiente chiuso con due fori e iniziamo a svuotarlo dell'aria attraverso una delle aperture, l'aria tende a riempire il contenitore attraverso l'altro foro. Allo stesso modo, quando desideriamo intensamente e sinceramente la Luce del nostro Io Superiore e ci liberiamo dei pensieri e dei desideri personali, l'Io Superiore risponde prontamente e la Luce di *Buddhi*, in modo quasi meccanico, tende a illuminare la nostra personalità. La risposta è automatica. Ma, naturalmente, l'aspirazione deve essere reale, deve provenire dai nostri cuori e il *Japa* non dovrebbe ridursi semplicemente alla ripetizione di una formula o di una sequenza di pensieri. Se esaminiamo il significato del *Gāyatrī* mantra, vediamo che si tratta di una preghiera rivolta alla Divinità Solare, alla Coscienza Universale alla base del sistema solare, affinché possa donarci più Luce, la Luce di *Buddhi*. Se ripetiamo questa preghiera costantemente, con serietà, mettendoci in rapporto con l'idea sottintesa, la forza corrispondente viene, per così dire, estratta, aspirata dai piani più elevati, facendo risplendere più intensamente i veicoli superiori; questa vita accresciuta sui piani più alti si riflette nella luce più intensa della vera conoscenza e in un orientamento più spirituale della personalità.

L'altro effetto della ripetizione della *Gāyatrī* è di natura meccanica e dipende dalla potenza che caratterizza tutti i veri mantra, dato che l'intero universo manifesto è basato su vibrazioni di vario tipo e, se scegliamo quelle di natura adeguata e le associamo tra loro scientificamente, possiamo produrre qualsiasi risultato, sia nei mondi esteriori sia in quelli interiori. Gli antichi *Rishi*, davanti al cui sguardo si aprivano i mondi più sottili, studiarono molto approfonditamente questo fatto, ideando diverse combinazioni di suoni e pensieri volte a ottenere specifici esiti. Queste combinazioni sono insite nei mantra e



il *Gāyatrī* è considerato uno dei più importanti di essi, concepito specificamente per lo sviluppo della coscienza buddhica. Esso agisce non solo energizzando il veicolo buddhico stesso ma anche armonizzando i veicoli inferiori e sintonizzandoli con quelli superiori, in modo che le forze provenienti dai piani più elevati possano passare senza ostacoli attraverso i livelli intermedi e apparire nella nostra coscienza fisica. Qualunque sia il *modus operandi* di questo mantra, i suoi effetti nello sviluppo della coscienza superiore sono sicuri e rilevanti, a patto ovviamente che siano soddisfatte tutte le altre necessarie condizioni.

Tutte le linee di sviluppo cui si è fatto sopra riferimento convergono e infine conducono alla pratica dello Yoga; gli stadi avanzati della coscienza buddhica non possono essere raggiunti senza passare attraverso gli esercizi mentali intensivi e di autodisciplina che sono parte integrante dello Yoga. Il funzionamento pieno e consapevole all'interno dello stesso veicolo buddhico è possibile solo quando la mente e le emozioni siano completamente trascese e il candidato sia in grado di elevarsi in *Samādhi* ai piani buddhici e superiori. Allora, e solo allora, egli potrà vedere la vita come essa è in realtà, conoscere il segreto del suo essere e comprendere davvero quelle verità eterne della vita spirituale che fino ad allora aveva solo sentito come vere e aveva dato per scontate sulla base della propria intuizione. Una volta raggiunta tale visione, anche se si trova nuovamente immerso nella vita inferiore, egli non potrà mai essere completamente dominato dalle sue illusioni e vivrà costantemente nella luce della Coscienza Superiore. Gradualmente, nel procedere lungo la scala dell'evoluzione, questa coscienza trascendente del piano buddhico diverrà parte della sua normale coscienza ed egli discenderà ai piani inferiori solo quando il suo lavoro ne richiederà la presenza.

La corretta autodisciplina costituisce dunque parte integrante della preparazione in vista dello sviluppo della coscienza buddhica. È vero che il raggiungimento della coscienza buddhica riguarda la percezione delle realtà interiori, ma questa è possibile solo attraverso veicoli puri, calmi e armonizzati. Queste condizioni non sono determinate semplicemente dal desiderio ma da un'autodisciplina prolungata e rigorosa, che implica la trasformazione dei nostri ideali spirituali in un corretto modo di vivere e pensare. La natura di tali condizioni e



LO SVILUPPO DI BUDDHI

del modo in cui esse possono realizzarsi fa parte della filosofia e della tecnica dello Yoga, di cui parleremo brevemente più avanti.



Capitolo 14

Intelletto e intuizione

Nei capitoli precedenti abbiamo già trattato le funzioni dell'intelletto e dell'intuizione. Tuttavia, queste funzioni non sono facilmente distinguibili e possono essere confuse tra loro, è quindi necessario approfondire ulteriormente l'argomento e chiarire il rapporto tra intelletto e intuizione, nonché il modo in cui differiscono l'uno dall'altra. La confusione tra la conoscenza intellettuale ordinaria e la vera saggezza è la causa di gran parte del rallentamento che si verifica nella nostra vita spirituale e dell'indebita enfasi generalmente riservata al valore della conoscenza intellettuale nell'ambito della religione e della filosofia. A seguito di questa confusione il semplice apprendimento, sostenuto dagli apparati della vita religiosa, viene scambiato per spiritualità e molti aspiranti rimangono paghi delle soddisfazioni superficiali derivanti dalla conoscenza intellettuale, senza essere mai coscienti del fatto che il falso senso di sicurezza associato a tale conoscenza è illusorio e può scomparire completamente non appena si verifichi un minimo cambiamento delle circostanze esterne. Una chiara comprensione del rapporto tra intelletto e intuizione ci consente di valutare la conoscenza intellettuale e di cercare una base più stabile e affidabile per la nostra cosiddetta vita spirituale.

Prima di procedere oltre, soffermiamoci sul significato nebuloso generalmente attribuito al vocabolo "intuizione", che risulta piuttosto debole e poco efficace per indicare una facoltà di tale importanza nella scoperta della Realtà che risiede in noi. L'adozione di questa parola è stata, si potrebbe dire, un errore, in quanto essa era adatta al filoso-



fo occidentale, che si occupa di una visione per lo più accademica e accetta con esitazione la possibilità di conoscere qualcosa sulla realtà della vita in un senso più profondo di ciò che può essere raggiunto con l'intelletto. Non conoscendo o non riconoscendo pienamente la possibilità di percepire direttamente le realtà della vita interiore, la parola "intuizione" è risultata adatta allo scopo, convogliando un'idea vaga e indefinita di tale possibilità, nonché della facoltà di intuizione stessa.

Ma, secondo la filosofia orientale, l'intelletto è uno strumento di conoscenza molto incompleto e si ritiene che questa sia possibile solo attraverso la fusione della propria mente o coscienza con l'oggetto che si desidera conoscere. La "conoscenza tramite fusione" o comprensione è diretta, vivida, dinamica e non soggetta a errori o illusioni. Si rende quindi necessario ricorrere a un'altra parola, dotata di una connotazione più definita, per indicare la facoltà attraverso la quale viene ottenuta tale comprensione. Il termine *Buddhi*, spesso utilizzato nella letteratura teosofica, è una parola più idonea, ma soffre dello svantaggio derivante dal fatto che nella filosofia indù essa indica numerose funzioni del dominio mentale, come la percezione, la discriminazione, la ragione, ecc. Si renderebbe quindi necessario un ulteriore vocabolo più adatto per designare lo strumento attraverso cui è possibile raggiungere la conoscenza diretta. Ma, poiché un nuovo termine coniato a questo scopo potrebbe creare una confusione ancora maggiore, utilizzeremo i termini correnti intuizione e *Buddhi*, tenendo presenti la loro limitatezza e inadeguatezza.

Per cercare di comprendere le funzioni dell'intelletto e di *Buddhi*, nonché i diversi tipi di conoscenza che esse permettono di ottenere, partiamo da un'esperienza sul piano fisico. Supponiamo di entrare durante la notte nella sala di un museo. Muovendoci con cautela nell'oscurità, tocchiamo i vari oggetti presenti, percependone le diverse parti e cercando di scoprirne la funzione e l'aspetto. Tastiamo la gamba di un tavolo e concludiamo di avere a che fare con un oggetto lungo e cilindrico. Quindi ne sfioriamo il piano e cambiamo opinione, decidendo che l'oggetto è una superficie piana. In questo modo passiamo da un oggetto all'altro annotandone mentalmente il carattere e la posizione nella sala. Nel corso di questo processo di indagine la debole luce dell'alba inizia a penetrare nella sala e ci consente di in-



travvedere vagamente i vari oggetti presenti. La luce diviene sempre più forte e ci mostra gli oggetti in modo via via più chiaro, finché tutto si rivela distintamente alla nostra vista. L'investigazione degli oggetti nell'oscurità è simile al funzionamento dell'intelletto e la loro visione alla luce del sole a quello di *Buddhi*. Possiamo quindi affermare, in modo generale, che *Buddhi* vede le cose direttamente, realmente, integralmente e nella loro giusta prospettiva, mentre l'intelletto le afferra indirettamente, parzialmente e senza prospettiva.

In relazione alle funzioni di *Buddhi* è importante notare che esse non riguardano tanto le vicende quanto le relazioni reciproche e il significato di queste. La saggezza generata dall'illuminazione della mente attraverso la luce di *Buddhi* è essenzialmente la capacità di vedere gli eventi nella loro giusta prospettiva e nel loro vero significato. Una mente colma di fatti, anche se corretti, può essere del tutto priva di intelligenza se la luce di *Buddhi* non li coordina tra loro, mostrandone il reale significato. Il progresso della scienza moderna e soprattutto la scoperta dell'energia atomica hanno segnalato molto chiaramente i pericoli legati allo sviluppo dell'intelletto senza uno corrispondente di *Buddhi*, che aggiunge saggezza alla conoscenza.

Come la percezione di un nuovo rapporto tra fatti possa alterare completamente il significato degli stessi risulterà chiaro da un semplice esempio. Supponiamo che un uomo perda suo figlio ancora bambino e che questi venga allevato altrove senza che il genitore ne sappia nulla. Il figlio adulto si reca nella casa paterna, viene assunto come servitore e vi lavora per anni. Un giorno il padre scopre che il servo che lavora per lui è in realtà il figlio perduto. Una tale scoperta cambia immediatamente il loro rapporto. Nulla è stato aggiunto alle vicende che costituiscono tale situazione, eppure la scoperta della relazione ne altera completamente il significato e ne cambia radicalmente il rapporto. Questo è il modo in cui la percezione buddhica può modificare completamente la nostra visione, i nostri atteggiamenti e conseguentemente la nostra vita, senza che nulla muti nelle circostanze esterne.

Consideriamo alcuni esempi relativi al cambiamento apportato nella nostra vita e nella nostra prospettiva grazie alla scoperta di nuove relazioni nel corso del nostro sviluppo interiore. Osserviamo innanzitutto la relazione esistente tra *Jīvātmā* e *Paramātmā* ossia tra l'anima



individuale e Dio. Questo è uno dei più grandi misteri della nostra vita e viene risolto completamente nell'ultimo stadio dell'evoluzione umana, come descritto meravigliosamente nelle parole de *La Luce sul Sentiero*: “Domanda al tuo più profondo essere, all'Unico, il segreto finale che conserva per te attraverso le età” (parte 2, v. 17). Ma, sebbene la soluzione completa di questo mistero si manifesti all'ultimo stadio, proprio sulla soglia del *Nirvāna* o della Liberazione, essa inizia a essere percepita in una fase molto anteriore del nostro sviluppo spirituale. Questa “sensazione” del mistero, se così si può dire, trova espressione nello sviluppo della vera devozione, dell'amore o di *Bhakti* rivolti al Centro o alla Fonte del nostro essere; non è altro che il riflesso nella mente inferiore dei vari gradi della percezione buddhica relativa all'intimo rapporto già esistente ai livelli più profondi del nostro essere. Ma essa basta a trasformare anche il peggior peccatore in un vero santo.

Consideriamo ora il rapporto esistente tra le diverse anime. Poiché tutti i *Jīvātmā* sono divini in essenza e fungono da centri di coscienza nella Realtà Unica, la consapevolezza della loro vera relazione reciproca dipende dalla consapevolezza della loro relazione con la Vita Una di cui sono diverse espressioni. Quindi il mistero della nostra fratellanza è strettamente legato a quello della nostra origine divina; i due, infatti, sono aspetti di un unico mistero.

Si vedrà quindi che la vera realizzazione della fratellanza di tutte le creature viventi dipende dalla comprensione, a diversi livelli, della paternità di Dio e dalla consapevolezza della nostra natura divina. Fino a quel momento la fratellanza, che nel suo vero senso esiste solo sui piani spirituali, può essere un mero ideale intellettuale o, nella migliore delle ipotesi, un sentimento di compassione e di genuina bontà verso tutti. Solo nella misura in cui “sentiamo” la nostra natura divina e l'unità della Vita possiamo provare e conoscere una vera fratellanza. I problemi della scoperta di sé e del raggiungimento della Fratellanza Universale sono, quindi, realmente uno e non due. Le forme diffuse di fratellanza, basate su un ideale intellettuale o sull'interesse personale, nonché sul sentimento, sono facilmente corruttili. Se tuo fratello non fa ciò che vuoi o se ti fa del male, inizi a odiarlo e potresti giungere al punto di distruggerlo. La vera fratellanza, basata sulla percezione



buddhica della nostra origine comune e della Vita Una che tutti condividiamo, non opera così.

Il fatto che *Buddhi* sia collegata alle relazioni appare anche dalla sua funzione percettiva, una delle principali secondo la psicologia dello Yoga. Cos'è la percezione? È la relazione che unisce il percettore e il percepito, il soggetto e l'oggetto. Quando la relazione soggetto-oggetto scompare, come accade nel *Samādhi*, i tre, ossia il percettore, il percepito e la percezione, si fondono in un'unica dimensione integrata della coscienza e ciò indica la realizzazione della realtà dell'oggetto da parte del soggetto.

C'è un'altra funzione di *Buddhi*, di grande importanza per l'aspirante all'inizio del Cammino, che potremmo chiamare discernimento. La capacità di discriminare tra giusto e sbagliato e di fare ciò che è corretto a ogni costo deve essere acquisita nella fase iniziale, se si vuole percorrere il Cammino in sicurezza. La purificazione e la pacificazione della mente, necessarie affinché la luce di *Buddhi* possa risplendere attraverso di essa, dipendono in larga misura da quanto la nostra vita è governata dalla rettitudine, non intendendo il rispetto di un particolare codice di condotta basato su un credo religioso o un'ideologia, ma l'abitudine a fare con naturalezza e senza sforzo ciò che consideriamo giusto, nella misura della nostra comprensione. Giusto e sbagliato sono concetti relativi e ciò che riteniamo giusto potrebbe non esserlo, considerando le circostanze; tuttavia la purezza delle motivazioni ha due risultati diretti: innanzitutto ci libera dal conflitto interiore che tormenta la vita di tutte le persone prive di scrupoli, producendo uno stato mentale molto nocivo; in secondo luogo purifica in maniera graduale la mente, rendendola atta a ricevere in modo sempre maggiore la luce di *Buddhi*. Una delle conseguenze più indesiderabili del compromesso con il male è che esso ci coinvolge molto presto in un circolo vizioso dal quale è molto difficile uscire. L'azione, il pensiero e l'emozione malvagia offuscano *Buddhi* in misura crescente e tale appannamento impedisce di vedere se una particolare azione è giusta o sbagliata, tendendo così a coinvolgerci ulteriormente nel male. Accade pertanto che persone normali e ragionevoli scivolino piano piano in una vita malsana, senza neppure rendersi conto di compiere qualcosa di sbagliato. Nel loro caso la funzione discrimina-

tiva di *Buddhi* è stata annullata.

Come ci leghiamo a un circolo vizioso a causa dell'iniquità, così ne possiamo creare per noi stessi uno virtuoso, muovendoci correttamente. Ogniqualvolta agiamo in base a ciò che consideriamo giusto, indipendentemente dalle conseguenze possibili, purifichiamo in una certa misura la nostra mente e permettiamo alla luce di *Buddhi* di risplendere un po' più intensamente attraverso di essa. Ciò rafforza la nostra facoltà di discernimento e, conseguentemente, la capacità di vedere il giusto e la volontà di compiere il bene aumentano di pari passo. L'azione e la reazione così generate non solo ci liberano da ogni tendenza opposta, ma ci consentono altresì di sapere quasi istantaneamente, in ogni situazione, qual è la cosa giusta da fare. Non esistono regole rigide da seguire meccanicamente, poiché ogni circostanza della vita rappresenta una nuova situazione, che richiede discernimento e azione. Il solo modo per sapere infallibilmente qual è la strada giusta in una particolare serie di circostanze e così darci la forza e la volontà di seguirla è quello di avere una mente purificata, attraverso la quale la luce di *Buddhi* risplenda costantemente e in modo ininterrotto. Il fatto che *Buddhi* si occupi delle relazioni ci permette di discriminare tra giusto e sbagliato in ogni situazione.

Dopo aver trattato alcune delle importanti funzioni di *Buddhi*, siamo ora in grado di considerare brevemente alcuni fatti che illustrano la differenza esistente tra la conoscenza prodotta dal mero intelletto e la saggezza, che si mostra quando l'intelletto è illuminato dalla luce di *Buddhi*.

Ciò che colpisce a tale riguardo è che, nell'ambito della conoscenza intellettuale, può esistere un divario incolmabile tra il professare una fede e il praticarla, mentre in quello della saggezza ciò non è possibile. Un intellettuale, la cui conoscenza si basi solo sull'intelletto, può parlare, tenere conferenze e scrivere brillantemente sulle più alte dottrine religiose, filosofiche ed etiche, ma è possibile che la sua vita sia una totale negazione di tutto ciò che professa. Nel caso di un uomo che abbia compreso queste verità attraverso la percezione buddhica ciò non è invece possibile, poiché egli *sa* che tali verità riguardanti la vita interiore sono reali. Un uomo consapevole che *Adharma*, o l'iniquità, porta alla sofferenza e alla demoralizzazione eviterà *Adharma*

come un uomo comune rifiuta il veleno sapendo che lo ucciderà.

Una linea d'azione guidata dalla saggezza non solo è seguita dal corretto comportamento, ma esclude l'esitazione e il rimpianto anche nel caso in cui esso porti a una perdita, a un disagio o a una sofferenza, poiché vi è l'assoluta certezza che ciò che è giusto opera per il nostro bene, nel corso del tempo. Questa differenza nella rispettiva traduzione della conoscenza ordinaria e della saggezza in azione deriva dalla natura stessa della facoltà buddhica. Sul piano buddhico percezione e azione sono inseparabili. Il dubbio e l'incertezza ritardano l'azione e non esistono in quel regno in cui tutto è *Pratyaksha* o evidente. Il dubbio assilla tutte le attività dell'uomo puramente intellettuale; per questo l'azione può seguire o meno la decisione giusta. Ogni volta che non siamo in grado di tradurre in pratica ciò che vogliamo fare, ristagna sempre qualche dubbio in un angolo della nostra mente, pur non consapevoli. Non si tratta di una questione di forza di volontà, quanto di una giusta e chiara percezione. Non occorre molta determinazione per astenersi dall'assumere qualcosa, se sappiamo che contiene veleno.

Anche i mezzi per acquisire conoscenza e saggezza differiscono in base alla natura di queste. Dal momento che la conoscenza ha un contenuto, la sua costruzione avviene mattone dopo mattone, oppure, tocco dopo tocco, se la si paragona a un quadro che deve essere dipinto. Ciò richiede tempo ed energia. La saggezza invece non ha un vero contenuto e consiste semplicemente nel vedere le relazioni e il significato dei fatti conosciuti dall'intelletto, per cui non è necessario costruire nulla. Si tratta solo di aumentare il potere di penetrazione della percezione così da vedere nel profondo la realtà. Quanto più penetrante è la percezione, tanto più intima è la saggezza. Un lampo diretto e incisivo della percezione buddhica può cambiare completamente un uomo e fargli vedere le realtà della vita come non gli sarebbe possibile neppure se dedicasse molte esistenze allo studio dei problemi più profondi del vivere. Un lampo può rivelare un paesaggio in un modo che non ci è possibile osservare esplorandolo con una lanterna in una notte buia. La prima visione è istantanea, integrata e nella giusta prospettiva; la seconda è frammentaria e priva di profondità.

Le due visioni non solo richiedono periodi di tempo diversi ma dif-



feriscono nella loro natura essenziale. La conoscenza quindi si acquisisce leggendo libri, parlando o ascoltando conferenze che forniscono la materia prima di fatti di diverso tipo, necessari alla sua edificazione. Questi materiali devono essere adeguatamente organizzati, le lacune colmate, le idee chiarite, i punti deboli rafforzati. Ma nell'acquisire la saggezza occorre rimuovere dalla visione le impurità, le distorsioni e i complessi presenti nella mente, nonché le loro errate modalità di espressione nell'azione. Dobbiamo penetrare verso l'interno, percepire a un livello più profondo, elevarci a uno stadio di coscienza più elevato e aprire il passaggio tra il mentale e lo spirituale.

Quanto sopra indicato in merito alla conoscenza e alla saggezza consentirà all'aspirante di aver chiaro ciò cui deve tendere, di decidere fino a che punto fare affidamento e dedicarsi alle attività puramente intellettuali, come adottare i giusti mezzi per sviluppare la saggezza e, infine, verificare in che misura la propria conoscenza sia intellettuale o intuitiva. Per distinguere tra le due, si possono applicare alcuni test oggettivi semplici e alla portata di tutti, che permettono di giudicare la condizione complessiva della nostra mente:

1. Proviamo esitazione o riluttanza nel far seguire alle nostre giuste decisioni o conclusioni ben ponderate un'azione appropriata?
2. Le nostre giuste decisioni sono seguite dall'azione in modo naturale, senza sforzo e senza resistenza da parte della "mente inferiore"?
3. Le nostre conclusioni e convinzioni subiscono cambiamenti costanti, mostrandosi abbastanza definite e colme di certezze un giorno, confuse e piene di dubbi in quello successivo?
4. Le nostre conclusioni devono essere modificate o rinnovate costantemente alla luce dei nuovi fatti che scopriamo?
5. I nuovi fatti e le nuove esperienze rendono semplicemente più chiara, vivida e definita la struttura di base della nostra conoscenza oppure dobbiamo apportare spesso cambiamenti importanti quando ci imbattiamo in una nuova serie di fatti o di esperienze?
6. Dobbiamo costantemente rivolgerci agli altri per chiedere consiglio quando siamo in difficoltà, non riuscendo a decidere la condotta da seguire date le circostanze?
7. Ci troviamo sempre in uno stato d'animo agitato e infelice, privo



di armonia e di sintonia con ciò che ci circonda?

La risposta a queste domande ci fornirà un'idea della misura in cui la nostra mente è in grado di ricevere l'illuminazione di *Buddhi*.

Risulta evidente che saper discriminare chiaramente tra intelletto e intuizione non riguarda semplicemente la psicologia, ma influenza intimamente e in modi diversi la nostra vita. Dalla corretta comprensione di questa distinzione dipendono il senso dei valori caratterizzanti la vita e la nostra capacità di organizzare in modo efficace gli sforzi volti alla scoperta del nostro Io.



Capitolo 15

Il ruolo di Ātmā nella nostra vita

Tra chi è cresciuto in una tradizione religiosa secondo la quale la Verità è qualcosa da trovare dentro se stessi, nel profondo della propria coscienza e non nelle forme essoteriche, esteriori della religione, prevale l'idea che, quando un ricercatore penetra nel più intimo del proprio essere alla ricerca di Dio o della Realtà, egli raggiunge uno stato di illuminazione che può essere considerato definitivo, dopo il quale non resta più nulla da investigare o da perseguire. Arrivato a questo stadio, si suppone che l'Illuminato riposi per l'eternità nello stato di beatitudine che ha raggiunto. L'idea di atto conclusivo in relazione alla nostra meta spirituale e al raggiungimento della perfezione è tuttavia una concezione errata, basata su una conoscenza molto superficiale dei problemi reali della vita religiosa. Coloro che hanno familiarità con il lato esoterico della religione hanno sempre saputo che, per quanto riguarda lo sviluppo spirituale, non vi è e non può esservi alcuna fine. Questa verità è stata espressa molto chiaramente in vari testi della letteratura occulta. Così viene affermato ne *La Luce sul Sentiero*: "L'anima dell'uomo è immortale e il suo avvenire è qualcosa di indefinibile, il cui sviluppo e splendore non hanno limiti"; in un altro punto dello stesso libro è detto: "Entrerai nella luce ma non toccherai mai la Fiamma". Queste opere indicano chiaramente che nel viaggio di autoesplorazione, durante il quale il ricercatore penetra nelle profondità del proprio essere, trovando uno splendore sempre maggiore e realtà sempre più profonde, egli non raggiunge mai uno stadio in cui possa affermare: "Fino a qui e non oltre".



Come già spiegato nel secondo capitolo, l'anima spirituale dell'uomo è triplice nella sua natura (*Ātmā*, *Buddhi*, *Manas*) e agisce sui piani Mentale Superiore, buddhico e atmico. Perciò il veicolo atmico della coscienza è, per così dire, il nucleo dell'anima spirituale, il *Ĵīvātmā*, e da esso è governata non solo la vita della personalità ma anche quella dell'Individualità. Quindi, per quanto riguarda il lato umano della natura dell'uomo, l'*Ātmā* è il principio ultimo del *Ĵīvātmā* e questo senza dubbio spiega l'idea diffusa secondo cui l'*Ātmā* sia l'obiettivo finale dei nostri sforzi e che il raggiungimento della coscienza atmica significhi la liberazione dell'anima umana. Ma non dovremmo dimenticare che, sebbene in relazione alla nostra evoluzione umana il piano atmico segni il limite della nostra autorealizzazione, esistono piani ulteriori e, nel momento in cui la nostra evoluzione umana sarà completata, si apriranno davanti a noi nuove prospettive di cui ora non possiamo avere alcuna concezione e che ci permetteranno di continuare il nostro sviluppo su piani ancora più sottili. Che la coscienza atmica non sia l'obiettivo finale dell'autorealizzazione risulta chiaro dal *sūtra* (versetto) IV-25 dello *Yogasūtra* di Patanjali, che si riferisce all'ulteriore trascendimento della coscienza nel piano eterno del *Purusha*.

Prima di affrontare l'arduo compito di comprendere le funzioni di *Ātmā*, ossia della Vita Divina così come si manifesta attraverso il veicolo atmico, è necessario ricordare ancora una volta le enormi limitazioni entro le quali opera l'intelletto umano e la conseguente difficoltà di capire, anche parzialmente, le verità della vita spirituale. Quanto più un principio, dentro di noi, si trova lontano dalla sfera dell'intelletto, tanto maggiore è la difficoltà di coglierlo. Tale comprensione sarebbe davvero impossibile se non fosse che questi principi esistono in noi, per quanto profondamente nascosti, e ciò fa sì che i deboli echi provenienti da tali regioni interiori possano evocare una flebile reazione nella nostra mente, permettendoci di intravedere qua e là dei barlumi della nostra natura trascendente. È consci di tale enorme svantaggio e con atteggiamento cauto che occorre affrontare tali ambiti poiché dove vi sono vera aspirazione e vero desiderio di conoscenza la Vita Divina presente in noi saprà in qualche modo rispondere e illuminare la nostra mente.

Parlando del ruolo di *Ātmā* nella nostra vita possiamo accennare alla



natura di questo veicolo, attraverso il quale la coscienza opera sul piano atmico. Come sanno gli studiosi di occultismo in grado di utilizzare i propri poteri di chiaroveggenza superiori, il corpo causale, veicolo della Mente Superiore, è un ovoide corrispondente alle aure dei corpi astrale e mentale inferiore. Ciò significa che sul piano Mentale Superiore il veicolo della coscienza presenta ancora una superficie che lo racchiude, per quanto essa possa espandersi con l'evoluzione e sotto l'impulso delle forze spirituali irradiantisi dall'interno. Passando al veicolo superiore successivo – che ci permette di entrare in contatto con il piano buddhico, l'*Ānandamaya-kosha* del *Vedānta* – possiamo immaginare che la linea di confine scompaia e che il corpo buddhico, almeno per quanto può essere concepito dall'intelletto operante attraverso il cervello fisico, appaia come una stella, un centro di luce che emana raggi in ogni direzione. Anche sul piano immediatamente superiore possiamo supporre che il veicolo atmico consista in un singolo atomo del piano atmico nel quale la coscienza sia in grado di espandersi ino a includere la coscienza dell'intero piano o di contrarsi con rapidità inconcepibile al punto di rendere quasi individualizzata tale coscienza onnicomprensiva. In questo modo possono essere riconciliati, all'interno della stessa coscienza, gli attributi diametralmente opposti e apparentemente incompatibili dell'onnipervasività e dell'individualità, così difficili da capire per l'intelletto umano e così ben espressi nella descrizione di questa coscienza trascendentale offerta dalla famosa massima: "Con la sua circonferenza in nessun luogo e il suo centro dappertutto".

Entrare in ulteriori dettagli su questo argomento, che si situa fuori dal campo dell'intelletto umano, non servirà a nulla; possiamo invece considerare la questione più importante e pratica relativa alle funzioni di *Ātmā* o meglio al modo in cui queste ci appaiono e ci influenzano nelle regioni inferiori della personalità, dato che la realtà di tali funzioni sul loro piano trascendentale non può essere compresa da chi vive nei mondi inferiori dell'illusione.

Come affermato in precedenza, il piano di *Ātmā* è la regione in cui opera il Potere della Volontà del *Logos* che dirige l'enorme meccanismo del sistema solare. Abbiamo mai provato a pensare da dove provenga questo immenso potere che mantiene i pianeti in movimento nelle loro orbite celesti, che fa ruotare gli elettroni all'interno degli atomi,



che provvede all'evoluzione e alla crescita di innumerevoli esistenze e ordina ogni cosa con forza e dolcezza? Esso deriva dalla Volontà del *Logos* Solare, che opera sul piano atmico e fornisce energia all'intero sistema solare, a tutti i livelli. Il Sole è suo simbolo e rappresentazione sul piano fisico, un gigantesco vortice di energia elettromagnetica che fornisce luce, calore e altri generi di energia ai pianeti fisici. Ma su ogni piano sono il suo potere e la sua energia a svolgere la straordinaria opera di costruzione e decostruzione delle forme che incarnano la sua vita; è la sua Volontà che esercita una pressione incessante e inarrestabile verso l'evoluzione.

Come il piano atmico nel suo insieme agisce quale fonte di energia per il sistema solare, così il veicolo atmico di un singolo *Jīvātmā* rappresenta lo strumento attraverso il quale quel potere generale e onnipervadente si specializza e viene quindi utilizzato per i fini individuali. È, in senso figurato, il raccordo che collega l'insieme dei veicoli appartenenti a un'anima particolare con la Centrale Elettrica, attraverso cui ottenere la potenza necessaria alle necessità dell'anima. L'evoluzione del *Jīvātmā* durante i diversi con i viene governata e regolata tramite il veicolo atmico e, grazie al potere derivato da questa fonte, il *Jīvātmā* è in grado di superare ogni difficoltà, di affrontare ogni prova e sofferenza, vita dopo vita, per trionfare infine su ogni ostacolo e raggiungere la perfezione.

Nel caso di coloro che sono stati in grado di penetrare attraverso i piani intermedi e di ottenere uno sguardo fugace del piano atmico l'impressione travolgente esercitata sulla coscienza da questo sguardo è quella di un enorme senso di forza e di potere, quaggiù del tutto inconcepibile. Le difficoltà e gli ostacoli che qui generano disperazione e debolezza sono come spazzati via e uno sconfinato senso di serenità pervade la coscienza, trasmettendo all'individuo non solo la fiducia in se stesso e nel proprio trionfo su qualsiasi impedimento, ma anche nel successo definitivo dello schema evolutivo, nella vittoria finale delle forze del bene sul male e nel compimento del Piano Divino. Quando una tale coscienza del piano atmico si riflette verso il basso, nella personalità, essa perde gran parte della propria intensità e vividezza, ma genera comunque un certo grado di fiducia e di senso di potenza che si riscontrano sempre, a livelli diversi, nei grandi uomini



IL RUOLO DI ĀTMĀ NELLA NOSTRA VITA

di forte volontà. Chi si sia mai trovato in una grande centrale elettrica moderna ricorderà forse il peculiare senso di potere che pervade l'atmosfera stessa del luogo. Esternamente null'altro è visibile se non il movimento di semplici macchinari, ma dietro di esso pare quasi di sentire la fortissima carica elettrica invisibile generata dalle enormi dinamo. Una sensazione paragonabile a quella descritta è sperimentata da coloro in cui la vera volontà spirituale abbia iniziato a risvegliarsi. Essi si sentono in presenza di un potere imponente e sottile, che percepiscono ma non sono ancora in grado di utilizzare.

Prima di affrontare l'espressione della vita e della coscienza di *Ātmā* nell'esistenza della personalità, è necessario ricordare al lettore l'inversione che avviene quando la coscienza discende dal livello dell'Individualità a quello della personalità. In ragione di questa, i tre piani inferiori in cui opera la personalità stanno in relazione ai tre piani superiori in cui opera l'Individualità come l'immagine riflessa nell'acqua di un edificio si rapporta al fabbricato stesso: la parte più alta dello stabile si specchia nella parte più bassa dell'immagine, mentre quella inferiore incontra la parte superiore dell'immagine invertita, come mostrato di seguito:

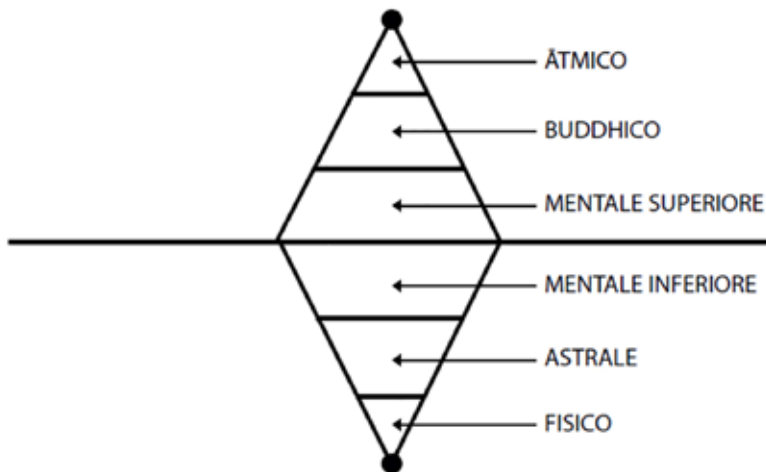


Figura 5

A seguito di questa inversione, la coscienza atmica viene, per così dire, riflessa sul piano fisico, quella buddhica nell'astrale e quella Mentale Superiore nel mentale inferiore. Ciò comporta non solo una certa somiglianza tra le caratteristiche presenti nei piani corrispondenti, ma anche un collegamento e un rapporto più diretto tra di essi. Così la vita e la coscienza del piano atmico trovano in qualche modo un'espressione misteriosamente più piena attraverso il piano fisico anziché negli altri due piani di funzionamento della personalità, nonostante il livello fisico sia il più distante dall'atmico. Similmente, la coscienza buddhica ha una relazione indecifrabile con l'astrale e, naturalmente, la relazione tra il Mentale Superiore e quello inferiore è facilmente visibile e ben conosciuta. Ciò che è stato appena indicato circa le relazioni e le corrispondenze tra l'*atmico* e il fisico, il buddhico e l'astrale, il Mentale Superiore e il mentale inferiore può essere rappresentato nel seguente diagramma:

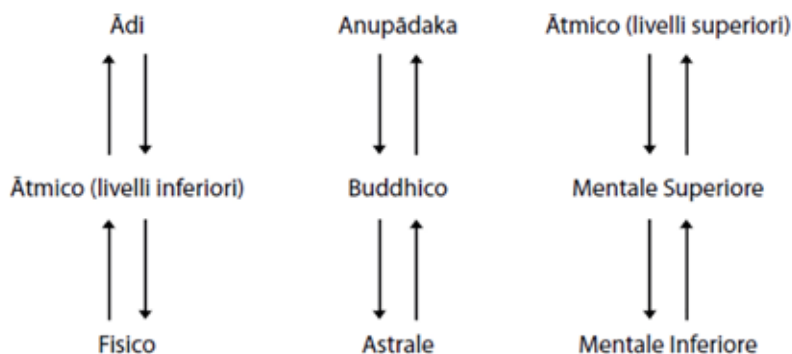


Figura 6

Non occorre in questa sede esaminare dettagliatamente l'argomento ma, per quanto riguarda la relazione tra il piano atmico e quello fisico, possiamo sottolineare come la vita della personalità in ogni incarnazione sia piena e dinamica solo sul piano fisico e quindi il periodo trascorso su tale piano risulti essere il più importante. In esso l'uomo è completo, può dare origine alle cause e accrescere le proprie capacità, mentre nella vita dopo la morte, sui piani astrale

e mentale, egli raccoglie e consolida semplicemente i risultati di ciò che ha compiuto nella precedente esistenza sul piano fisico. Proprio perché l'uomo, in quanto personalità, è completo solo sul piano fisico, egli può realizzare la propria liberazione esclusivamente durante l'esistenza fisica e non nella vita dopo la morte, sui piani astrale e mentale. L'esistenza vissuta sul piano fisico è quindi la più significativa in un'incarnazione, perché essa riflette e incarna in modo particolare la vita dell'*Ātmā*, l'aspetto più elevato dell'Individualità.

Queste speciali relazioni e corrispondenze tra i piani della personalità e dell'Individualità sono di importanza pratica poiché indicano da un lato delle linee che facilitano l'avvicinamento ai piani superiori per la personalità, dall'altro delle linee di discesa delle forze dai piani superiori a quelli inferiori. Si può quindi affermare, in senso generale, che la via verso la Mente Superiore passa attraverso la mente inferiore, quella verso *Buddhi* tramite le emozioni e quella verso *Ātmā* per mezzo dell'azione.

Poiché in questo capitolo ci occupiamo del ruolo di *Ātmā* nella nostra vita, possiamo soffermarci sull'approccio ad *Ātmā* nel corso dell'esistenza fisica e sul modo per avvicinarci a questo Principio Divino dentro di noi, cercando di stabilire in Esso il nostro centro di coscienza. In questo processo, come abbiamo già osservato, l'azione svolge un ruolo predominante. Per azione non intendiamo la semplice attività del corpo fisico, ma tutto ciò che ha origine dentro di noi e che è volto a trasmutare i nostri ideali in una vita dinamica, rendendo la personalità mera espressione e strumento dell'Io Superiore. Sebbene quest'ultimo abbia sede nel cuore di ogni essere umano, la sua volontà non è in grado di trovare espressione nella personalità, in parte a causa dell'inadeguatezza e della resistenza dei veicoli inferiori e in parte a causa dell'egoismo e delle illusioni in cui è immersa la personalità. Solo quando la personalità inizia effettivamente a cambiare la propria vita e i propri atteggiamenti, traducendo gli ideali spirituali in vita spirituale attraverso il *Sādhana* o autocultura, l'Io Superiore comincia a mostrarsi in maniera più piena attraverso di quella e acquisisce un crescente controllo su di essa, divenendo infine il centro della sua vita e della sua coscienza. In questo modo l'azione autonomamente intrapresa, che costituisce la base dell'autocultura, rappresenta il metodo



con cui avvicinarsi all'*Ātmā* e, nei suoi aspetti più elevati, si fonde con la tecnica dello Yoga.

Da quanto sopra indicato, è evidente che la nostra attività principale in relazione all'*Ātmā* è quella di rendere questo Principio Divino il focus della nostra vita o, in altre parole, di incentrarci sul Sé anziché su noi stessi. *Ātmā* è un Principio autoilluminato, autodeterminato, autosufficiente e non si tratta quindi di svilupparlo. Tutto ciò che dobbiamo fare è creare le condizioni attraverso le quali esso possa esprimersi in modo sempre più incisivo nella nostra vita e questo può avvenire efficacemente e completamente mediante la pratica dello Yoga Superiore. È tuttavia necessario che la personalità compia un lavoro preliminare per creare le condizioni in cui la pratica dello Yoga possa svolgersi con successo. Tale lavoro preparatorio presenta molti aspetti, ma in questa sede ne tratteremo solo alcuni.

Abbiamo affermato in precedenza che *Ātmā* è un Principio autoilluminato, autodeterminato e autosufficiente. Come possono questi attributi divini trovare espressione nella vita della personalità? Autoilluminazione, nel caso della personalità, significa che essa dovrebbe essere in grado, in misura sempre crescente, di acquisire la conoscenza di cui ha bisogno dall'interno, anziché dipendere da qualunque fonte esterna. Ciò è possibile, in una certa misura, quando essa riesce a entrare in contatto con il corpo causale, come indicato in un capitolo precedente. Autosufficienza significa la capacità di dipendere, per la nostra felicità, dalla fonte di *Ānanda* esistente in noi, senza essere completamente dipendenti da stimoli esterni. Ciò è possibile quando entriamo in contatto diretto con il veicolo buddhico o *Ānandamāyā-Kośha*, come viene chiamato nella terminologia vedica. Il terzo attributo, o Autodeterminazione, significa che dovremmo rendere predominante nella nostra vita la volontà spirituale di *Ātmā*, liberando gradualmente la personalità dall'influenza del desiderio. Ciò è possibile quando la personalità sul piano fisico entra, in certa misura, in rapporto con il piano atmico, divenendo servitrice della Volontà Divina.

Quando cerchiamo di divenire autoilluminati, autosufficienti e autodeterminati, il centro della nostra Coscienza si sposta gradualmente verso l'interno e la nostra vita fluisce e viene governata in misura crescente dalla parte spirituale del nostro essere. Solo al raggiungimento



di un tale stato la pratica dello Yoga diviene possibile e, attraverso di questa, la personalità e l'Individualità si trasformano entrambe in strumenti efficaci per l'espressione di *Ātmā*.

Da quanto sopra affermato potremo notare che, sebbene *Ātmā* sia triplice nella propria natura, corrispondente agli aspetti *Sat-Chit-Ānanda* della Divinità e possieda i tre attributi di Autoilluminazione, Autosufficienza e Autodeterminazione, solo quest'ultimo rappresenta la sua caratteristica peculiare. Le prime due peculiarità si esercitano principalmente attraverso i due veicoli inferiori dell'Individualità, ossia quello causale e quello buddhico, mentre l'ultimo ha la sua origine in *Ātmā* stesso. L'Autodeterminazione trova espressione nella personalità come forza di volontà spirituale e quindi, nel considerare il ruolo di *Ātmā* nell'ambito della personalità, possiamo affrontare nello specifico il tema del rafforzamento della Volontà. Finché la nostra volontà non sia divenuta tenace, il che significa che la nostra vita è governata dalla Volontà di *Ātmā* e non dai capricci e dai desideri della personalità, sarà difficile percorrere il sentiero del *Rāja Yōga* e raggiungere la meta dell'Illuminazione e della Liberazione.

Dal momento che esistono molte idee sbagliate sulla natura della forza di volontà, cerchiamo innanzitutto di comprendere chiaramente la realtà essenziale di questo importante elemento del nostro carattere. A tale scopo sarà d'aiuto sgombrare il campo dalle ambiguità, mostrando la relazione tra Volontà da un lato e *Prāna*, Desiderio e Azione dall'altro.

La parola "potenza" viene attualmente utilizzata nella scienza per indicare specificatamente la capacità di esercitare una forza meccanica ed è quest'ultima che molte persone poco edotte su questi argomenti associano vagamente alla Potenza della Volontà. La capacità di esercitare forza, sia sul piano fisico sia su quello sovrasensibile, è in realtà una funzione di *Prāna*, quell'energia universale cui si fa spesso riferimento nella letteratura relativa allo Yoga. Attraverso *Prāna* la materia dei diversi piani viene vivificata e modificata e, sebbene la natura di *Prāna* vari in base al livello in cui opera, una delle sue funzioni rimane la medesima in tutti i casi: la capacità di produrre ogni genere di cambiamento nella materia presente sui diversi piani. La Potenza della Volontà è del tutto diversa da *Prāna* e i suoi fenomeni appartengo-



no a una categoria completamente differente. Ma, nonostante questa disuguaglianza, esiste uno stretto legame tra la Potenza della Volontà e *Prāna*, dato dal fatto che l'esercizio della Volontà muove le correnti di *Prāna* attraverso la mente su ogni livello e, tramite queste, è possibile ottenere qualsiasi tipo di cambiamento nella materia del piano corrispondente. Il rapporto può essere paragonato a quello esistente sul piano fisico tra magnetismo ed elettricità. Sebbene i due fenomeni siano abbastanza diversi, il movimento di un magnete induce comunque una corrente elettrica in un filo situato all'interno della sua sfera di influenza e questa corrente può essere utilizzata per qualunque tipo di lavoro. Naturalmente l'analogia non è puntuale ma ci aiuta a comprendere come due forze di natura del tutto diversa esteriormente possano tuttavia influenzarsi a vicenda in modo profondo.

Dobbiamo poi distinguere la Volontà dal Desiderio, ossia la forma che la Volontà assume sui piani inferiori nei primi stadi dell'evoluzione umana. Nei mondi superiori dello Spirito la Volontà Spirituale è libera e opera sempre in armonia con la Volontà Divina ma, quando si manifesta nei mondi inferiori, essa può finire imbrigliata dalla personalità legata all'illusione per il raggiungimento dei propri fini individuali specifici, che possono o meno essere in armonia con la Volontà Divina. Quando opera in queste condizioni, la Volontà assume la forma del Desiderio, che rappresenta quindi unicamente la caparbia degradata e utilizzata dal sé inferiore per i propri fini egoistici e indipendenti.

La coscienza individuale, operando sui piani inferiori e identificandosi con i veicoli di tali piani, sviluppa un falso "io" o una falsa personalità, che segue le proprie fantasie e inclinazioni anziché cooperare con la Volontà Divina nell'adempimento del proposito superiore. La forza che dirige e controlla questo sé inferiore è il Desiderio ed è sotto il suo potente impulso che l'evoluzione si manifesta nelle prime fasi della vita umana. Successivamente, negli stadi finali del ciclo evolutivo, con il sorgere della coscienza spirituale nell'uomo, inizia una lotta tra la natura del Desiderio connessa alla personalità e la Volontà Spirituale legata all'Io Superiore, una lotta che prosegue con intensità crescente fino al momento in cui il Desiderio non è completamente vinto e la Volontà Spirituale dell'Io Superiore regna sovrana.



Poiché del rapporto tra Desiderio e Volontà abbiamo già trattato in relazione alle funzioni del corpo astrale, non è necessario approfondire in questa sede l'argomento, ma può essere utile fornire uno o più esempi della confusione che spesso si verifica su questo tema. Capita a volte di incontrare persone che hanno la capacità di perseguire incessantemente qualsiasi obiettivo riuscendo, nonostante innumerevoli difficoltà, a raggiungerlo. Tali individui sono considerati uomini dotati di grande forza di volontà e, da un certo punto di vista, ciò è corretto. Ma occorre ricordare che, in casi come questo, il perseguimento di tali fini è associato all'egoismo e alla mancanza di saggezza e ciò limita il fenomeno al piano del desiderio. Nonostante la somiglianza esteriore e il fatto che nel caso del Desiderio e della Volontà la fonte della potenza è la medesima, non si devono considerare tali manifestazioni come provenienti dalla pura Volontà. Naturalmente l'ordinaria ostinazione, scambiata talvolta per forza di volontà, è in realtà un sintomo di debolezza della stessa. Si tratta della naturale reazione di un'anima che non possiede la fiducia necessaria per affrontare le situazioni che man mano si presentano e che si lega quindi rigidamente a una determinata linea d'azione, contro ogni ragione e buon senso. La reale debolezza nascosta dietro la maschera esteriore della forza viene talvolta rivelata dal completo cambiamento o addirittura dall'inversione della direzione fino a quel momento seguita, a causa del verificarsi di un incidente banale o di un evento insignificante.

Un altro punto importante per comprendere la funzione della Volontà è la relazione tra Volontà e Azione. La psicologia moderna riconosce l'intima natura di questo rapporto e, secondo alcuni studiosi, la funzione principale della Volontà è quella di fornire la forza motrice per l'Azione. Il collegamento tra Volontà e Azione può essere paragonato a quello tra energia potenziale e cinetica. In una batteria l'energia è presente in forma potenziale a un certo voltaggio e rimane tale finché i terminali non vengono collegati tra loro da un mezzo conduttore. Quando ciò accade la resistenza si riduce e l'energia potenziale si converte in energia cinetica. La Volontà Divina è presente nel profondo di ogni anima umana come potenziale di voltaggio infinito. Essa viene *estratta* sotto forma di Desiderio nei primi stadi dell'evoluzione umana, in base allo sviluppo dei veicoli inferiori e for-



nisce la forza motrice dell'azione ordinaria. Si presenta invece come Volontà spirituale negli stadi evolutivi superiori ed è quindi la forza motrice del *Nishkāma-Karma*.

L'intimo rapporto tra Volontà e Azione è indicato anche dal modo straordinario in cui l'Azione rafforza la Volontà o, per essere più corretti, le consente di trovare un'espressione più piena nella nostra vita. La frase "rafforzare la Volontà" è davvero impropria, poiché la Volontà stessa è la fonte di ogni forza e quindi nulla può rinvigorirla. L'osservazione comune e le ricerche in campo psicologico hanno dimostrato come l'Azione svolga un ruolo molto importante nello sviluppo del carattere. È vero che i pensieri e le emozioni tendono in definitiva a materializzarsi in azioni e che, se vogliamo cambiare il nostro carattere, dobbiamo rivedere anche le nostre abitudini emotive e mentali, ma uno dei fatti più importanti nella formazione del carattere è che, finché i pensieri e le emozioni non troveranno espressione in azioni corrispondenti, nessun cambiamento radicale nella nostra vita potrà realizzarsi. La strada per l'inferno è proverbialmente lastricata di buone intenzioni e la completa inutilità derivante dalla semplice espressione di pie risoluzioni è purtroppo ben nota a chi si accontenta del semplice desiderio di ravvedere se stesso. Una mera risoluzione o una forma-pensiero sono forze alquanto inefficaci finché restano confinate nel regno della mente ma, non appena ricevono un'espressione pratica, l'intero meccanismo interiore della nostra vita ne risulta galvanizzato, liberando immediatamente le forze necessarie a realizzare il necessario cambiamento e a renderlo un'acquisizione permanente del nostro carattere. Immaginiamo un uomo avaro che voglia sviluppare la generosità. Inizia a pensare a opere di beneficenza e, giorno dopo giorno, suppone di compiere tali azioni nella sua vita quotidiana, ma non ne porta a compimento nessuna. Sarà egli per questo più vicino al suo ideale? Niente affatto. Poniamo il caso invece che egli doni effettivamente qualcosa a una persona realmente bisognosa; il risultato sarà ben diverso. Il suo carattere cambierà sensibilmente solo per aver compiuto tale azione e tutto il meccanismo della sua vita interiore inizierà a trasformarsi. Naturalmente egli dovrà ripetere tali gesti di generosità un certo numero di volte, prima che questa qualità possa divenire un'acquisizione permanente del suo carattere; ogni volta in



cui penserà alla beneficenza, lo svolgimento dell'azione sarà facilitato. Ma resta il fatto che è l'atto caritatevole ad avviare il processo di cambiamento, facendo precipitare le forze mentali sotto forma di abitudine. In mancanza di un simile atto, la mente potrebbe essere dominata dall'idea senza che nulla accada di definito.

Quindi tutti coloro che stanno cercando di cambiare le proprie abitudini prendano nota di questo: il pensiero è il padre dell'azione, esso rafforza la tendenza verso un particolare tipo di azione, ma è l'azione reale che attua il pensiero, determinando un reale cambiamento nella vita esteriore e interiore, creando percorsi per il sistema nervoso, stabilizzando le forze mentali all'interno di nuovi solchi e, ciò che è più importante, consentendo alla Volontà di manifestarsi e dominare più pienamente i veicoli inferiori.

La relazione tra volontà e *Prāna*, tra Desiderio e Azione considerata nei paragrafi precedenti dimostra che, sebbene la Volontà stia al di sotto e sia la forza dietro a queste, essa non partecipa direttamente alle attività di cui è il centro. La sua funzione è come quella di un re assiso sul trono, la cui sola presenza fa sì che tutta la macchina amministrativa del regno funzioni secondo la sua volontà. Egli non corre qua e là e non interviene direttamente; questo è il compito dei ministri e degli altri funzionari. Eppure è il suo potere sottile che muove l'intera macchina dello Stato e, se egli non fosse al centro e al cuore delle cose, l'amministrazione crollerebbe, con conseguente confusione e caos. Questa analogia potrà spiegare anche il mistero di *Purusha*, raffigurato come il "testimone silenzioso" nella filosofia *Sāmkhya*. Non si tratta di uno spettatore passivo ma di qualcuno che, come il re sopra menzionato, non si mescola con le attività che si svolgono attorno a lui, non se ne occupa, pur essendone la causa e la forza potenziale.

Il vero potere spirituale che proviene direttamente dal piano atmico può essere esercitato solo in specifiche e rigorose condizioni, di difficile realizzazione; perciò questo è così raro. È stato dimostrato in precedenza che, non appena contaminato dall'elemento personale, esso si degrada nella forma inferiore del desiderio, perdendo il proprio carattere puro e inarrestabile. Risulta quindi ovvio che l'impersonalità, ossia la libertà dal dominio dell'io inferiore, debba costituire un prerequisito per il suo esercizio da parte di chiunque. Quanto più un

individuo si eleva al di sopra degli influssi derivanti dalle tendenze separative ed egoistiche, riuscendo a guardare la vita dal punto di vista privilegiato dello Spirito, tanto più egli sarà in grado di utilizzare questo potere; e poiché solo un *Jīvanmukta* o un Individuo Liberato è completamente distaccato dalle illusioni e dagli interessi della vita personale inferiore, egli sarà il solo a poter utilizzare liberamente ed efficacemente un tale potere. Quanto più sapremo unificare la nostra coscienza con la Coscienza Divina in noi, tanto più efficacemente potremo esercitare la vera forza di volontà spirituale di *Ātmā*. In queste condizioni sarebbe più corretto affermare che la Volontà Divina opera senza ostacoli attraverso il nostro centro di coscienza, anziché sostenere che esercitiamo la Volontà Spirituale in quanto individui. Questa necessità della saggezza in quanto *conditio sine qua non* per l'esercizio del potere atmico è in realtà una protezione ideata dalla Natura contro l'uso improprio di una facoltà dalle potenzialità illimitate che in mani impure potrebbe produrre danni incalcolabili.

Le considerazioni precedenti, pur essendo principalmente di carattere negativo, avranno permesso al lettore di intravedere la presenza di questo Principio trascendente in noi, il quale forma, per così dire, il cuore e il nucleo del nostro essere ed è la fonte dell'aspirazione dinamica ed eterna che ci attrae verso l'obiettivo della perfezione, cui siamo destinati. Pur restando nascosto al nostro sguardo e manifestandosi solo in modo flebile e parziale negli aspetti più sublimi e maestosi della vita umana, tale Principio fornisce la garanzia della nostra vittoria su ogni illusione e imperfezione della vita inferiore e il conseguimento della nostra eredità divina. Egli è il nostro "Immortale Sovrano Interiore", che è incontenibile e silenziosamente governa la nostra vita.

Capitolo 16

Lo sviluppo della forza di volontà spirituale

Nel capitolo precedente abbiamo trattato l'aspetto teorico dell'argomento; ora siamo in grado di esaminare i metodi utili per lo sviluppo del supremo potere della Volontà, che ha la propria origine sul piano atmico. Come già sottolineato, mentre siamo confinati nella coscienza del piano fisico, possiamo occuparci solo di quelle manifestazioni di *Ātmā* che hanno luogo su tale piano senza la presunzione di poter capire e di controllare le potenti forze generate sul piano atmico stesso. Queste si trovano oltre la nostra comprensione e continueranno ad essere fuori dalla nostra portata fino a quando il nostro sviluppo interiore non ci consentirà di trascendere il piano fisico e di operare sui piani spirituali superiori.

Nell'affrontare il ruolo della Volontà nella nostra vita quotidiana sul piano fisico, il miglior metodo sarà quello di iniziare dal generale per poi discendere, passo dopo passo, al particolare, ossia di occuparci innanzitutto della funzione di controllo generale e poi di quelle secondarie in cui essa si scompone.

Il primo passo per aumentare l'influenza di *Ātmā* nella nostra vita consiste nel cercare di elevare gradualmente il centro della coscienza dalla regione della personalità a quella dell'Individualità. Finché siamo completamente immersi negli interessi e nelle illusioni della personalità ci è impossibile manifestare la vera Volontà spirituale che ha origine sul piano atmico. Il passaggio tra l'inferiore e il superiore deve essere liberato per facilitare il costante afflusso della Vita Divina, foriera di saggezza, potenza e amore veri.



Possiamo trattare in questa sede, a titolo illustrativo, alcune azioni preliminari che rendono la Volontà spirituale un fattore maggiormente presente nella nostra vita. Queste pratiche da un lato ci inducono gradualmente a dissociarci dal punto di vista e dagli atteggiamenti della personalità e dall'altro abituano i veicoli inferiori al controllo e alla guida provenienti dall'Io Superiore. Esse sono da considerarsi solo di natura generale ed elementare, poiché *Ātmā* è in grado di vigilare e utilizzare pienamente i veicoli inferiori solo quando l'Individuo ha adottato il percorso dello Yoga, ottenendo considerevoli progressi. In effetti si può affermare che l'ideale dello Yoga è quello di rendere *Ātmā* il Sovrano supremo nella vita dello Yogi attraverso il meticoloso percorso sul cammino del *Rāja Yoga*.

Come prima azione dobbiamo costantemente rammentarci della nostra vera natura e del vero scopo della vita. Ciò presuppone che il candidato abbia già riflettuto profondamente sui problemi dell'esistenza, si sia reso conto dell'urgente necessità di elevarsi al di sopra delle debolezze e delle illusioni della personalità e abbia compreso quali diversi atteggiamenti verso le circostanze della vita siano necessari per raggiungere gli obiettivi della coscienza superiore. Questa abitudine al ricordo non si acquisisce con una semplice decisione in tal senso ma attraverso sforzi continui e intensi, protratti per diversi anni. I nostri veicoli inferiori sono stati abituati a funzionare in modo incontrollato e caotico, vita dopo vita, e ognuno di essi agisce e reagisce secondo i propri *Samskāra*; è quindi un compito arduo quello di allinearli con lo scopo della nostra vita. Ciò non solo richiederà un controllo sempre maggiore ma soprattutto una vigilanza costante. Non siamo stati abituati a padroneggiare i nostri corpi inferiori e a centrare la coscienza nella parte superiore della nostra natura; per molto tempo quindi cadremo ripetutamente nella disattenzione, comprendendo infine con sconcerto che abbiamo permesso ai nostri veicoli di agire con l'abituale disordine. Ciò è inevitabile nelle prime fasi ma, se ci impegniamo con tenacia a elevarci al di sopra dell'atteggiamento della personalità, il centro della nostra coscienza si sposterà gradualmente verso l'interno, portando con sé una maggiore capacità di affrontare con successo i problemi della vita, osservandoli nella loro giusta prospettiva. Così la persona è via via in grado di agire partendo



dal centro della propria Individualità, la sede di *Ātmā*.

Pertanto chi vuol far discendere nella personalità il potere di *Ātmā* dovrà innanzitutto convogliare i propri obiettivi e le proprie attività di minor rilievo all'interno dell'influenza magnetica di un proposito dinamico correlato al nostro destino superiore, orientando tutti i poteri e le facoltà di cui dispone al servizio di questo scopo primario. Acquisiamo una salda presa sui nostri veicoli e, come abili conducenti, guidiamo il carro della nostra vita verso la meta dell'Illuminazione. Questa immagine del nostro Io Superiore, per quanto simbolica, descrive correttamente il vero scopo di *Ātmā* in noi. Teniamolo costantemente presente e cerchiamo di avvicinarvi piano piano la nostra vita.

Lo sforzo principale consiste nel tenere sotto controllo i nostri veicoli poiché questa, come già indicato, è una delle funzioni fondamentali ed essenziali della Volontà sui piani inferiori. Cosa significa? In primo luogo, occorre che ogni veicolo diventi uno strumento intenzionale ed efficiente dell'Io Superiore; in secondo luogo, che ogni veicolo agisca solo in risposta agli impulsi provenienti dall'interno e abbia un atteggiamento costruttivo nei confronti di quelli provenienti dall'esterno o derivanti dall'attività automatica del veicolo stesso. Vediamo il significato di queste due affermazioni. Per quanto riguarda la prima, occorre ricordare che, sotto lo stimolo dell'ambiente in cui si sono sviluppati e come risultato dei *Samskāra* o delle impressioni provenienti dalle vite passate, i nostri veicoli fisico, astrale e mentale acquisiscono una propria individualità distinta e oppongono resistenza a qualsiasi direzione dall'interno che sia contraria al loro normale modo di agire. Un corpo fisico abituato a un particolare tipo di cibo resisterà a tutti i tentativi di cambiamento della dieta volti a correggere la vita fisica. Un corpo astrale avvezzo allo stimolo dell'eccitazione provocata dall'alcol lo esigerà a gran voce nelle abituali tempistiche e renderà impossibile qualsiasi tipo di lavoro finché la sua richiesta non sarà soddisfatta. Un corpo mentale che è solito vagare svogliatamente seguendo la piacevolezza dei propri desideri rifiuterà di concentrare le proprie energie sul compito assegnatogli. In ognuno di noi questi nostri corpi mostrano tendenze e abitudini ben consolidate che ci impediscono di utilizzarli nel modo in cui vorremmo; l'aspirante deve per prima cosa impegnarsi nell'insegnare loro a rispondere imme-

diatamente e appieno a qualsiasi direzione proveniente dall'interno. Per questo occorre eliminare del tutto alcune tendenze e abitudini, mentre altre vanno neutralizzate in relazione al nostro lavoro. Non è possibile scartarle del tutto finché non si raggiunga uno stadio evolutivo molto avanzato, ma avremo sufficientemente raggiunto il nostro scopo se riusciremo a far sì che esse non ostacolino il nostro impegno e il conseguente progresso. Si tratta di un compito difficile, ma con serietà e perseveranza riusciremo a realizzarlo.

Il secondo aspetto del controllo può essere chiamato "assenza di reazione". In conseguenza delle tendenze acquisite dai veicoli ai quali abbiamo già fatto riferimento, ciascuno di essi risponde automaticamente a determinati stimoli provenienti dall'esterno in modo peculiare, coerentemente con la sua storia precedente. La risposta è meccanica e può essere definita una reazione. Facciamo degli esempi. Qualcuno finge di colpirvi con un bastone: il corpo fisico reagisce istantaneamente assumendo un atteggiamento difensivo. Qualcuno vi apostrofa in modo offensivo: il corpo astrale risponde immediatamente e genera uno stato d'ira. Leggete in un libro un'argomentazione opposta alla vostra su un particolare argomento: la mente insorge automaticamente e rifiuta quella visione senza esaminarla con spirito aperto. Ecco alcuni esempi degli innumerevoli modi con cui i nostri veicoli reagiscono meccanicamente alle influenze esterne e simili tendenze fanno così parte della nostra natura che non le consideriamo indesiderabili e non ne siamo nemmeno coscienti. Quando intraprendiamo il Sentiero dello sviluppo spirituale e *Buddhi* inizia a funzionare, queste tendenze richiamano la nostra attenzione, noi iniziamo a osservarle una a una e, man mano che le più grossolane verranno rimosse, quelle più sottili emergeranno nel campo della nostra coscienza.

L'eliminazione di queste tendenze o reazioni può avvenire in due modi. Chi ha familiarità con le recenti ricerche della psicoanalisi sa che nel trattamento dei "complessi" mentali è sufficiente rendere cosciente il soggetto, affinché questi si risolvano naturalmente. Allo stesso modo è sufficiente conoscere molte delle nostre tendenze, talvolta strettamente legate a questi complessi individuati dalla psicoanalisi, per farle scomparire. Alcune tuttavia devono essere eliminate mediante l'applicazione attenta delle leggi psicologiche combinate con una

pressione gentile ma costante della Volontà. Questo secondo metodo costituisce parte integrante della scienza della formazione del carattere, ma non è necessario approfondire l'argomento in questa sede. Dopo che la capacità di non reazione è stata adeguatamente sviluppata, i corpi sono in grado di restare inalterati rispetto agli stimoli esterni, rispondendo solo a quelli provenienti dall'interno. Se questa reazione debba consistere nella semplice immobilità oppure in una particolare azione viene stabilito dal *Jīvātmā*. Così è possibile educare il corpo astrale a una completa imperturbabilità di fronte alle vibrazioni sensoriali e a replicare alle vibrazioni di odio con quelle di amore. In entrambi i casi la risposta viene determinata dalla Volontà e non è meccanica. Lo sviluppo della capacità di non reazione conduce gradualmente all'Autodeterminazione, spiccata caratteristica di coloro in cui *Ātmā* sta assumendo il ruolo di Sovrano Interiore e che deve essere coltivata da chi desidera che la propria vita venga diretta dalla Volontà spirituale. Più diveniamo capaci di non reagire e di mantenere un atteggiamento impersonale, più le nostre azioni saranno espressione della Vita Divina in noi, anziché essere semplicemente il prodotto dei *Samskāra* dei veicoli inferiori. L'azione compiuta in queste condizioni è *Nishkāma* ed è libera dall'egoismo.

Dopo queste considerazioni preliminari, di grande rilievo per comprendere la questione dello sviluppo della Volontà spirituale, passiamo ora ai metodi da adottare a questo scopo. Esporremo i principi generali che trovano innumerevoli applicazioni nella vita di ciascuno, in base al temperamento e alle circostanze.

Abbiamo osservato come la Volontà svolga sia la funzione di controllo delle attività dei veicoli inferiori sia quella di fornire l'energia potenziale per le attività stesse. Il controllo presenta due aspetti, entrambi ugualmente importanti. Il primo può essere chiamato inibizione, il secondo regolazione dell'attività. Occorre prestare attenzione a entrambi nei tre piani inferiori, affinché i veicoli possano funzionare in modo perfettamente coordinato e armonioso.

Per quanto riguarda il primo aspetto, è utile ricordare che il potere di inibire le attività dei corpi può essere sviluppato solo ricorrendo a diversi generi di pratiche protratte nel tempo. È bene iniziare bloc-



cando le attività sicuramente dannose. Così, ad esempio, nella sfera mentale possiamo dirigere i nostri sforzi verso la soppressione di tutti i pensieri malvagi, in quella delle emozioni cercando di eliminare l'odio nelle sue varie forme e nel regno fisico sbarazzandoci delle cattive abitudini che minano la salute del corpo. Si potrà quindi procedere alla graduale eliminazione di quelle abitudini inutili e apparentemente innocue ma che, indebolendo in vari modi la nostra vitalità, comportano un notevole spreco del nostro tempo. Se esaminiamo attentamente la nostra vita, scopriremo che gran parte del nostro tempo e della nostra energia viene spesa in attività inutili, nella ricerca di soddisfazioni di vario genere, nel guadagnare denaro di cui non avremo mai bisogno, nella partecipazione a impegni sociali che non servono ad altro scopo se non quello di riempire il nostro tempo. Tutte queste occupazioni devono essere eliminate dalla nostra vita, se vogliamo davvero dedicarci senza riserve a far regnare la Volontà. Avremo bisogno di tanta forza e dovremo risparmiarla in modo attento e sistematico. Queste diverse pratiche, volte a rimuovere le operazioni dannose o inutili, dovrebbero condurre all'acquisizione di quel raro tipo di potere che consente all'individuo di inibire completamente le attività dei tre corpi inferiori ogniqualvolta sia necessario. Ciò significa appropriarsi di una perfetta concentrazione mentale, di una perfetta calma del corpo astrale e di una perfetta immobilità del corpo fisico per un certo periodo di tempo.

L'espressione più elevata di questo potere di inibizione si trova nello Yogi in stato di *Samādhi* con il corpo assolutamente immobile e l'attività dei pensieri e delle emozioni ridotta a zero. Poiché, a meno che le attività dei tre corpi inferiori non vengano completamente bloccate e i veicoli non siano, per così dire, paralizzati, la coscienza non può essere lasciata libera di lavorare sui piani superiori, acquisendone la conoscenza.

Il secondo aspetto del controllo della Volontà si manifesta nell'attività regolata dei corpi. Qui, come nel caso dell'inibizione, dobbiamo considerare l'insieme dei tre corpi inferiori, non solo perché tutti e tre sono necessari al *Jīvātmā* per operare sui piani inferiori, ma anche perché dal loro funzionamento armonico e coordinato dipende l'efficacia del lavoro svolto nel mondo esterno e la misura in cui le forze prove-



nienti dai piani superiori possono discendere nei veicoli inferiori. Il *Jīvātmā* deve, per così dire, guidare tre cavalli, ognuno dei quali, con la sua irrequietezza e i suoi scatti irregolari, può ritardare il proprio progresso e ostacolare il lavoro. Coloro che iniziano a meditare si rendono subito conto che, se il corpo fisico non gode di ottima salute ma è disarmonico, o se le emozioni sono disturbate, la concentrazione della mente viene immediatamente influenzata e il flusso costante di ispirazione ed energia proveniente dai piani superiori risulta più o meno interrotto, in base all'entità della perturbazione presente nei veicoli.

Trattando dell'azione di controllo della Volontà sulle attività dei veicoli inferiori, è più utile considerare separatamente i tre importanti aspetti di tale funzione generale di controllo e regolazione esercitata in relazione a questi veicoli. Il primo aspetto riguarda l'avvio di nuove tipologie di iniziative. È facile proseguire le attività alle quali siamo abituati o avviarne alcune che procurano un piacere di qualche tipo. La forza dell'abitudine o quella del desiderio ci consentono di superare l'inerzia naturale, o *Tamas*, dei nostri corpi. Ma allorché dobbiamo impegnarci in ambiti non associati ad alcun tipo di piacere, è necessario ricorrere alla nostra forza di volontà. Così, mentre non è quasi necessario alcuno sforzo di volontà, ad esempio, per giocare a tennis o per inviare pensieri di affetto a una persona che amiamo o per leggere un romanzo interessante, scopriremo invece che i nostri corpi oppongono una notevole resistenza se iniziamo ad apprendere un'abilità come lo scrivere a macchina, oppure se vogliamo inviare pensieri d'amore a una persona che non apprezziamo o quando impariamo una nuova lingua; in tali condizioni sarà necessario usare la nostra forza di Volontà per portare a termine la decisione assunta. Una persona che si sia posta come ideale la perfezione deve costantemente imparare cose nuove e dedicarsi ad attività ancora sconosciute. Essa deve gradualmente eliminare la resistenza automatica proveniente dai veicoli inferiori, abituandoli a seguire nuovi filoni di attività, siano essi piacevoli o spiacevoli, senza alcuna opposizione, proprio come un cavallo domato obbedisce automaticamente e immediatamente ai comandi del fantino.

Quando una tale perizia di svolgere nuovi tipi di attività è stata adeguatamente acquisita, si apre la strada al progressivo ampliamento

della gamma di capacità connesse a ciascun veicolo. Il numero di attività che il particolare corpo di uno specifico individuo può svolgere efficacemente è limitato e dipende dall'ambiente, dalla formazione e dalla misura in cui tale corpo è stato sviluppato. Questo campo deve essere lentamente e sistematicamente ampliato, affinché le energie superiori dell'uomo trovino un'espressione sempre più varia e piena nella vita inferiore. Naturalmente le direzioni in cui le capacità dei diversi corpi dovranno essere sviluppate dipenderanno dai bisogni e dal temperamento dell'individuo, da quella che potremmo chiamare la sua unicità individuale; ma una pressione costante deve essere esercitata sui veicoli, affinché le loro capacità vibratorie e la loro utilità possano crescere progressivamente. Solo quando si intraprende con serietà questo percorso evolutivo verso una perfezione a tutto tondo ci si rende conto di quanto la vita si svolga "in gabbia, in ceppi, in carcere" e di come la scarsa responsività dei nostri veicoli impedisca l'espansione della coscienza e il flusso della Vita Divina in noi. Vorremmo far discendere le vibrazioni dei piani interiori nella nostra coscienza fisica ma il cervello, in ragione della sua ottusità, crea difficoltà insormontabili. Vorremmo provare l'estasi della devozione che ci trasporti sulle sue ali fino ai piedi dell'Amato ma il nostro corpo astrale si rivela sordo e rifiuta di vibrare in risposta alla musica divina di Sri Krishna. Vorremmo perseguire gli studi desiderati ma la nostra mente non ha ancora sviluppato alcuna attitudine a comprendere quella linea di pensiero. A nulla giova dibattersi contro tali incapacità. Non possiamo disporre delle abilità che non abbiamo ancora sviluppato. L'uomo saggio accetta la posizione in cui si trova, sforzandosi poi di ampliare le capacità del suo corpo nelle direzioni desiderate mediante una costante tensione della Volontà e adattando i mezzi ai fini. Se ricordiamo che tutte quelle sono già presenti in forma potenziale dentro di noi e che disponiamo inoltre del potere illimitato della Volontà Divina, possiamo procedere con maggiore fiducia in questo graduale dispiegamento delle nostre capacità nascoste. Quanto più varie divengono le nostre competenze, tanto più ricca è la melodia che il Divino Musicista presente in noi riesce a far emergere dagli strumenti creati per il Suo utilizzo.

Tali abilità non solo devono essere ampliate ma altresì consolidate

LO SVILUPPO DELLA FORZA DI VOLONTÀ SPIRITUALE

attraverso una pratica intensiva. Lo sviluppo parziale di queste può associarsi a una natura molto superficiale e generare uno stile di vita futile. Quando però si arriva a un elevato livello di efficienza è possibile attingere alle nostre fonti interiori e servire gli scopi superiori dell'anima. L'aspetto dell'intensità è della massima importanza nella vita spirituale e tutti i successi ottenuti nel regno spirituale sono generalmente resi possibili dalla graduale intensificazione dell'attività verso una specifica direzione. L'intensificazione è generata dall'applicazione di un sempre crescente dinamismo della Volontà e quest'ultimo, a sua volta, permette di liberare il Potere della Volontà come forse null'altro può fare. Attraverso questa azione e reazione tra l'attività intensa e la forza di Volontà vengono gradualmente sviluppate nel nostro carattere qualità come resistenza, perseveranza e concentrazione, deboli riflessi, nei mondi inferiori, dell'immenso potere associato alla coscienza atmica.

Oltre a essere in grado di avviare qualsiasi tipo di attività e di continuare a svolgerla sotto forte pressione per un qualunque periodo di tempo è necessario anche acquisire la capacità di interromperla immediatamente e completamente da un momento all'altro. Ciò segna l'apice del controllo del veicolo e, sebbene si tratti in realtà di una forma di inibizione, questo tipo di abbandono istantaneo e completo delle attività dei corpi fisico, astrale e mentale deve essere praticato come un proseguimento delle attività stesse, al fine di acquisire questo potere alla perfezione. Così, ad esempio, potremmo svolgere intensamente qualsiasi attività fisica e, una volta consolidata l'abitudine, cessarla; potremmo intensificare un'emozione come l'entusiasmo e poi rendere il corpo astrale perfettamente calmo in un istante; potremmo impegnare la mente in qualunque tipo di lavoro o di studio e, quando essa è completamente dedita e concentrata, rinunciare completamente a tali attività, non permettendo alla mente di ritornarvi come essa vorrebbe. Solo quando un uomo sarà in grado di intraprendere, continuare o abbandonare a piacimento qualsiasi attività del corpo fisico, astrale e mentale si potrà affermare che *Ātmā* ha acquisito il controllo su questi corpi ed è in grado di usarli semplicemente come strumenti nei mondi inferiori.

Da quanto sopra affermato in merito allo sviluppo della Volon-



tà risulterà chiaro che le opportunità per la crescita in noi di questo potere supremo vengono fornite in ogni sfera della vita e in ogni tipo di circostanza, esteriore e interiore. *Ātmā* è il principio supremo che risiede in noi, il nucleo del nostro essere spirituale e – attraverso la Volontà spirituale che ne costituisce il principale strumento – regola, stimola e controlla tutte le nostre forze e i veicoli attraverso i quali esse funzionano. Questo potere primario, energizzante e di controllo presente in noi ci ha permesso di attraversare sani e salvi migliaia di anni, fino a raggiungere il nostro attuale stadio di evoluzione; esso rappresenta la garanzia del trionfo finale sulle nostre imperfezioni e debolezze e del raggiungimento del nostro glorioso destino. Colui che si mette all'opera, iniziando a studiare e a praticare la scienza dell'autocultura, diviene capace di attingere in misura crescente a questa fonte illimitata di Potere supremo, fino a trasformarsi in un centro attraverso il quale la Volontà superiore porta a compimento, senza ostacoli, il Proposito Divino.



PARTE TERZA

AUTOSCOPERTA E AUTOREALIZZAZIONE



Capitolo 17

Autoscoperta, il mondo irreali nel quale viviamo

Prima di intraprendere l'avventura divina alla scoperta della Realtà nascosta in noi, dobbiamo porci due domande: vogliamo davvero affrontare questo difficile compito? E perché vogliamo farlo? La maggior parte degli aspiranti risponderà: "Naturalmente voglio farlo; altrimenti non studierei questi temi e non cercherei informazioni sui metodi da seguire". Probabilmente non sarà così sicura della risposta al secondo interrogativo, anche se potrebbe replicare, in modo generico, che desidera intraprendere il cammino dal momento che la vita è piena di difficoltà e sofferenze e intende liberarsi da tutte queste condizioni male accette.

Sebbene le risposte a queste due domande appaiano semplici, non siamo così sicuri di conoscerle davvero, altrimenti molti problemi della vita interiore non esisterebbero per noi, quali ad esempio la mancanza di un impulso sufficientemente forte a percorrere il Sentiero con serietà e costanza o l'estrema difficoltà nell'apportare qualsiasi cambiamento alle nostre abitudini e ai nostri atteggiamenti mentali. Trattando della natura di *Buddhi* o dell'intuizione, è stato sottolineato che la ragione per cui troviamo così arduo mettere in pratica i nostri ideali e i nostri propositi risiede nella presenza di dubbi negli strati più profondi della nostra mente in relazione ai problemi fondamentali dell'intuizione, perplessità che danno origine a riserve le quali paralizzano o ritardano la volontà di agire e di cambiare. Ma non consideriamo questi problemi nella loro giusta luce; non siamo ancora giunti a decisioni definitive nel vero senso del termine. Quando osserviamo



un problema non attraverso la mera luce dell'intelletto ma attraverso quella di *Buddhi*, non solo possiamo vederlo chiaramente ma non c'è neppure una benché minima difficoltà nel tradurre le nostre decisioni in azione.

Esiste in sanscrito un termine, "*Nishchaya*", che significa convinzione reale e ferma ottenuta alla luce di *Buddhi* e quindi senza dubbi o riserve di alcun tipo. Una volta conquistata tale convinzione, l'azione procede rapidamente, senza esitazione. È questo tipo di *Nishchaya* che è necessario acquisire in relazione ai problemi dell'autoscoperta, per permettere al nostro progresso di divenire costante, incrollabile e gioioso. La convinzione si acquisisce quando *Viveka*, o il discernimento spirituale, sorge nella nostra mente, consentendoci di vedere tutte le difficoltà della vita nella corretta prospettiva. Si tratta principalmente di una crescita e di uno sviluppo interiori ma, se siamo sinceramente attenti a questi problemi, si può dare per scontato che abbiamo la potenzialità di raggiungere tale stato mentale e il processo per arrivare a una ferma convinzione può quindi essere accelerato adottando i mezzi necessari.

Il primo passo è costituito da *Vichāra*, ossia il pensiero profondo e sincero. Riflettendo attentamente su alcuni aspetti dell'esistenza, in modo serio e tenace, stimoliamo l'attività della Mente Superiore, purifichiamo e sintonizziamo quella inferiore e sollecitiamo *Buddhi*, aprendo così gradualmente il passaggio tra la nostra mente e l'intuizione. E quando ciò accade, iniziamo a vedere la realtà per ciò che realmente è, il processo di trasformazione interiore inizia a manifestarsi in modo naturale, senza sforzo e rapidamente, la nostra vita interiore cambia. Ecco perché *Vichāra* è prescritta a tutte le persone che aspirano alla Saggezza e che desiderano percorrere il Cammino dell'Illuminazione. Esse devono riflettere su questi problemi finché non saranno realmente convinte che percorrere il Cammino del nostro sviluppo interiore è non solo auspicabile ma inevitabile e rappresenta una questione urgente, non differibile. Questa è la prova di un vero convincimento.

Il modo in cui tale processo di pensiero e di indagine debba essere avviato e completato per poter raggiungere la necessaria determinazione dipende in larga misura dai singoli individui, ma vorrei suggerire alcune linee guida che un aspirante può seguire finché non



trovi una vera convinzione o almeno scopra un modo personale per affrontare la questione.

Esse si basano su due approcci fondamentali a un singolo problema. Uno è l'esame attento e minuzioso del mondo in cui viviamo, non solo alla luce di ciò che hanno affermato i Grandi Maestri ma anche in base alla nostra esperienza e al nostro giudizio, nonché considerando le ricerche effettuate sul campo dalla scienza moderna. Il lavoro va intrapreso con l'intento di accertare con la massima cura e imparzialità possibili se questo mondo corrisponda realmente a ciò che pensiamo o se noi siamo semplicemente vittime di illusioni di vario genere, continuando a vivere soddisfatti sotto la loro influenza, nonostante gli avvertimenti forniti dai Maestri spirituali nel corso dei secoli. È possibile, esaminando la realtà in questo modo, che si scopra come essa non sia quello che sembra e ciò potrebbe generare un cambiamento reale nel nostro atteggiamento verso di essa, cui fa seguito un'azione adeguata e decisa. Benché si possano suggerire o raccomandare eventuali modalità di approccio, questo lavoro deve essere comunque svolto individualmente da ciascuno. Come ha sottolineato un grande adepto in una delle *Lettere dei Mahatma*, ciascuno deve scoprire queste realtà da solo. Nessuno può aprire gli occhi a un altro e fargli conoscere la vita interiore.

Il secondo approccio si basa sull'esame del mondo cui vogliamo accedere, a proposito del quale uno degli adepti ha affermato: "Passa dal tuo mondo al nostro". Naturalmente non sappiamo come sia questo mondo, poiché ci stiamo preparando a entrarvi e si tratta di una realtà situata oltre l'immaginazione e, in larga misura, oltre l'intelletto. Ma chi vi ha avuto accesso ha fornito alcune indicazioni che possono aiutarci a cogliere qualche barlume della sua bellezza, del suo splendore e della sua pace, permettendoci di trovare un'ispirazione sufficiente a farci desiderare di raggiungerlo. Questo impulso può offrire incentivi fondamentali nella vita di molti aspiranti, i quali si sentono impotenti contro l'inerzia che li spinge a rimanere nella condizione attuale, nonostante il desiderio di uscirne.

È molto probabile che, come l'esame del mondo in cui viviamo svelerà che quest'ultimo è in realtà molto peggiore di ciò che pensavamo – consolidando il nostro desiderio e la nostra volontà di uscir-

ne – così l'esame del mondo cui aspiriamo a entrare mostrerà che si tratta di una realtà più incantevole di quanto il nostro intelletto, legato all'illusione, e la preoccupazione per le attività di questo mondo ci avevano portato a credere. E può inoltre consolidare, in certa misura, il nostro desiderio di entrarvi con la serietà e l'entusiasmo generati da una vera ispirazione e da un sincero impulso spirituale.

Sotto il duplice effetto di questi stimoli, l'uno tendente a indebolire l'attrattiva di questo mondo irreali e l'altro a rafforzare l'interesse per il mondo della Realtà, è possibile ottenere l'ispirazione sufficiente per compiere almeno un primo passo nella giusta direzione. Se tale passo iniziale viene compiuto con serietà, probabilmente potremo proseguire con slancio e determinazione crescenti verso l'obiettivo desiderato. Infatti la vera difficoltà per la maggior parte delle persone è quella di iniziare concretamente. Pensiamo di avere intrapreso una nuova fase, quando invece abbiamo semplicemente adottato un modo di vivere esteriore o un insieme di attività, fisiche o mentali; senza una vera spinta dall'interno, tali attività generalmente degenerano in una mera routine che continuiamo a seguire nella speranza di compiere progressi verso il nostro fine. Il vero inizio è esclusivamente quello generato da un reale impulso, il solo che possieda la qualità dinamica e lo slancio atti a garantire un tangibile progresso.

Il mondo in cui viviamo e che ci è familiare può essere esaminato in diversi modi, in primo luogo per quanto riguarda la sua esistenza sul piano fisico. In tal senso si possono affrontare separatamente le seguenti tre linee di indagine: a) il posto assolutamente insignificante occupato dalla nostra Terra nel vasto Universo; b) la natura del Tempo come una marea che avanza, cancellando inesorabilmente ogni cosa sul suo cammino; c) la natura illusoria degli oggetti tra i quali viviamo e che ci circondano sul piano fisico. Nel suo insieme questa analisi non è basata su alcun tipo di congettura o ragionamento filosofico, ma su fatti concreti e incontestabili della scienza. Essa deve essere svolta da ciascuno con attenzione e onestà ma è importante soffermarsi su alcuni elementi di carattere scientifico al fine di illustrarne la metodologia.

Chiunque esamini, anche superficialmente, i molti dati interessanti raccolti dagli astronomi sull'universo fisico, non può che rimanere colpito dalla posizione del tutto insignificante che la nostra Terra oc-

cupa in questo universo infinito e da quella altrettanto marginale di ogni individuo come essere fisico su questo nostro pianeta. È stato calcolato che un tappo di sughero galleggiante sulla superficie dell'oceano Atlantico ha, dal punto di vista fisico, una rilevanza maggiore rispetto a quella che riveste la Terra quando segue la propria orbita solitaria nel vasto oceano dello spazio fisico. E, sempre da questo punto di vista, un insetto che si sposta su una collina ha maggiore significato di un essere umano che si muove su questa terra. La maggior parte delle persone, sentendo parlare di ciò, esclamerebbe: "Sì, sappiamo tutto questo, *e allora?*". Ecco il problema! Consideriamo queste impressionanti realtà come semplici dati, senza coglierne il significato. Se vedessimo una colonia di formiche muoversi su un pezzo di legno galleggiante nell'Atlantico, se potessimo entrare nella loro coscienza e osservarle mentre creano ogni sorta di progetti prendendosi molto sul serio, rideremmo della loro incapacità di accorgersi della precaria e insignificante situazione in cui si trovano. Ma noi stessi siamo in realtà in una posizione peggiore dal punto di vista fisico senza rendercene minimamente conto, senza essere consapevoli dell'illusione che ci spinge a condurre soddisfatti una vita normale, senza preoccuparci di considerare la grave situazione che ci coinvolge in quanto entità fisiche.

Consideriamo lo stesso problema dal punto di vista del tempo. Non sappiamo forse che la marea del tempo avanza inesorabile, fagocitando ogni cosa? Non solo gli esseri umani, ma le civiltà stesse e persino i sistemi solari scompaiono continuamente. Nulla può fermare quest'onda che avanza, inghiottendo i secoli in quello che appare come un istante, se paragonato alla vita dell'Universo. Certo, davanti a noi si spalanca un futuro illimitato, anch'esso tuttavia destinato alla stessa sorte nel momento in cui passa attraverso il presente, quella linea ideale che separa il passato dal futuro.

Siamo consapevoli di questa terribile realtà che coinvolge la nostra stessa esistenza? Naturalmente lo siamo a livello intellettuale, ma ne cogliamo il reale significato? Per nulla. Se lo facessimo, non potremmo restare indifferenti di fronte a questo fatto. Non potremmo accontentarci di vivere la nostra vita come semplici esseri fisici, senza neppure tentare di strappare quel velo di *Māyā* che impone tale illusione.

ne nelle nostre menti e che ci fa ritenere soddisfatti della nostra mera esistenza fisica. Se ne fossimo realmente consapevoli, l'insieme delle nostre meschine ambizioni e dei nostri desideri vanagloriosi crollerebbe in un istante e non considereremmo noi stessi e le nostre ambizioni personali così seriamente come invece facciamo.

Osserviamo ora lo stesso problema da un altro punto di vista. Studiando la costituzione della materia così come è stata scoperta dalla scienza, possiamo subito renderci conto dell'illusione assoluta che soggiace al nostro universo fisico. Ciò che consideriamo oggetti solidi e tangibili attorno a noi non sono altro che composti di atomi e molecole che interagiscono tramite vibrazioni con gli atomi e le molecole del nostro corpo, organizzati sotto forma di organi sensoriali. E come sono tali atomi e molecole? Uno spazio praticamente vuoto, ove si distinguono alcuni punti fermi o che si muovono a velocità incredibile e inimmaginabile. È stato calcolato che, se la materia del corpo fisico di un essere umano si condensasse fino a eliminare ogni spazio vuoto, essa si ridurrebbe a un granello di polvere così minuscolo da essere visibile solo attraverso una lente d'ingrandimento. Eppure, pensiamo per un istante quale sensazione di realtà producono nella nostra coscienza questi punti mobili nello spazio. Se questa non è *Māyā* o illusione, non sapremmo cos'altro potrebbe essere. A chi considera queste realtà della vita meri concetti filosofici, ignorando totalmente gli enormi misteri da cui siamo circondati, è opportuno ricordare la risposta di un saggio indiano quando gli fu chiesto quale fosse la più grande meraviglia del mondo. Egli disse senza esitare che lo meravigliava particolarmente il fatto che, nonostante tutti vedessero gli altri morire ovunque e costantemente attorno a sé, nessuno si chiedeva quando la morte avrebbe colpito il suo corpo fisico. Citando un solo aspetto del mistero, egli si è riferito in realtà alla vita nel suo insieme e all'illusione che ci mostra l'esistenza in modo molto diverso da ciò che essa è. Dopo avere affrontato in modo adeguato la metodologia d'indagine basata sui criteri scientifici, è giunto ora il momento di considerarne un altro, sempre direttamente connesso con le nostre esperienze quotidiane, ossia quello adottato dai Saggi del passato nell'esaminare la natura dell'esistenza e del mondo in cui viviamo.

Essi analizzarono la vita umana ordinaria in un modo distaccato

e scoprirono che era differente rispetto a ciò che sembrava superficialmente. A un adolescente che si affaccia alla vita nel pieno delle pulsioni giovanili essa generalmente appare come un letto di rose. Con l'avanzare dell'età questa rosea prospettiva scompare e si inizia a comprendere come la vita sia un insieme di piaceri e di dolori ma, per amore delle esperienze piacevoli, si è disposti a tollerare e ad affrontare anche quelle dolorose fino alla fine della vita, creando così *karma* di diverso tipo nelle varie incarnazioni e rimanendo legati alla ruota della nascita e della morte. Questa concezione però si basa su una visione superficiale dell'esistenza. Infatti, se esaminiamo la vita alla luce di *Buddhi*, quando in un'anima nasce il vero discernimento, essa appare in una veste completamente nuova e la conclusione è perfettamente formulata nel noto aforisma degli *Yogasūtra* di Patanjali (II.15): "Per le persone che hanno sviluppato il discernimento tutto è miseria, a causa dei dolori derivanti dal cambiamento, dall'ansia e dalle diverse tendenze, nonché a causa dei conflitti tra il funzionamento dei *Guna* e delle *Vṛtti* della mente".

Questo è il *sūtra* cardine della teoria dei *Kleśha*, sviluppata nella prima parte del secondo capitolo degli *Yogasūtra*. Non occorre parlare in questa sede di tale versetto, ma penso sia necessario studiarlo in modo indipendente e approfondito, cercando di giungere a una personale conclusione. Non dovremmo accettare un'affermazione solo perché è riportata in un antico trattato ritenuto autorevole; dovremmo riflettere su queste idee e cercare di comprendere il loro reale significato senza paura di affrontare le situazioni.

È forse Patanjali l'unico saggio dei tempi antichi ad aver adottato questa visione della vita umana, che esteriormente appare pessimistica? Certamente no. Da questo stesso punto è partito ogni grande Maestro venuto a liberare gli uomini dai vincoli delle illusioni e dai limiti della vita inferiore e condurli nei regni dello Spirito. Consideriamo, ad esempio, la seguente citazione tratta da *La Luce dell'Asia*, che descrive molto chiaramente la vita e l'insegnamento del Buddha:

"La Prima Verità è la Sofferenza (*Avidyā*). Non ingannatevi!

La vita cui vi attaccate è una lunga agonia:

solo i suoi dolori perdurano, i suoi piaceri sono

come uccelli che appaiono e volano.

Dolore della nascita, dolore dei giorni della vita indifesa,
dolore della giovinezza e dolore dell'apice della maturità;
dolore dei freddi anni grigi e della morte soffocante,
questo è ciò che riempie il vostro tempo pietoso”.

Tutto l'insegnamento del Buddha è permeato da quest'idea, ossia che la vita a noi familiare è diversa da come appare in superficie. Essa è illusoria, impermanente, carica di miseria e quindi dobbiamo cercare di trascenderla, seguendo la via delineata nel Suo Ottuplice Sentiero.

Lo stato di ignoranza in cui viviamo è molto ben descritto ne *La Voce del Silenzio*, come illustrato dalle seguenti citazioni:

“22. Tre Aule, o stanco Pellegrino, conducono al termine delle prove...

24. Il nome della prima Aula è *Avidyā*.

25. È questa l'Aula in cui hai visto la luce, in cui vivi e morrai.

28. Se vuoi attraversare incolume la prima Aula, non lasciare che la tua mente confonda i fuochi del desiderio, che vi ardono, con il sole della vita.

30. I Saggi non si attardano nei giardini dei sensi.

31. I Saggi non curano le voci seduttrici dell'illusione.

35. La piccola farfalla, attratta dalla vivida fiamma della tua lampada notturna, è condannata a perire nel viscido olio. L'anima imprudente, che non riesce nella lotta contro il demone beffardo dell'illusione, ritornerà, schiava di *Māra*, alla terra.

36. Osserva le legioni di anime. Osserva come esse si librino sopra il tempestoso mare della vita umana e come, esauste, insanguinate, con le ali infrante, l'una dopo l'altra cadano nelle turgide onde. Battute dalla furia dei venti, inseguite dall'uragano, esse sono travolte nei gorgi e scompaiono nel primo grande vortice”.

La *Bhagavad-Gītā* è ricca di *sloka* che sottolineano la natura illusoria e impermanente della vita in cui siamo coinvolti e dalla quale possiamo affrancarci mediante la conoscenza e la devozione. I seguenti *sloka*

descrivono le illusioni create dai nostri desideri e dalla mancanza di discernimento:

“III.38) Come una fiamma è avvolta dal fumo, lo specchio dalla polvere, l’embrione dall’utero, così Questa [conoscenza della nostra vera natura] è avvolta da esso [il desiderio].

III.39) La saggezza è avvolta da questo costante nemico del saggio, sotto forma di desiderio che è insaziabile come il fuoco.

III.40) Si dice che i sensi, la Mente e la Ragione siano la sua sede; avvolgendo la saggezza, confondono l’abitante del corpo”.

Le citazioni sopra riportate gettano un po’ di luce sul problema iniziale che deve affrontare ogni aspirante, ossia la comprensione della vera natura della nostra vita ordinaria. Da qui nasce la forza motrice che gli consente di adottare i giusti mezzi per elevarsi al di sopra di queste condizioni indesiderabili, con serietà e non come una routine. Si potrebbero citare centinaia di passaggi di questo tipo tratti dalle sacre scritture di tutto il mondo o dagli insegnamenti dei grandi Maestri dell’umanità, ma non è necessario. Non occorre tanto la familiarità con queste idee, generalmente ben conosciute tra gli studiosi della Divina Saggezza, ma la *comprensione* dei veri aspetti che compongono la nostra vita corrente. Essa è profondamente diversa dalla conoscenza o dalla fede ordinarie. Essa è una “consapevolezza”, non un pensiero: non è il risultato del ragionamento o del capire ma dell’illuminazione della mente da parte della luce di *Buddhi*, chiamata in sanscrito *Viveka*. Ci si potrebbe chiedere se questa consapevolezza possa essere sviluppata semplicemente riflettendo sull’aspetto illusorio della vita di cui abbiamo parlato sopra. Non necessariamente. Ma un pensiero fervente, duraturo e profondo di questa natura, generando un movimento nel regno della Mente Superiore, stimola la nostra facoltà intuitiva e permette alla luce di *Buddhi* di penetrare nelle nostre menti, illuminandole gradualmente. La preghiera, sincera e intensa, può aiutare in misura significativa il processo e può essere associata a un pensiero profondo. La combinazione di pensiero ardente e di intensa emozione è molto efficace nello stimolare la nostra facoltà creativa, poiché pensiero ed emozione rappresentano due aspetti dell’intuizione. Un altro



mezzo a nostra disposizione è l'uso di un *mantra*. Ad esempio, gli indù possono usare il *mantra Gāyatrī*, in grado di stimolare la facoltà buddhica. Naturalmente non è la ripetizione meccanica e abitudinaria di un *mantra* che genera risultati, bensì farlo nelle condizioni mentali ed emotive idonee.

Dal momento che l'illuminazione della mente attraverso la luce di *Buddhi* dipende dalla condizione della stessa – dalla sua purezza, tranquillità e armonia – lo stato generale della mente rappresenta un fattore importante e non può essere trascurato. La vita non si può suddividere in compartimenti stagni e la questione della scoperta di sé non va affrontata frammentariamente, benché sia possibile iniziare con alcune semplici attività, da ampliare poi in modo graduale.

Qualunque sia il mezzo impiegato, il nostro obiettivo dovrebbe essere quello di acquisire piena consapevolezza della natura irrealistica della nostra vita. Nelle prime fasi ciò può produrre un senso di vacuità, facendo apparire la vita non degna di essere vissuta, una volta che tutti i nostri interessi mondani vengano eliminati, lasciandoci, in un certo senso, sospesi e trepidanti. Ma si tratta solo di un passaggio temporaneo che si risolve quando la luce di *Buddhi* diventa più chiara e più intensa. Dobbiamo essere pronti ad affrontare i fatti della vita senza permettere alla nostra mente di fuggire davanti a essi, per quanto spiacevoli o terribili possano apparire all'inizio del processo di autoscoperta. Alla luce di *Buddhi* non solo è possibile scorgere la natura ingannevole della nostra vita ordinaria ma anche iniziare a percepire la nostra esistenza reale, nascosta sotto quella illusoria. Questa fase sgradevole è quindi destinata a passare gradualmente per cedere il passo a una nuova, che ci permette di avvertire in noi una peculiare sensazione di forza, di pace e di gioia, nonostante la consapevolezza della natura illusoria e impermanente della realtà in cui viviamo, ci muoviamo e operiamo.

La scoperta dell'aspetto illusorio e irrealistico della nostra esistenza ordinaria sarebbe un'impresa priva di significato se non ci fosse una via di fuga. Se le cose stessero in questo modo, sarebbe meglio per noi dimenticare tutto ciò e, come struzzi, tenere la testa sepolta nei piaceri e nelle occupazioni mondane. Questo è quello che cerca di fare e deve fare chi non crede in una vita interiore dello Spirito e, dal punto



AUTOSCOPERTA, IL MONDO IRREALE NEL QUALE VIVIAMO

di vista logico, ha perfettamente ragione. Sarebbe assurdo privarci inutilmente delle occupazioni e dei piaceri effimeri che la vita ci offre se non vi fosse in serbo nulla di meglio per noi. Ma fortunatamente la vita che conosciamo non è la vera vita dell'anima. Un'esistenza molto più grande e infinitamente più reale ci aspetta e siamo destinati a trovarla prima o poi. Essa giace nascosta in noi, nell'intimo del nostro essere, dietro le pieghe della nostra mente, al di sotto della vita illusoria che stiamo sperimentando. Cosa vi è di più logico, per chi crede nella vita dello Spirito, che cercare di togliere i veli che nascondono la Realtà interiore? Cosa vi è di più stolto che lasciare che una simile Luce resti nascosta, vivendo nell'oscurità, nell'ignoranza e nella miseria, mentre siamo in realtà letteralmente avvolti da un oceano di Saggezza e Beatitudine?

Nel prossimo capitolo cercheremo di penetrare con la nostra mente nel mondo interiore e reale, dove tutti i grandi Maestri spirituali ci invitano a entrare, affinché l'ispirazione ottenuta attraverso questo rapido sguardo possa fornirci un ulteriore incentivo per accedervi a pieno titolo.



Autoscoperta, il mondo reale che ci attende

Nel precedente capitolo abbiamo parlato del risveglio in noi del vero impulso spirituale, senza il quale non è possibile percorrere il Sentiero dell'autoscoperta e abbiamo suggerito due tipi di approccio. Il primo prevede un esame attento e approfondito della nostra vita e del mondo che conosciamo e in cui siamo immersi, così da comprendere se sia necessario impegnarsi con determinazione per cambiare interiormente, cessando di vagare senza meta, oppure effettuare labili e fugaci tentativi per lo più destinati a ridursi in semplici attività di routine della nostra mente o del nostro corpo.

Il secondo si basa su un esame coscienziioso dell'altro mondo in cui desideriamo e speriamo di entrare, per comprendere realmente, se possibile, ciò che ci manca a causa del compiacimento e dell'appagamento in cui ci crogioliamo abitualmente.

Abbiamo già parlato del primo metodo nel capitolo precedente, rendendoci probabilmente conto di come il mondo in cui viviamo non sia ciò che sembra in superficie e del fatto che il nostro compiacimento derivi in realtà dalla nostra mancata comprensione della sua vera natura. Affrontiamo ora il secondo tipo, per capire la natura dell'altro mondo cui possiamo accedere. Quando ricorriamo alla parola "comprendere" in questo contesto, non intendiamo una consapevolezza effettiva e una percezione completa, condizioni che si potranno verificare molto più avanti, ma una semplice testimonianza di come la vita, in questo altro mondo, sia molto più ricca, reale e vivida rispetto a ciò che consideriamo come un'esistenza piena e felice nel nostro. Abbia-

mo accennato, nei capitoli precedenti, alla natura dei mondi spirituali e divini nascosti in noi: sono questi a costituire la dimensione nella quale tutti i grandi Maestri spirituali ci invitano a entrare.

Nonostante l'ampia diffusione del materialismo nell'epoca attuale, le prove a sostegno dell'esistenza all'interno di noi di una tale realtà e della possibilità di avvicinarsi ad essa si impongono e, se esaminiamo l'argomento con mente aperta, probabilmente non solo ci convinceremo della sua esistenza, ma trarremo altresì una notevole ispirazione. Non è detto tuttavia che tale studio ci faccia acquisire anche qualche dettaglio sulla natura del mondo reale. Anche chi abbia avuto accesso ad esso non può fornirne un'idea a coloro che conoscono solo il mondo irreale; ne può unicamente testimoniare l'esistenza e la possibilità di accedervi da parte di ogni essere umano. Nulla di più. Una tale impossibilità è naturale ed è dovuta al fatto che questo mondo si situa al di là del regno dell'intelletto e occorre trascendere i livelli mentali inferiori per astrarsi. Qualsiasi descrizione è destinata a essere vaga, indiretta, simbolica, o a essere fatta per mezzo di termini negativi. Questa limitazione può rappresentare per lo scettico una scusante che permette di mantenere la propria posizione agnostica e, per la persona esitante, una giustificazione all'inerzia mostrata nel liberarsi dalle illusioni e dalle attrazioni terrene. Ecco perché l'esistenza e la natura di questo mondo reale rimarranno sempre un mistero e solo chi è idoneo e pronto a entrarvi potrà riconoscere in tali vaghe e velate descrizioni la voce del Divino che richiama chi è in esilio alla sua vera dimora.

Benché non sia possibile fornire un'idea adeguata della natura del mondo reale, i seguenti estratti dagli insegnamenti dei Maestri spirituali mostreranno la veridicità delle loro affermazioni sull'esistenza di questo e la possibilità di accedervi per ogni individuo che possieda le necessarie qualità.

“L'aprirsi del fiore è il momento glorioso dello svegliarsi della percezione; con essa vengono la fiducia, la sapienza, la certezza [...] Sappi, o discepolo, che chi è passato attraverso il silenzio, chi ne ha provata la pace e ritenuta la forza, desidera ardentemente che tu pure lo attraversi” (*La Luce sul Sentiero*).

“Credetemi, nella vita dell’adepto giunge un momento in cui le difficoltà che ha superato sono ricompensate mille volte. Per acquisire dell’altra conoscenza egli non deve più passare attraverso un minuzioso e lento processo d’investigazione e di confronto di vari oggetti, ma gli viene concessa una comprensione immediata e implicita di ogni verità fondamentale [...] E l’adepto vede, sente e vive nell’origine stessa di tutte le verità fondamentali – l’Essenza Universale Spirituale della Natura, SHIVA, il Creatore, Distruttore e Rigeneratore” (*Lettere dei Mahatma ad A.P. Sinnett*, lettera n. 31).

“La conoscenza superiore nata dalla consapevolezza della realtà è trascendente, include la cognizione di tutti gli oggetti simultaneamente e opera in qualsiasi direzione, nel passato, nel presente e nel futuro; essa trascende anche il Processo del Mondo” (*Yogasūtra - III 55*).

Potremmo citare centinaia di estratti dalle sacre scritture o dalle opere di mistici, occultisti e saggi, che indicano non solo l’esistenza di un mondo reale nascosto all’interno di questo, irreali, ma testimoniano anche come quella dimensione sia piena beatitudine e conoscenza trascendente. Spetta allo studente apprendere e riflettere su tali accenni, risvegliando così, se possibile, la propria intuizione.

Oltre alle testimonianze di veggenti e saggi, le prove della stessa scienza, se studiate con mente aperta, dimostrano l’esistenza di un mondo più reale dentro di noi. Abbiamo visto nel capitolo precedente come una serie infinita di punti che si muovono con incredibile velocità produca, nella nostra mente, quel meraviglioso mondo che percepiamo oggettivamente intorno a noi, composto da forma, colore e squisita bellezza. Ovviamente è assurdo supporre che una serie infinita di punti in movimento possa da sé produrre o far esistere un mondo del genere. Essa può semplicemente stimolarne la percezione e quindi dentro di noi deve già esistere un mondo molto più reale, indipendente da questi punti in movimento. Similmente, per quanto riguarda l’illusione creata dalla successione di stati che chiamiamo tempo, deve esistere un mondo di Realtà nell’Universo e all’interno di noi che si manifesta come una serie di fenomeni nel tempo e nello spazio. Come può tale vasto panorama caratterizzato in ogni luogo da intelligenza

e progettualità – e che vediamo dispiegarsi attorno a noi nello spazio e nel tempo – emergere dal nulla a seguito dello spostamento di punti non senzienti con modalità e velocità diverse? Questa è l'assurdità logica cui si riduce il materialismo scientifico e con cui esso stesso deve riconciliarsi al fine di giustificare la propria sconsiderata ricerca del sapere e del potere, incurante dei problemi fondamentali della vita e delle cause da cui derivano i fenomeni della Natura. Il materialismo scientifico farà di tutto e presupporrà qualunque idea piuttosto che accettare di considerare l'esistenza di una Realtà nascosta nell'Universo, anche solo come ipotesi.

La Dottrina Occulta è basata sull'esperienza diretta dei grandi adepti e non sulla mera speculazione filosofica, fornisce la vera spiegazione e concilia l'esistenza di entrambi i mondi, quello della materia e quello della mente. Essa dichiara inequivocabilmente che entrambi esprimono e affondano le loro radici in un mondo reale il quale, tramite la propria differenziazione, produce fenomeni basati sulla relazione soggetto-oggetto. Essa afferma che è possibile trascendere il mondo fenomenico e conoscere il mondo reale, il quale proietta le proprie ombre tramite tali fenomeni.

Quando assistiamo alla proiezione, sullo schermo, di un'immagine cinematografica e ci interessiamo al gioco di ombre, è perché siamo consapevoli che tali ombre sono state prodotte da realtà corrispondenti a uomini, donne e bambini concreti che hanno composto l'immagine. Sappiamo anche che la vicenda che si svolge davanti a noi non è meramente una commedia prodotta da semplici attori ma corrisponde a situazioni reali. Sono questi fatti legati alla nostra vita reale a dar conto dello straordinario interesse che nutriamo verso un'immagine, non il semplice movimento delle ombre sullo schermo.

Questo spiega il motivo per cui siamo fortemente attratti dal mondo irreal e impermanente in cui viviamo e ci muoviamo: i fenomeni che ci circondano rappresentano le ombre delle realtà presenti in noi, sebbene invisibili. Ciò conferisce anche un senso di autenticità alle ombre, che ci appaiono reali finché non ne scopriamo la vera natura. Il mondo dell'illusione è l'ombra di quello reale e, quando intraprendiamo il viaggio dell'autoscoperta, stiamo semplicemente cercando di lasciare tale oscurità per arrivare a cogliere la Realtà che proietta que-

ste ombre nella nostra coscienza. Se inconsapevolmente rincorriamo un'ombra e all'improvviso ci rendiamo conto che si tratta solo di un riflesso, perché dovremmo inquietarci? La sensazione di vuoto che a volte ci coglie quando il discernimento si manifesta è parte essa stessa dell'illusione ed è destinata a scomparire nel corso del tempo. Dovremmo essere lieti di vedere in tal modo perturbato il nostro compiacimento e altresì grati per l'opportunità di distogliere il nostro sguardo dall'ombra per innalzarlo verso la Realtà che la produce. Quando un bimbo vede la sagoma di un aeroplano muoversi sul terreno, egli solleva subito gli occhi al cielo per individuare il vero aereo da cui l'ombra proviene. Perciò, quando la vita attorno a noi ci appare come una serie di fenomeni irreali, dovremmo iniziare a cercare dentro di noi la Realtà che li produce, perché è a partire dal centro della nostra Coscienza che tali ombre vengono proiettate all'esterno.

Una riflessione approfondita sulla natura di questa Realtà come è presentata nelle scritture o nelle affermazioni dei mistici e degli occultisti potrebbe spronarci a guardare in noi stessi, a esplorare i recessi più profondi delle nostre menti, anche se solitamente essa non costituisce uno stimolo, dato che la maggior parte di questo lavoro si svolge sul piano dell'intelletto. Quello di cui abbiamo davvero bisogno è lo sviluppo di un'incisiva attrazione verso la Vita Divina in noi che, con il suo richiamo, ci fornisca l'indispensabile forza motrice che generalmente ci fa difetto. Questa forza di richiamo non è altro che l'amore per Dio o *Bhakti*. Se desideriamo quindi avvertire un deciso impulso spirituale, dovremo innanzitutto sviluppare l'amore verso *Ciò* che vogliamo scoprire. Questo sentimento, associato al pensiero profondo, stimolerà in noi anche la facoltà intuitiva; e con lo sviluppo di *Buddhi* e la sua discesa all'interno della nostra mente, non solo tutti i nostri problemi inizieranno a risolversi, ma la nostra vita interiore comincerà a crescere in modo costante.

È quasi superfluo sottolineare come l'amore sia l'attrazione tra un frammento della Divinità e altri frammenti o verso il Tutto da cui questi derivano. L'attrazione si avverte quando tali frammenti vengono rivestiti da involucri distinti di mente e materia. Si tratta quindi dell'inverso della forza che nella manifestazione li tiene separati. Quindi l'amore, per sua stessa natura, finisce per condurci oltre la manife-



stazione permettendoci di raggiungere il nostro stato integrato, nel quale siamo consapevoli della nostra unità con il Tutto, nonché con i frammenti che ne fanno parte. Il riunirsi o riavvicinarsi dei frammenti è sempre accompagnato da un senso di piacere, felicità o beatitudine, parole che denotano i diversi livelli di una medesima realtà. Quanto più profondo è il livello in cui tale unità viene raggiunta o percepita, tanto più sottile e mirabile è l'esperienza che ne deriva.

Ci si potrebbe chiedere: cosa accade all'amore e alla concomitante beatitudine quando si raggiunge la piena consapevolezza della coscienza integrata e il frammento si riunisce con il Tutto? Naturalmente l'amore può esistere solo tra esseri separati e, una volta avvenuta l'unione, la relazione non può essere chiamata amore. In che cosa viene trasformato? Da un lato, nella pura consapevolezza dell'Unità e, dall'altro, in quello stato che si riflette nei piani inferiori sotto forma di beatitudine, felicità o piacere. In sanscrito lo chiamiamo *Ānanda*, la fonte e la controparte della beatitudine, della felicità e del piacere sul piano in cui non esiste separazione ma solo Unità; essa è un aspetto della Coscienza Divina nel suo stato più elevato, corrispondente al piacere, alla beatitudine o alla felicità che possono essere considerate come le sue forme degradate. Non esiste nella nostra lingua una parola con la stessa connotazione. Il termine "Pace", spesso impiegato per indicare lo stato di beatitudine suprema, non trasmette il pieno significato di "*Ānanda*".

La ragione per cui è stata qui sollevata la questione dell'amore è quella di eliminare i dubbi, talora presenti in qualcuno, riguardo il ruolo svolto dall'amore nella vita spirituale. Alcuni ritengono che sia possibile percorrere il Sentiero verso l'Autoconoscenza senza che questo sentimento sia coinvolto e citano esempi di saggi che non hanno manifestato segni di amore emotivo nella loro vita, pur mostrando un notevole grado di serenità e pace. Ciò dimostra forse che l'amore non ha svolto alcun ruolo nel loro sviluppo? Niente affatto. Non si sarà trattato forse di amore emotivo; la sua espressione dipende dal mezzo attraverso il quale si manifesta. Se lo fa attraverso il corpo astrale, esso assume la forma di un intenso sentimento che solitamente associamo all'amore. Quando si rivela esclusivamente attraverso l'intelletto, potrebbe mancare della dimensione emotiva e assumere invece la forma



di un entusiasmo intellettuale che persegue la ricerca della Verità, raggiungendo il successo grazie al contributo di un sagace discernimento. Questo è il cammino chiamato *Jñāna Yoga*. Quando si esprimerà invece attraverso il terzo aspetto della natura umana, la Volontà, esso abatterà, tramite il puro esercizio di questo aspetto, tutte le barriere che separano l'individuo dall'Oggetto della propria ricerca, unendole tra loro grazie alla concentrazione e trascendendo poi la mente sui diversi livelli. Lo studente dotato di discernimento osserverà come lo stesso principio di attrazione e di integrazione operi in tutti e tre i casi, assumendo tuttavia forme diverse in base al mezzo utilizzato. E non è detto che l'espressione sia sempre la medesima in un individuo, essa può cambiare, ed effettivamente lo fa, in ragione della fase di sviluppo attraversata, a volte nella stessa esistenza ma generalmente in vite diverse.

Lo stesso tipo di cambiamento può avvenire quando, anziché il mezzo, viene modificato il livello. Anche l'amore emotivo, se trasferito a un livello più profondo, ossia il piano buddhico, diviene più intenso, più sottile, meno impetuoso e ostentato. Ecco perché i *Bhakta* o santi, che mostrano esplosioni di sentimenti nelle prime fasi della *Bhakti*, divengono sereni ed equilibrati quando il loro amore matura. L'intensità del sentimento non è diminuita, anzi è aumentata enormemente, ma esso scorre ora in un canale più profondo, divenendo più controllato e meno manifesto.

Lo stesso accade quando l'amore, trasferito a un livello ancora più elevato nella coscienza integrata, assume una forma che difficilmente possiamo immaginare, anche se la definiamo con parole come *Ānanda*, Pace, ecc. E poiché in questa Coscienza o Realtà integrata si verifica una fusione che coinvolge ogni aspetto della nostra natura, tutte le declinazioni di amore che appaiono così diverse ai livelli inferiori assumono lo stesso aspetto, con leggere sfumature dovute all'unicità specifica di ciascuna individualità.

Non diamo quindi per scontato che l'amore possa esprimersi solo come sentimento emotivo; così succede generalmente nei primi stadi di sviluppo. Ma, qualunque ne sia la forma, esso è dotato della qualità essenziale di unire irresistibilmente colui che cerca con Colui che viene cercato, fornendo così la necessaria forza motrice o spinta spiri-

tuale chiamata in sanscrito *Mumukshatva*.

A questo punto abbiamo compreso la necessità e il ruolo dell'amore nel processo di Autoscoperta. Nei capitoli 20 e 21 considereremo la sua natura e alcuni metodi per svilupparlo.

Veniamo ora al secondo problema che molti aspiranti si trovano ad affrontare dopo avere acquisito la convinzione e l'impulso necessari per percorrere il Sentiero del progresso interiore, ossia scegliere il percorso che meglio si adatta al loro temperamento e al loro stadio di sviluppo. Questa difficoltà è radicata nella convinzione che per ogni individuo esista un solo Sentiero da percorrere dall'inizio alla fine; si tratti di quello della conoscenza, dell'amore, dell'azione, o di qualsiasi altro possa venirgli consigliato dal suo *Guru*. È difficile comprendere il motivo per cui un tale malinteso sia così diffuso, quando affermazioni molto chiare indicano il contrario. Prendiamo, ad esempio, queste due citazioni tratte da *La Luce sul Sentiero*: "Ogni uomo è assolutamente a se stesso la via, la verità e la vita. [...] Non cercarla per una sola via, poiché ogni temperamento ha un percorso che gli appare più desiderabile. Ma la via non si trova con la devozione soltanto, con la sola contemplazione religiosa, con l'ardente progresso, con opere di abnegazione, con la diligente osservazione della vita. Nessuna di queste vie può, da sola, condurre il discepolo più di un passo avanti. Tutti i gradini sono necessari a formare la scala".

Non potremmo disporre di una dichiarazione più adamantina, proveniente inoltre da un adepto dell'occultismo.

Ma, a parte tali chiari accenni alla questione, è la natura stessa dell'uomo – la sua origine, la sua modalità di evoluzione, il suo destino finale – a precludere l'idea che egli raggiunga una perfezione totale seguendo uno specifico percorso. Un uomo presenta molti aspetti nella sua natura inferiore e superiore. Com'è possibile raggiungere una perfezione a tutto tondo seguendo un particolare metodo? Si può immaginare un essere umano perfetto che non presenti un elevato grado di sviluppo dell'amore o della conoscenza o della volontà o della capacità di un'azione efficace? E possono questi diversi aspetti della sua natura evolvere senza che la sua formazione avvenga secondo linee differenti, in ambienti molteplici e adottando vari metodi e tecniche in tempi diversi? Se la risposta è no, ovviamente egli dovrà ricorrere

di volta in volta a vari metodi nel corso della propria evoluzione. È naturale che si concentri su uno alla volta innanzitutto perché una particolare qualità può essere accresciuta concentrandosi intensamente su di essa per qualche tempo; in secondo luogo, perché l'ambiente e le circostanze in cui un individuo si trova sono generalmente tali da adattarsi allo sviluppo di un aspetto particolare della sua natura. È questa necessità di concentrarci su un aspetto della nostra natura durante una vita o un periodo di essa che ci fa sembrare caratterialmente adatti a un particolare percorso. Ma il nostro ambiente può cambiare, così come i nostri bisogni interiori, e un diverso metodo o una diversa linea di sviluppo possono rivelarsi non solo desiderabili ma inevitabili.

Questo focus su un aspetto particolare della nostra natura, seguendo un percorso specifico, dovrebbe quindi essere considerato come una fase della nostra crescita, anziché come derivante dalla nostra unicità individuale, e dovremmo essere pronti a cambiarlo quando le esigenze del nostro percorso interiore lo richiedono. Anche quando ci concentriamo su un aspetto particolare non dobbiamo commettere l'errore di trascurare deliberatamente gli altri ancora da sviluppare. La vita non è divisibile in compartimenti stagni e non è possibile focalizzarsi su un aspetto a un grado elevato senza compiere altrettanti progressi anche in altri ambiti. Se proviamo a farlo, rischiamo di svilupparci in modo sbilanciato e unilaterale e la nostra efficienza ne risulterà notevolmente ridotta. Il nostro obiettivo dovrebbe essere uno sviluppo completo ed equilibrato, benché la concentrazione su un aspetto particolare possa comportare, per un certo periodo, la necessità di una specifica enfasi su di esso.

Lo sviluppo della coscienza umana e della Perfezione Divina in una persona è un processo individuale talmente delicato che definirlo "sentiero" sembra quasi un sacrilegio. Ogni anima si apre, passando dall'interno all'esterno secondo la legge del proprio essere e nessuno può prevedere come potrà manifestarsi e quale processo verrà affrontato nella fase successiva. Volerla incanalare o forzarla in un modo specifico è come lacerare il bocciolo di una rosa per far apparire un giglio. Qual è il sentiero quando vediamo un bocciolo di rosa aprirsi e diventare un fiore completamente schiuso? Possiamo affermare che la rosa stia seguendo un particolare percorso di sviluppo? In un certo



senso sì, dal momento che essa passa attraverso una serie di trasformazioni, in successione, sotto l'influsso di forze operanti dall'interno e dall'esterno. Ma questo percorso non rappresenta un solco che ne confina l'attività, bensì una serie di trasformazioni operanti dall'interno verso l'esterno. Nel caso della rosa, la natura e l'ordine di tali cambiamenti sono in una certa misura predeterminati, poiché devono conformarsi all'archetipo. Ma un essere umano è diverso. Egli non si conforma a un archetipo e, per tale motivo, non tutti gli esseri umani evolvono allo stesso modo né seguono una serie prestabilita di trasformazioni. Se così fosse l'uomo non potrebbe essere realmente libero di affrancarsi dalla propria condizione ogni volta che lo desidera. Tutti dovrebbero aspettare la settima ronda, come molti di noi hanno deciso di fare. Ma non è così. Ogni anima è unica e deve esprimere la propria specifica perfezione, eternamente presente nella Monade. Il modo in cui questa perfezione si esprime nel mondo fenomenico non è predeterminato. Il tema è stato affrontato in modo dettagliato ne *La Scienza dello Yoga* nel commento al *sūtra* IV-12.

Possiamo quindi affermare che non è necessario scegliere un percorso una volta per sempre ma piuttosto seguire, per un certo periodo, un particolare metodo rispondente alle necessità del nostro sviluppo interiore. Come sapere quale sia il nostro bisogno e quale il metodo da seguire è un interrogativo che ci conduce alla terza difficoltà generalmente affrontata dagli aspiranti, ossia quella della guida sul Sentiero. L'argomento verrà trattato nel capitolo 26.



Capitolo 19

Gli stadi della conoscenza, della saggezza e della comprensione

Abbiamo studiato la costituzione completa della Monade e visto che Essa si esprime come Individualità immortale sui piani spirituali e come personalità transitoria sui tre inferiori. Poiché la personalità è semplicemente un'espressione temporanea avente lo scopo di acquisire esperienza e sviluppare le facoltà mentali e spirituali dell'Individualità per poi scomparire completamente alla fine di ogni incarnazione, dopo aver consegnato l'essenza della propria vita all'Individualità, essa non può essere considerata un'entità in evoluzione, benché divenga via via sempre più ricca, complessa ed efficiente. La si può ritenere uno strumento temporaneo dell'Individualità e nulla più. È quest'ultima, o *Jīvātmā*, che perdura di esistenza in esistenza ed evolve gradualmente, sviluppando le proprie facoltà mentali e spirituali e servendo come strumento permanente della Monade.

Sappiamo che l'Individualità si esprime attraverso tre principi conosciuti come *Ātmā-Buddhi-Manas* e che questi trovano espressione rispettivamente sui piani atmico, buddhico e Mentale Superiore. Il loro sviluppo per mezzo dei rispettivi veicoli costituisce l'evoluzione umana ed è ciò cui l'aspirante deve interessarsi. Lo sviluppo dei tre veicoli della personalità è meramente al servizio dell'evoluzione superiore. In questo compito dell'autoscoperta, in ogni caso, siamo principalmente interessati ai tre veicoli e principi superiori, anche se naturalmente non possiamo ignorare quelli inferiori.

Un punto importante da ricordare è che lo sviluppo di tali principi e l'evoluzione dei veicoli corrispondenti procedono generalmente dal



basso verso l'alto ossia, nell'ordine, Mente Superiore, *Buddhi* e *Ātmā*. Anche il raggio, o tipo fondamentale dell'individuo, svolge un ruolo nell'ordine di evoluzione, ma possiamo affermare che è la Mente Superiore a svilupparsi per prima, seguita da *Buddhi* e infine da *Ātmā*. La successione in cui cercare di sviluppare questi principi nella pratica dovrebbe seguire, per quanto possibile, la traccia sopra indicata.

Dovremmo iniziare con lo studio delle teorie sulla natura della Realtà e la sua manifestazione, nonché dei metodi adottati per scoprire tale Realtà in noi. Lo sforzo volto a cogliere e a comprendere queste concezioni filosofiche riguardanti gli aspetti nascosti della vita stimolerà l'attività e la crescita della nostra Mente Superiore.

Nella fase successiva dovremmo cercare di tradurre in azione gli ideali di vita spirituale basati su queste concezioni, trasformando così la nostra conoscenza intellettuale in Saggezza. Sarebbe necessario, al contempo, sviluppare la devozione o l'amore affinché divengano parte integrante del nostro carattere, poiché questo è il metodo più efficace per potenziare la facoltà buddhica e acquisire la vera Saggezza. La conoscenza appresa riguardo agli ideali della realtà spirituale e lo sforzo di tradurre questi ultimi nella vita quotidiana dovrebbero consentirci di sviluppare la facoltà buddhica e aggiungere Saggezza alla conoscenza. Questa è la seconda e necessaria fase per affrontare l'autoscoperta in modo sistematico ed efficace.

Esistono diverse ragioni per cui questo sviluppo di *Buddhi* attraverso la devozione e l'autocultura deve essere compiuto in misura sufficiente prima di passare al terzo stadio, nel quale i veli dell'illusione e gli schermi che nascondono la Realtà vengono rimossi uno a uno, permettendo la diretta comprensione delle realtà della Vita Superiore, che culmina con il raggiungimento dell'autorealizzazione. La prima è che dobbiamo trovare fin dall'inizio quella Luce che può guidarci sul Sentiero, in modo infallibile, sicuro e completo. Questa Luce può provenire solo dalla nostra *Buddhi*. La seconda è che bisogna divenire autosufficienti e indipendenti rispetto alle fonti esterne di felicità. Solo l'amore di Dio o la devozione possono fare ciò. La spoliamento della personalità e la conseguente creazione di un vuoto interiore, che si verifica durante il volo del solitario verso il Solitario, non è facile da sopportare, se manca in noi questa fonte di gioia interiore. Molti aspi-



ranti retrocedono, immergendosi nuovamente nelle attività della vita mondana, poiché non dispongono dei mezzi di sostegno interiori atti a supportarli negli stadi intermedi. La terza ragione è che solo la Sagghezza può fornire a una persona tutte le qualità necessarie a percorrere il sentiero in modo sicuro e costante, ossia la corretta prospettiva, la maturità di giudizio e di visione e la libertà dalle tendenze inferiori che trascinano verso il basso, rovinando talvolta l'esistenza di coloro che accedono a questi nuovi regni di esperienza, conoscenza e potere.

La Sagghezza è quindi una *conditio sine qua non* e deve essere sviluppata il più completamente possibile nella seconda fase. Il possesso della vera Sagghezza, in misura adeguata, non solo è necessario ma indica anche uno stadio piuttosto avanzato nel superamento del problema dell'autoscoperta. In primo luogo perché occorre uno sforzo abbastanza gravoso e prolungato per ottenerla e questo è forse il massimo che la maggior parte degli aspiranti può sperare di raggiungere in una sola vita. In secondo luogo perché i frutti della Sagghezza non sono per nulla trascurabili. Purtroppo le nostre idee su di essa non sono del tutto corrette e subiscono l'influenza delle concezioni popolari. Generalmente pensiamo si tratti della maturità di giudizio e della capacità di ordinare in modo adeguato la nostra vita, atteggiamenti derivanti da una lunga e diversificata esperienza. Ma la Sagghezza, così come viene intesa nell'occultismo, è qualcosa di completamente diverso. Si tratta dello stato mentale che si ottiene quando la mente viene completamente irradiata dalla Luce della facoltà spirituale chiamata *Buddhi*. Nessuno può comprendere quella pace che oltrepassa la comprensione, quell'intuizione capace di penetrare le illusioni della vita, quella conoscenza infallibile che inizia a fluire nella nostra mente dall'interno, quella tenera compassione verso ogni aspetto della vita, quel sentimento squisito nel percepire la nostra unità con gli altri esseri umani, quella fonte di gioia che zampilla in noi senza apparente motivo, quella sicurezza che avvertiamo quando sentiamo di vivere, muoverci e risiedere in Lui, quella certezza che sopraggiunge quando comprendiamo, per quanto vagamente, come Egli stia ordinando ogni cosa con dolcezza e potenza; quell'armonia interiore che ci permette di vivere con gli altri anche quando potremmo contrastarli esteriormente; nessuno può comprendere tutto ciò prima di sperimentare



l'illuminazione della mente mediante la Luce di *Buddhi*. Si tratta in realtà del risultato degli sforzi e dei sacrifici necessari per sviluppare la Sagesza. Sono stati talmente appaganti che molti si accontenterebbero di permanere in questo stadio senza compiere alcuno sforzo per avanzare oltre. Ciò, infatti, si avvicina in larga misura al loro ideale di vita spirituale illuminata. Ma questa non è la meta, bensì una tappa del nostro viaggio, il fondamento su cui costruire la struttura di un'esistenza spirituale illuminata, quella propria di un Essere Autorealizzato e Liberato, che rappresenta l'obiettivo dell'evoluzione umana.

Nel successivo e ultimo stadio, quando la Sagesza viene trasformata in autorealizzazione, non solo "percepriamo" la Realtà attraverso la facoltà di *Buddhi* ma *conosciamo* la Realtà direttamente attraverso il nostro *Ātmā*, fondendo la nostra coscienza in Esso e divenendo una sola cosa con Esso. La comprensione può essere definita come "conoscere divenendo". Questo è l'ambito del vero Yoga che tratteremo nel nostro studio sulla devozione. Vedremo come negli stati di devozione più elevati la coscienza del devoto diviene progressivamente una sola cosa con quella del suo *Ishta Devatā* o l'Oggetto della sua devozione; per tale motivo il Sentiero della devozione viene anche chiamato *Bhakti-Yoga*. Considereremo quindi la tecnica del vero Yoga, chiamata *Raja Yoga* o Yoga Regale, come delineata negli *Yogasūtra* di Patanjali. Questo sistema è basato sulla Volontà ed è attraverso l'uso della Volontà Spirituale che la mente viene purificata, controllata fino alla completa inibizione delle sue modificazioni nel *Samādhi*. Ciò consente alla coscienza dello Yogi di trascendere i diversi livelli della mente associati ai vari veicoli, fino a oltrepassare l'ultima barriera del piano atmico, facendo emergere la coscienza dal dominio della mente affinché divenga tutt'uno con la coscienza della Monade eterna o *Purusha*. Ciò se si osserva il processo dal basso, dal punto di vista della personalità. Se lo guardiamo invece dall'alto, dal punto di vista della Monade, potremmo affermare che Essa allenta i legami con i livelli mentali inferiori, a uno a uno, finché la sua coscienza non si libera dal veicolo atmico, restando così affrancata nella sua vera natura divina, autorealizzata, pur potendo comandare tutti i veicoli sui piani inferiori. Questa è la *Jīvanmukti*, la Liberazione, il *Nirvāṇa* o qualunque parola si voglia utilizzare per indicare lo stato elevato di coscienza che



uno Yogi raggiunge una volta completata la sua evoluzione umana.

Nella terza fase è la Volontà Spirituale dell'*Ātmā* che agisce per raggiungere l'obiettivo finale, proprio come in quella precedente è l'Amore che viene utilizzato per ottenere la Saggezza. Questo è il principio più alto che opera nell'Individualità.

Vediamo così come i tre principi dell'uomo si dispieghino, uno dopo l'altro, nei tre stadi: l'Intelletto nel primo, l'Amore nel secondo e la Volontà Spirituale nel terzo. L'Amore insieme all'Intelletto sviluppa la Saggezza. La Volontà Spirituale guidata dalla Saggezza porta all'autorealizzazione. Le relazioni tra i tre principi, le funzioni e i metodi di sviluppo possono essere rappresentati come segue:

PRINCIPIO	INTELLETTO	BUDDHI	ĀTMĀ
Veicolo	Corpo causale	Corpo buddhico	Veicolo atmico
Prodotto dello sviluppo	Conoscenza superiore	Saggezza	Autorealizzazione
Metodo di sviluppo	Studio, Riflessione profonda, Meditazione	Costruzione del carattere, Amore	Rāja-Yoga

Avendo compreso il ruolo del *Bhakti-Yoga* e del *Rāja Yoga* nel nostro sviluppo spirituale, possiamo ora soffermarci brevemente e in modo generale su questi due importanti sistemi di Yoga.



Capitolo 20

La natura della devozione

Il *Bhakti-Sūtra* di Narada è un piccolo libro contenente 84 versetti o aforismi sui diversi aspetti della *Bhakti* o devozione. Sebbene l'argomento non venga trattato sistematicamente e in modo profondo, l'opera fa luce su molti aspetti della devozione ed è generalmente considerato un testo classico sul *Bhakti-Yoga*. Prenderemo in considerazione alcuni *sūtra* che trattano della natura della devozione e dei mezzi per svilupparla, al fine di acquisire un'idea generale della filosofia e della tecnica del *Bhakti-Yoga*.

1. *Anirvachanīyaṃ prema-svarūpam* (n. 51).

La natura dell'amore verso Dio non può essere descritta.

2. *Mūkāsvādanavat* (n. 52).

Come il gusto provato da un muto.

Questi *sūtra* sono generalmente interpretati nel senso che l'esperienza vissuta in uno stato di intenso amore verso Dio o di estasi non può essere espressa a parole. Naturalmente ciò è vero, ma si tratta di un significato superficiale, dal momento che qualsiasi tipo di esperienza non può essere descritta a parole a chi non ne abbia vissuta una simile. È perché tutti noi abbiamo vissuto esperienze tra loro simili che ci è possibile descriverle a vicenda.

Qual è, allora, il loro vero significato? Nel corso della nostra evoluzione veniamo costantemente messi in contatto con persone diverse, con le quali intratteniamo rapporti diversi e, attraverso queste espe-

rienze ripetute, sviluppiamo vari tipi di amore, quello di una madre per il figlio, quello di una figlia per il padre, quello di un marito per la moglie, quello di un amico verso un altro amico. Con il progredire della nostra crescita emotiva, le tipologie che conosciamo divengono più numerose e la quantità di amore che siamo capaci di provare aumenta di pari passo. Lo spettro del nostro sentimento diventa sempre più ricco e luminoso man mano che cresciamo. Ma da cosa deriva questo spettro? Da CIO, dal quale deriva ogni realtà, ogni facoltà, ogni potere. Questo spettro, contenente tutti i diversi tipi di amore, deriva dalla luce bianca dell'Amore Divino, mediante un processo di differenziazione, così come accade per le altre realtà, che si manifestano tutte in questo modo. Questa differenziazione ci aiuta a sviluppare più facilmente la nostra natura emotiva poiché è più semplice gestire e sviluppare un tipo limitato e particolare di amore alla volta, proprio come la differenziazione della mente nelle cinque sensazioni ci aiuta a sviluppare la facoltà mentale molto più agevolmente. Ma la luce bianca è qualcosa di diverso dai colori, anche laddove lo spettro dei colori sia abbastanza completo. Un individuo che abbia vissuto solo nel regno della manifestazione, nel regno dei colori, non può avere idea della luce bianca della Realtà, fino a che non trascende la manifestazione, emergendo nella Luce della Realtà. Similmente un individuo che abbia vissuto tutti i tipi di amore che caratterizzano le relazioni umane non può realmente avere un'idea dell'Amore Divino da cui essi derivano, finché non sperimenta l'Amore Divino stesso. Quindi, benché conosciamo l'amore nelle sue diverse e svariate forme, non conosciamo l'Amore Divino e la persona che abbia provato quest'ultimo non può descriverne o comunicarne la natura a un'altra persona. Di quell'Amore possiamo avere solo una vaga idea, derivata dalle espressioni d'amore più intense e pure di cui siamo capaci e che abbiamo provato. Per conoscere l'Amore Divino dobbiamo sperimentarlo sviluppandolo nel nostro cuore.

3. *Sā tv asmin param premarūpā* (n. 2).

Ha la forma dell'amore intenso verso di Lui.

4. *Sānti-rūpāt paramānanda-rūpāc ca* (n. 60).

Perché assume la forma più elevata di Pace e *Ānanda*.

5. *Amṛita-svarūpāc ca* (n. 3).

La Sua natura più intima è nettare.

Il primo di questi versetti accenna semplicemente alla natura della devozione, un amore intenso diretto verso Dio. All'inizio è inevitabile che esso assomigli a uno qualsiasi dei diversi tipi di amore che ci sono familiari e che siamo capaci di provare.

Ecco perché in India un devoto può adottare qualsiasi atteggiamento nei confronti della divinità e cercare di sviluppare a un livello intenso il tipo di amore corrispondente. Egli può considerare Dio un amico, un Maestro, un Padre o una Madre o un Amato. Nelle fasi iniziali ciò che conta è l'intensità del sentimento. Tutto in questo campo, e di fatto in qualsiasi altro ambito di impegno spirituale, dipende dall'intensità o dal potenziale. La fusione della coscienza del devoto con quella del suo Amato, durante l'estasi, può essere paragonata al momento in cui la terra viene colpita da un fulmine. L'incontro tra le cariche positive e negative della nuvola e della terra dipende dall'enorme differenza di tensione, accumulatasi in precedenza, che fa sì che la resistenza dell'aria si rompa. La differenza di tensione è a volte enorme e può raggiungere il milione di volt. Ciò spiega la natura distruttiva del fenomeno. Similmente solo quando l'amore tra il devoto e Dio raggiunge un grado elevato che si manifesta la fusione parziale della coscienza e il primo coglie l'Amore Divino. Attraverso tale comprensione il suo amore raggiunge un livello ancora più alto ed egli sperimenta la beatitudine corrispondente. Ciò si manifesta più e più volte, permettendogli di sprovare forme di amore sempre più intense e di raggiungere i relativi livelli più sottili di beatitudine.

Queste estasi corrispondono ai diversi livelli di *Samādhi* presenti nel *Rāja Yoga*. Le fasi finali, molto diverse dall'amore emotivo provato in quelle iniziali, vengono generalmente indicate come *Paramānanda* nella letteratura delle Scuole *Bhakti* o come Pace o *Shanti* nella terminologia dello *Jñāna Yoga*. Sebbene l'amore sia intenso e onnicomprensivo, scorre in un canale molto profondo, dove dominano pace, serenità ed equilibrio perfetti, senza i tumulti o i disturbi che caratterizzavano i momenti precedenti.

A questo proposito una questione a volte preoccupa gli aspiranti.



Abbiamo appena affermato che per un devoto è possibile adottare qualsiasi tipo di atteggiamento nei confronti di Dio, sviluppando il proprio amore lungo quella linea. Egli può cioè adorare Dio nel modo che preferisce e che trova più confacente. È inutile preoccuparsi riguardo alla forma da scegliere per sviluppare la propria devozione. La forma non ha importanza, purché attiri il devoto e susciti solo pensieri ed emozioni puri e santi. Se molti ingressi che conducono al santuario interno di un tempio che importa quale usiamo, se il nostro obiettivo non è fermarci davanti alla porta ma entrare alla presenza della Divinità?

Dobbiamo approfondire l'affermazione secondo la quale la forma verso cui è diretta la devozione non riveste molta importanza.

Innanzitutto *l'amore è uno stato mentale*, mentre la forma della Divinità o l'Oggetto di culto è *un'immagine mentale*. Ora, ciò che realmente conta nel compiere una fusione tra la mente del devoto e l'Oggetto di devozione non è l'immagine ma lo stato mentale, che è del tutto indipendente e non è influenzato dalla sua forma. Che si tratti dell'immagine di Cristo, di Krishna, di Rama, di Shiva, di Durga, del Buddha o di un Maestro, ciò non ha importanza. Contano l'intensità della devozione, l'autoaffidamento e la purezza della mente che la rendono atta a unirsi all'Oggetto di devozione, così da far discendere la Sua grazia e benedizione sul devoto.

La coscienza del devoto non si fonde con l'immagine, bensì con la Coscienza che l'immagine rappresenta. L'unione non avviene nel regno della mente concreta inferiore di nomi e forme, ma nel regno della coscienza sul piano di *Buddhi* al livello inferiore. In questa unione l'immagine mentale scompare per essere trascesa. Nella meditazione o in pratiche simili tale immagine serve semplicemente da punto focale per la coscienza, attraverso il quale l'aspirazione ascende mentre la grazia, la benedizione o le energie discendono verso il basso. È come una porta attraverso la quale avviene la comunicazione. Ma Colui che il devoto cerca è dall'altra parte della soglia ed egli deve attraversarla per incontrarlo. Si vedrà quindi come la forma dell'immagine sia di secondaria importanza; la sua rilevanza e il suo valore dipendono interamente dall'aspirazione e dall'attrazione che essa è in grado di evocare grazie alle impressioni passate provenienti non solo da que-



sta vita ma anche da quelle precedenti. Fattori di fondamentale importanza sono la condizione della mente, la sua vigilanza, l'intensità dell'amore, la purezza e il dono di sé.

Ciò vale non solo nel nostro rapporto con l'Oggetto di devozione ma anche in quelli umani abituali. Pensiamo forse che, quando amiamo qualcuno o semplicemente gli parliamo, amiamo o avviamo un contatto solo con il corpo fisico esteriore o con la mente dell'individuo? Niente affatto. È lo Spirito che comunica con lo Spirito attraverso i veli del corpo e della mente. Se dubitiamo di ciò, proviamo a immaginare la persona con cui siamo in relazione sul piano fisico senza la Monade o l'*Ātmā*, ossia lo Spirito vitale che soggiace a ogni corpo. L'intera struttura o l'intero meccanismo di comunicazione dal fisico all'atmico diverranno inoperanti se *Ātmā* non è presente e cesseranno di funzionare, perdendo per noi ogni significato. Ciò accade, in una certa misura, quando i principi superiori lasciano il corpo fisico al momento della morte. Il corpo che ci era caro diviene un mero agglomerato di materia verso cui non nutriamo alcun interesse. È *Ātmā*, o lo Spirito soggiacente all'insieme dei veicoli, a essere non solo il conoscitore ma anche l'oggetto del nostro amore e perfino l'amante.

Questa idea è stata splendidamente esposta in una delle *Upanishad* che, liberamente tradotta, recita: "Non per amore della moglie la moglie è cara, ma per amore del Sé la moglie è cara. Non per amore del marito il marito è caro, ma per amore del Sé il marito è caro. Non per amore del figlio il figlio è caro, ma per amore del Sé il figlio è caro". E così il *mantra* prosegue, estendendo tale concetto ad altre relazioni umane per fissare l'idea nella mente del lettore. Anche se immaginiamo che tutti i nostri legami siano basati sul nostro livello personale, in realtà essi si situano su quello dello Spirito e i corpi cui si fa riferimento sono solo veli che nascondono i veri partecipanti alle azioni e alle reazioni conseguenti.

Questo dimostra che non è l'immagine a essere l'oggetto di devozione ma la Vita Universale e la Coscienza Divina nascoste dietro di essa, le medesime per tutti i tipi di immagini. Ecco perché *Shri Krishna* nella *Bhagavad-Gītā* afferma che Egli riceve ogni devoto lungo qualunque sentiero o attraverso qualsiasi modo questi Lo adori.

Mentre viviamo ancora nel regno dei nomi e delle forme, non vi è



motivo per cui non dovremmo trarre vantaggio dall'attrazione e dalla reazione che questi particolari nomi e forme suscitano in noi, permettendoci di rafforzare la nostra devozione. Tuttavia non è necessario preoccuparsi, come alcuni fanno, della modalità scelta; quella che ci attrae è la forma adatta per noi.

Giungiamo quindi al *sūtra* 5, secondo il quale la natura più intima della devozione è *Amrita*, il nettare, simbolo di immortalità o di vita eterna, come mostra il suo stesso significato “al di sopra della morte”. Chiunque assuma l'*Amrita*, fosse anche una sola volta, dovrebbe divenire immortale, avendo oltrepassato il dominio della morte. Ovviamente non esiste un liquido o un elisir di lunga vita, grazie al quale l'uomo possa ottenere l'immortalità. L'*Amrita* rappresenta chiaramente quello stato di coscienza situato al di sopra della manifestazione e grazie al quale l'uomo si libera dall'illusione di nascita e morte, realizzandosi come *Jīvanmukta*. Una volta raggiunto quello stato, egli non ha bisogno di ridiscendere nell'incarnazione per necessità, benché possa farlo per aiutare i fratelli che lottano ancora nel regno della nascita e della morte.

La paura di queste ultime è radicata nell'identificazione della coscienza con i veicoli. Una volta che un individuo si sia elevato fino al regno dello Spirito o della pura Coscienza, rendendosi conto di essere Coscienza assoluta o tutt'uno con la Coscienza Divina, l'illusione che porta all'identificazione con i veicoli viene distrutta per sempre e non solo scompare la paura della morte e della rinascita, ma anche la necessità di incarnarsi nei mondi inferiori. Questa è la vera Liberazione o Immortalità.

Questo è lo stato che si ottiene quando la coscienza del devoto, dopo aver attraversato forme di estasi sempre più intense, si unisce infine alla Coscienza Divina, stabilendosi permanentemente in Essa. Dal momento che tale Coscienza è Eterna e conferisce l'Immortalità, il più alto stato di devozione in cui si trova a vivere il devoto è chiamato *Amrita*. La stessa coscienza può essere naturalmente raggiunta lungo il cammino dello *Jñāna* o del *Rāja Yoga*.

Tale metodo era adottato dai nostri saggi o *Rishi* per ottenere l'immortalità. Ma consideriamo alcuni dei sistemi che noi, i loro discendenti “più saggi”, possiamo adottare oggi per farlo. Affinché



il nome del nostro corpo possa durare, cerchiamo disperatamente di associarlo a qualche istituzione, se siamo abbastanza importanti, altrimenti basterà una strada, persino un vicolo. Non ci rendiamo conto che l'intitolazione della strada potrà durare per qualche tempo, ma chi la assocerà a noi quando non ci saremo più? Anche se tornassimo in un'altra incarnazione, non sapremmo che quella porta il nome del nostro corpo in una vita precedente. Scriviamo libri, cerchiamo di trovare un posto nella storia come leader politici, svolgiamo così tante attività, a volte male accette, nella crudele illusione e nella vana speranza di divenire immortali. Non ci rendiamo conto che in tutti questi casi ci si riferisce solo a un nome o a una forma che possono durare al massimo qualche secolo, ma non si tratta di noi. Il tempo avanza inesorabile e distrugge non solo i nomi di uomini già famosi ma tutto ciò che incontra sul suo cammino, persino civiltà e mondi, sistemi solari e universi. Che illusione!

6. *Sā na kamāya ānā nirodha-rūpatvāt* (n. 7).

Egli non è mosso dal desiderio egoistico perché trova espressione nell'inibizione di tali desideri.

Questo *sūtra* non si riferisce agli stadi inferiori di *Bhakti*, dove la devozione è mescolata al desiderio personale, ma a quello più elevato, nel quale essa diviene completamente altruista e permette al devoto di amare Dio solo per il Suo amore. Il versetto sottolinea come questa forma di devozione più elevata non abbia motivazioni personali ed egoistiche e la prova di ciò sta nel fatto che essa porta all'eliminazione di tutti questi desideri. Qual è allora la forza motrice? L'Amore puro, che attira un frammento di coscienza separata verso il Tutto da cui proviene, affinché i due possano unirsi di nuovo.

Ora, una delle caratteristiche peculiari dell'amore è che esso ci libera dai nostri desideri e attaccamenti abituali in modo naturale e semplice. Lo vediamo, in una certa misura, anche nelle espressioni inferiori dell'amore. Quando, ad esempio, un uomo si innamora di una donna, il benessere e la serenità dell'amata divengono la sua unica preoccupazione ed egli si libera della maggior parte dei propri desideri inferiori. Questi ultimi comunque non vengono realmente elimi-



nati, ma non riescono a trovare espressione finché perdura l'intensità dello stato amoroso. Lo stesso accade nel caso di una madre. L'amore per il figlio la rende completamente indifferente alle proprie comodità e ai propri interessi ed essa si libera da molti dei desideri inferiori, che in precedenza potevano dominare la sua mente.

Potremmo chiederci: quali sono le cause di tale trasformazione? Dobbiamo ricordare che *Ānanda*, o Beatitudine, è la nostra natura più intima ed essenziale e non ci è possibile vivere senza di essa. Dobbiamo possederla in qualche modo; se non possiamo acquisirla internamente dobbiamo cercarla all'esterno, attraverso la soddisfazione dei desideri comuni. Ogni volta che uno di questi è esaudito, la mente si tranquillizza per un breve intervallo e una parte di *Ānanda*, proveniente dal nostro interno, riesce a pervaderci. Questa è la causa del piacere o della felicità che proviamo temporaneamente quando realizziamo un desiderio. Ma un tale stato non è permanente, la mente perde presto il suo equilibrio, il desiderio viene nuovamente risvegliato, spingendoci a cercare appagamento altrove e in tal modo continuiamo a rincorrere le realtà del mondo esterno, benché la fonte della felicità sia in noi.

Quando siamo innamorati, ci troviamo parzialmente e temporaneamente in contatto con la fonte di *Ānanda* in noi poiché, come è stato sottolineato, amore e *Ānanda* sono inseparabili, sono due facce della stessa medaglia. Grazie al contatto diretto, benché limitato, con questa fonte, siamo in un certo senso indipendenti dagli oggetti esterni che ci forniscono il piacere o la felicità abituali. Ci sentiamo parzialmente soddisfatti di noi stessi e temporaneamente autosufficienti, benché l'oggetto del nostro amore sia esterno a noi. Questo stato di esaltazione tuttavia è di breve durata e presto torniamo a cercare la felicità negli oggetti e nelle attività esteriori, perdendo nuovamente la nostra autosufficienza. Ma quando il vero Amore Divino nasce in noi e inizia a fluire attraverso il cuore con forza e costanza, ci stabiliamo nella Fonte dell'Amore e di *Ānanda*, divenendo stabilmente e completamente autosufficienti. La fonte della beatitudine e della gioia sgorga eternamente nel nostro cuore, permettendoci di non aver bisogno di nulla dal mondo esterno e nel mondo esterno, benché possiamo intervenire in esso per aiutare i nostri fratelli e perseguire l'opera del *Logos*



che ci è stata affidata. Diveniamo in tal modo simili al *Logos* stesso, che agisce nel mondo, operando attraverso di esso, senza tuttavia dipenderne. Egli è il vero oceano d'Amore e di *Ānanda*, da cui la nostra parte di *Ānanda* deriva. Vediamo così come l'Amore trovi espressione nella naturale e rapida eliminazione di tutti i desideri e renda la nostra mente pura, tranquilla e autosufficiente. Esso ci aiuta in due modi: aumentando la nostra attrazione verso la Vita e la Coscienza Divina situate nel Centro e riducendo al contempo il nostro interesse verso gli oggetti esterni posti ai margini.

7. *Guna-rahitam kāmanā-rahitam pratiksana vardhamānam avicchinnam sūksmataram anubhavarūpam* (n. 54).

Privo di *Guna* (le tre qualità fondamentali della Natura), libero dal desiderio egoistico, crescendo in volume e intensità in ogni momento e avendo un flusso incessante, riveste la forma dell'esperienza interiore.

Anche questo *sūtra* cerca di descrivere il sentimento che un devoto prova nei confronti di Dio, una volta raggiunto un grado avanzato di unione con Lui. *Gunarahitam* significa che è privo di *Guna* o che trascende i *Guna*. In un versetto che esamineremo in seguito (n. 56) viene fatto riferimento agli stadi inferiori di *Bhakti*. Questa *Bhakti* inferiore è *rājasica*, *tāmasica* o *sāttvica* e mira a uno scopo ulteriore. Essa non cerca Dio solo per Se Stesso e viene quindi classificata come secondaria. Il tipo più elevato di *Bhakti*, o devozione, cui accenna questo *sūtra* si situa al di sopra dei *Guna*, ossia è libero dal condizionamento della coscienza risultante dall'associazione con i *Guna*.

Kāmanāirahitam esprime la libertà dai desideri egoistici inferiori e la motivazione basata sul puro amore, quell'attrazione dei frammenti per il Tutto cui si è accennato in precedenza.

Pratiksana vardhamānam significa che la devozione aumenta costantemente. Non esiste un punto d'arrivo per tutto ciò che è connesso con la Vita e la Coscienza divine. Vi sono profondità all'interno di profondità, *ad infinitum*. "Si solleverà un velo dopo l'altro, e in successione vi saranno ancora veli dopo veli". Ogni volta che un velo si solleva e il devoto raggiunge un'unione più profonda con la Vita Divina in lui, il



suo amore cresce. Si tratta di una sorta di circolo virtuoso. Più amiamo Dio, più Lo conosciamo; e più Lo conosciamo, più Lo amiamo.

Avicchinnam indica un flusso incessante. Stiamo parlando dello stadio più elevato della devozione, in cui la coscienza del devoto rimane permanentemente unita a quella del Signore e la corrente dell'amore è quindi ininterrotta. Nelle fasi iniziali, il devoto percepisce un barlume dell'Amato e il suo amore esplode in un'estasi. Ma successivamente egli perde il contatto e ciò genera un grande scoramento. Questo sconforto dovuto alla separazione, *Viraha* in sanscrito, in ragione della sua stessa intensità permette di ristabilire l'unione. Un simile flusso e riflusso, quindi, fanno parte della vita di un Mistico negli stadi iniziali e si protraggono anche in quelli più avanzati. Giunge infine un momento o una fase in cui non è più possibile ricadere nella separazione e ci si stabilisce permanentemente nella Coscienza dell'Amato. Allora il flusso dell'amore diviene costante.

Sūksmataram significa più sottile o a un livello più profondo. Come è stato sottolineato in precedenza, negli stadi avanzati della devozione l'amore scorre in un canale molto profondo e quindi non trova espressione in manifestazioni esteriori intense né nella perdita di obiettività, come avviene invece negli stadi precedenti. Un torrente fa molto rumore e straripa facilmente, invece un fiume che scorre in un canale molto profondo è silenzioso e non esonda. Non dovremmo perciò giudicare l'amore di una persona da segni esteriori o dalla sua capacità di esprimerlo.

L'ultima frase, *Anubhava-rūpam*, significa quindi che questo amore che scorre a un livello più profondo ha la natura di un'esperienza. Non è un'emozione, non è un pensiero e neppure una percezione della Mente Superiore o *Buddhi*. È una consapevolezza della Vita e della Coscienza Divine all'interno del Centro della coscienza dell'individuo, consapevolezza che deriva dalla fusione di questi due.

Ma tale unione mantiene ancora un senso di dualità o di separazione sufficiente a consentire al devoto di percepire la beatitudine dell'amore. Naturalmente, quando i due sono fusi insieme in modo completo, in uno stato di coscienza perfettamente integrato, non può esistere amore nel senso comune, poiché questo sentimento è il risultato della relazione tra l'amante e l'Amato e, quando i due si uniscono



in uno stato perfettamente integrato, l'amore scompare e solo *Ānanda* permane. Ecco perché i devoti delle scuole *Vaiṣṇava* non vogliono congiungersi completamente al Signore. Essi Lo pregano costantemente di poter rimanere sufficientemente separati per percepire la beatitudine dell'Amore Divino, che è lo scopo della loro vita.

8. *Gauṇī tridhā guṇa-bhedād ārtād-bhedād va* (n. 56).

La devozione che è associata ai desideri egoistici diventa triplice a seconda che l'adoratore rientri in una delle tre classi: i sofferenti (*Ārtā*), i cercatori di conoscenza (*Jñyāsu*) o coloro che desiderano ricchezza o altri oggetti mondani (*Ārtādi*).

9. *Bhaktā ekāntīno mukhyāh* (n. 67).

I principali (veri) devoti sono coloro che hanno un solo obiettivo, che sono sinceri.

Questi due *sūtra* mettono in evidenza la distinzione tra due classi di devoti. Quelli appartenenti alla prima sono devoti al Signore ma mirano a un secondo fine e il loro sentimento è contaminato in gradi diversi da tali desideri egoistici. Non amano Dio per la Sua divinità in quanto tale, ma per ottenere qualche beneficio personale attraverso la Sua grazia. I devoti appartenenti alla seconda classe invece non hanno alcun fine egoistico. Amano Dio perché non possono farne a meno. Egli è la Vita della loro vita, il Centro della loro stessa coscienza, che li attira a Sé irresistibilmente, inspiegabilmente e intensamente ed essi non possono evitare di affidarsi a questa irresistibile attrazione. Non ci sono secondi fini ma solo la gioia di amarlo. Non vi è altro desiderio se non quello di trovarlo e di unirsi a Lui. La madre che ama il suo primogenito ed è disposta a sacrificare tutto per lui può dire perché lo ama? L'amante perdutamente innamorato, attualmente ignaro dei propri desideri, può spiegare perché ama la sua amata? Eppure questi amori presenti nei rapporti umani sono solo riflessi di riflessi. Essi si basano in gran parte su associazioni avvenute in vite precedenti, benché dietro tale connessione vi sia anche il legame spirituale che unisce un frammento del Tutto a un altro frammento, nonché l'affinità esistente tra le Monadi, che le unisce nella loro vita nei mondi inferiori in attesa e in preparazione della loro amorevole collaborazione



all'interno dei grandi eventi cui dovranno partecipare in un lontano futuro. Se riflessi di riflessi sono in grado di evocare temporaneamente un così alto grado di abnegazione negli esseri umani comuni, immersi nelle illusioni e nelle attrazioni del mondo inferiore, immaginiamo quale debba essere la natura e l'intensità di quella fiducia e di quel sentimento che il devoto avverte quando si innalza sopra le illusioni e le piccolezze della vita per offrire pienamente se stesso e il suo amore ai piedi del suo Signore. Questi sono i devoti cui fa riferimento il secondo *sūtra* sopra riportato.

Il primo versetto, riferito ai devoti della seconda classe, le cui motivazioni non sono del tutto altruistiche, è importante non perché ci permette di classificarli in modo inequivocabile ma perché attira la nostra attenzione sugli stadi inferiori della devozione. Esso solleva una serie di domande riguardo questi ultimi che dobbiamo cercare di comprendere in modo da utilizzarli come trampolini di lancio per salire sempre più in alto, fino a trascenderli e raggiungere il livello di devozione cui allude il secondo *sūtra*.

Prima di affrontare questi argomenti, consideriamo innanzitutto le tre suddivisioni di devoti appartenenti alla seconda classe. Per avere un'idea più chiara possiamo richiamare gli *sloka* 16, 17 e 18 nel capitolo 7 della *Bhagavad-Gītā*. Nel versetto 16 i devoti sono così classificati: 1) chi è immerso nella difficoltà e nella sofferenza e si rivolge a Dio per chiedere aiuto; 2) chi Lo cerca per la conoscenza, inferiore o superiore; 3) chi Lo cerca per ottenere soddisfazioni di vario genere in questo mondo, per il proprio piacere o la propria felicità; 4) quei saggi che Lo cercano per la Sua divinità in quanto tale, senza secondi fini. Questa classificazione si basa sulla dottrina indù dei *Guna* che non affronteremo in questa sede. Chiunque voglia approfondire l'argomento può leggere il discorso 14 della *Bhagavad-Gītā*.

Qui importa non tanto la classificazione dei devoti ma ciò che gli stadi inferiori della devozione rappresentano nella vita degli stessi. Infatti tutti noi dobbiamo iniziare dal livello più basso e risalire attraverso i vari gradi fino a quello più elevato, cui si fa riferimento nel secondo *sūtra*. Per lungo tempo dobbiamo permanere nello stadio inferiore di *Gaunī Bhakti* e dovremmo quindi cercare di comprenderlo e di utilizzarlo per aumentare l'intensità della nostra devozione e li-



berarla dalla macchia dell'egoismo. Nello *sloka* 18 del discorso 7 Shri Krishna non parla in modo sprezzante delle tre classi di devoti dello stadio inferiore; anzi li definisce nobili, ma naturalmente qualifica i devoti della quarta classe, ossia i saggi che Lo adorano per puro amore, come coloro che sono a lui più cari. Egli non ignorerà la chiamata di chi lo cerca per la conoscenza o di chi, nella propria afflizione, si rivolge a Lui per chiedere aiuto, nonché di chi non lo cerca né per la conoscenza né per il sollievo dalla sofferenza ma puramente per motivi egoistici. Osserviamo questa magnanimità, questa generosità di cuore, questo amore che va incontro non solo alla sofferenza degli afflitti ma anche al desiderio di chi vuole godere dei piaceri illusori di questo mondo. Considero quest'ultimo tipo di risposta come la più elevata e divina nella sua natura. Anche noi, benché accecati dall'illusione e dall'egoismo, possiamo commuoverci vedendo la sofferenza e la miseria, esaudendo in diversa misura una richiesta di aiuto, ma solo Dio, e chi sia simile a Lui, può rispondere a ogni sincera invocazione, indipendentemente dalla sua natura. Nessuno può essere escluso dal suo avvolgente e amorevole abbraccio. Come una madre non può opporre un diniego quando un figlio desidera un giocattolo o un cioccolatino, così Dio non può farlo quando un'anima parzialmente sviluppata desidera le cose di questo mondo per la propria soddisfazione e crescita. Stiamo quindi attenti a non disprezzare con ipocrisia chi ha un'anima giovane e necessita dei piaceri mondani per la propria crescita. Anche se non siamo in grado di esaudire le sue richieste di aiuto, possiamo adottare il giusto atteggiamento non pensando male di lui e non giudicandolo inferiore per questo motivo.

Dubitiamo forse che Dio risponda alla chiamata di qualunque persona, fornendole ciò che ella desidera? Non sappiamo forse che esiste una legge operante nel campo delle vicende umane che prima o poi fa sì che ciascuno abbia ciò cui aspira? Non è possibile avere immediatamente tutto ciò cui si anela, ma è possibile ottenerlo se si continua a volerlo, mettendoci l'impegno necessario. Siamo i figli dell'Altissimo e perciò la nostra volontà, anche nel caso in cui si esprima nell'illusione, sotto forma di desiderio, deve essere rispettata e, prima o poi, realizzata. Possiamo desiderare le cose sbagliate e soffrire di conseguenza ma ciò non ha importanza. Fa parte della nostra educazione



e, gradualmente, ci permette di aspirare alle cose giuste e, infine, non più alle cose ma a Lui, vera e unica Fonte di ogni felicità, che noi erroneamente cerchiamo attraverso le cose.

Qual è il vero significato di questi due *sūtra*, in base a quanto affermato da Shri Krishna nella *Bhagavad-Gītā* riguardo ai devoti che si rivolgono a Lui e Lo amano, pur con un secondo fine? Penso che ciò suggerisca chiaramente che dobbiamo imparare a rivolgerci a Lui per ciò che desideriamo, anche se inizialmente i nostri desideri sono dettati dall'egoismo. È volgendoci nella Sua direzione che noi compiamo il primo passo verso di Lui, non importa se Gli chiediamo di soddisfare i nostri desideri materiali. La semplice richiesta significa che abbiamo iniziato a fidarci di Lui e a dipendere da Lui. In questo atteggiamento risiede il grande segreto per sviluppare l'amore verso di Lui. Più confidiamo in Lui e dipendiamo da Lui, più il nostro sentimento cresce e più il nostro desiderio per ciò che è abituale si trasforma lentamente e costantemente nell'anelito per Colui che soddisfa i nostri bisogni. Un'alchimia divina caratterizza questo processo. Parleremo più dettagliatamente di ciò quando affronteremo il tema dei mezzi atti a sviluppare la devozione. Tra questi svolge un ruolo preminente *Ananyatā* o "la dipendenza da nient'altro che Lui", citata nel *sūtra* 10.



Capitolo 21

I mezzi per sviluppare la devozione

Gli aforismi che riguardano i mezzi per sviluppare la devozione sono presentati nei *Bhakti-Sūtra* di Narada in modo piuttosto casuale e non ordinato nelle diverse parti del testo; selezioneremo quindi quelli che trattano un aspetto particolare dell'argomento, e li analizzeremo, prima di passare all'esame degli altri ambiti.

10. *Tasmin ananyatā taci virodhṣu udāsīnatā ca* (n. 9).

La sincera devozione verso di Lui e l'indifferenza verso tutto ciò che è in conflitto con Lui.

11. *Anyāsrayānām tyāgaḥ ananyatā* (n. 10).

La sincera devozione verso di Lui significa la rinuncia a qualunque altro sostegno.

12. *Loka vedesu tad anukūlā aranam tad virodhisūdasīnatā* (n. 11).

L'indifferenza verso tutto ciò che è in conflitto con Lui indica una condotta corretta in accordo con gli obblighi sociali, morali e spirituali.

Questi tre aforismi (n. 9, 10, 11) mettono in luce due requisiti fondamentali per percorrere il cammino dell'amore. Il *sūtra* 10 li enumera mentre gli altri due ne indicano la natura generale. I due requisiti sono indicati dalle espressioni sanscrite *Ananyatā* e *Tad virodhisūdasīnatā*. Consideriamo innanzitutto il primo termine.

Ananyatā è stato tradotto come devozione sincera verso Dio e spiegato come la rinuncia a qualunque altro sostegno. Questo è il sen-

so generale così come viene compreso dalle persone comuni, ma chi desidera mettere in pratica questi modelli dovrebbe cercare di approfondire il significato della parola. Prendendo in considerazione l'accezione letterale del termine, così come le tradizioni e le pratiche prevalenti dei mistici e dei santi, penso che essa possa essere meglio espressa come "completa dipendenza da Dio per ogni cosa". Naturalmente ogni aspirante si troverà subito d'accordo con questo pio ideale e cercherà di applicarlo, per quanto possibile, nella propria esistenza. Ma il nocciolo di tutto il problema risiede negli aggettivi "completa" e "ogni". È facile fare affidamento su Dio tutte le volte che ciò risulta conveniente, ma è davvero difficile sviluppare un atteggiamento e un'abitudine mentale tali da dipendere da Lui completamente e per ogni cosa. Ecco perché questo potentissimo mezzo per lo sviluppo della devozione non porta alcun frutto in coloro che pensano di confidare in Dio senza tuttavia manifestare alcun cambiamento significativo nella loro vita e nella loro mente. Se si dipende da Dio quando ciò risulta comodo, continuando però a fare affidamento su se stessi o sugli altri per la maggior parte del tempo, non possiamo parlare di una vera dipendenza da Lui: si tratta solo di un espediente, volto a utilizzare Dio a proprio piacimento, esattamente come accade per qualunque altra persona e ciò non porta ad alcun risultato.

Naturalmente non è possibile sviluppare *Ananyatā* in modo immediato; è necessario un lento processo di crescita che implica la creazione di un circolo virtuoso. Quanto più si confida in Dio, dipendendo da Lui, tanto più prontamente e completamente Egli risponderà alla nostra fiducia e soddisferà tutti i nostri veri bisogni e necessità. E quando ci accorgiamo che i nostri reali bisogni vengono, a volte quasi miracolosamente, esauditi, ecco che la nostra fiducia nella sua generosità e nelle sue amorevoli cure cresce rapidamente. Inizia allora a sgorgare dal cuore quella vera devozione che si manifesta all'esterno come pura gioia e adorazione e che non richiede nulla in cambio, eccetto il desiderio di essere degni dell'amore e della tenera attenzione che Egli ci concede. Abbiamo già visto che si tratta di un lento processo: la sua rapidità dipende da noi e non da Lui, poiché Egli aspetta di donare tutto, persino se stesso, ma noi non siamo ancora degni di riceverlo. Considerando le limitazioni della natura umana,

occorre essere pazienti e perseveranti in questo sforzo, non perdere mai di vista l'ideale di una completa dipendenza, anche se il successo può non essere costante. Dovremmo prepararci a essere messi duramente alla prova per comprendere se la nostra fiducia sia realmente sincera e non rappresenti solo una pseudo-dipendenza, che evapora e si tramuta perfino in delusione e risentimento quando i nostri desideri e bisogni non vengono soddisfatti. Lui fa realmente il nostro bene e non quanto noi, nella nostra ignoranza, crediamo sia più vantaggioso.

Stiamo trattando solo del principio generale; il modo in cui sviluppare effettivamente *Ananyatā* è un problema personale che ogni individuo deve risolvere da sé. Nella vera vita spirituale, distinta da quella religiosa ordinaria, non possono esistere regole rigide da seguire macchinalmente e senza discernimento per ottenere il risultato desiderato. Dobbiamo dedicare tutto il nostro cuore a questa impresa, essere costantemente vigili, sperimentare diverse linee d'azione ed essere pronti ad accettare i fallimenti. Solo allora potremo riuscire a raggiungere il nostro obiettivo. Ma se perseveriamo sinceramente, il successo arriverà, perché viviamo in un contesto di leggi immutabili, tanto affidabili quanto quelle del mondo fisico e, cosa più importante, Colui che stiamo cercando supporta i nostri sforzi e desidera tale unione ancor più di noi. Ma sono necessarie sincerità e fede incrollabile; non serve a nulla agire in modo sconsiderato o trascurato, come siamo soliti fare. Il dubbio è il grande nemico del progresso spirituale, esso neutralizza ogni sforzo e mina in modo insidioso l'edificio della nostra vita spirituale. Il dubbio è un'arma utile e necessaria nella fase preliminare di indagine. Ma occorre considerare tutte queste cose, ponderarle, sottoporle alla prova dei fatti, per giungere poi a conclusioni e convinzioni definitive, a ciò che è stato chiamato, in un capitolo precedente, *Nishchaya*. Se i nostri sforzi hanno successo e se il nostro desiderio di percorrere questo Sentiero è sincero, dobbiamo pregare e purificare le nostre menti, per prepararle alla luce di *Buddhi*, poiché la vera fede non è altro che l'irradiazione della mente inferiore tramite la luce di *Buddhi* che dona certezza e fiducia riflettendo parzialmente le realtà della vita interiore nella nostra mente.

Quando decidiamo di intraprendere il Cammino, dobbiamo scacciare completamente il dubbio dalla nostra mente e non continuare



a nutrirlo basandoci sulla falsa idea che sia un bene per noi, nonché un segno di intellettualismo. In realtà esso mostra in modo semplice che la nostra mente non è irradiata dalla luce di *Buddhi*; quindi essa vacilla costantemente in mezzo a una ridda di idee e linee d'azione, senza saper decidere quale sia quella corretta e appropriata. Se non crediamo in questo, convinti che il dubbio sia parte necessaria del nostro progresso nella vita spirituale, temo che per il momento non troveremo spazio in questo ambito di impegno divino. Il nostro posto sarà tra i cosiddetti intellettuali dell'era moderna, che si ritengono all'avanguardia della civiltà solo perché non credono in nulla e insistono sul loro diritto a dubitare di qualsiasi cosa.

Ascoltiamo le parole di Shri Krishna nella *Bhagavad-Gītā* in relazione al sé dubbioso e all'uomo che possiede il vero *Shraddhā*:

“Ma il sé ignorante, senza fede e dubbioso si avvia verso la distruzione; né questo mondo né quello dell'aldilà e neppure la felicità ordinaria esistono per il sé che dubita” (IV-40).

“L'uomo ricco di fede ottiene la saggezza, così come colui che esercita il dominio dei sensi; e avendo ottenuto la saggezza, egli si dirige rapidamente verso la Pace Suprema” (IV-39).

Queste affermazioni inequivocabili mettono a tacere per sempre le perplessità degli scettici incalliti in merito alla saggezza e alla necessità di dubitare di ciò che riguarda la vita superiore.

Sebbene l'abitudine al dubbio colpisca in misura particolarmente elevata alcuni, tutti noi, in una certa misura, siamo soggetti a titubanze che si annidano nella nostra mente in modo prevalentemente inconscio. Sono queste a impedirci di seguire sinceramente e senza incertezze le istruzioni dei grandi Maestri e di mettere alla prova i metodi che si sono rivelati utili per lo sviluppo della nostra natura spirituale. Accettiamo ciò a livello mentale ma non con tutto il cuore. Esistono riserve mentali di cui non siamo coscienti. Il fatto stesso di non voler mettere seriamente alla prova tali insegnamenti dimostra la presenza di esitazioni latenti.

Occorre comprendere come sprechiamo alcuni dei più grandi doni che la vita ha in serbo per noi, quando rifiutiamo di provare questi metodi ben collaudati e sperimentati con successo! A tal proposito è utile citare la storia di due inglesi, uno dei quali credeva molto nello



scetticismo delle persone, mentre l'altro non vi dava alcun peso. I due fecero una scommessa. Quello che aveva una fede assoluta nella tendenza a dubitare propria dell'uomo comune disse: "Starò per quindici minuti sul ponte del Tamigi con cento sovrane d'oro su un piatto e cercherò di venderle per uno scellino ciascuna a chiunque sarà disposto ad acquistarle. Se venderò anche una sola sovrana, avrai vinto. In caso contrario avrai perso". Si posizionò sul ponte, come concordato. La gente passava, trovava la proposta molto divertente, ma si credeva troppo intelligente per lasciarsi ingannare. Doveva esserci un trucco da qualche parte, pensava. Quindi nessuna sovrana fu acquistata nonostante un'offerta sincera.

Noi per lo più ci comportiamo come quelle persone sul ponte. I grandi Maestri dell'umanità, i santi e i saggi che hanno percorso il Sentiero e raggiunto la meta ci offrono le preziose verità della vita spirituale in modo del tutto sincero, ma noi non li prendiamo sul serio. Essi ci ricordano che nei nostri cuori è nascosta una meravigliosa Realtà, che può essere realizzata se manteniamo l'impegno necessario e siamo disposti a sacrificare i piaceri illusori presenti per raggiungere la Vita Eterna che è in serbo per noi. Noi invece rendiamo loro un omaggio formale, senza fare nulla, oppure rispondendo con scarsa convinzione. Perché? A causa delle perplessità nascoste in qualche angolo della nostra mente. In molti casi il motivo principale è quello di non essere ancora pronti per questo glorioso destino che ci attende, ma l'impreparazione si esprime anche attraverso il dubbio. Nulla protegge tanto efficacemente una verità, rendendola inaccessibile alle persone, quanto lo scetticismo. Per questo motivo uno dei Maestri ha affermato che la migliore salvaguardia contro l'uso improprio della conoscenza e dei poteri occulti è lo scetticismo delle persone che potrebbero abusarne. Ecco perché non gradiscono che tutti accettino le verità occulte.

Ānanyatā è una di quelle verità preziose che offrono enormi potenzialità nello sviluppo della devozione. Ma quante persone la prenderanno sul serio, sperimentandola con mente aperta?

Passiamo ora al secondo requisito accennato nel terzo *sūtra*. Nella forma in cui è presentato sembra che esso si applichi solo agli indù, i quali considerano i *Veda* un'autorità per ciò che riguarda le questio-



ni legate alla vita religiosa. Lì si ritiene basati sulla rivelazione e che costituiscano le scritture degli indù ortodossi. Essi contengono, nelle loro diverse parti insegnamenti adatti a tutti gli stadi dello sviluppo umano, dal più alto al più basso. Vi sono presenti rituali destinati a chi desidera le gioie di questo mondo o di quello paradisiaco, nonché l'insegnamento delle *Upanishad*, rivolto a chi ha compreso la natura illusoria di entrambi i mondi ed è pronto a intraprendere l'arduo compito di scoprire l'eterna Verità della Realtà nascosta dentro se stesso. Ognuno è davvero libero di scegliere il percorso più confacente, benché l'ortodossia cerchi di imporre restrizioni di vario genere, ma che nessuno considera più seriamente.

Se si esamina attentamente il *sūtra* e lo si spoglia dell'abito esteriore del pensiero e della tradizione indù, si scoprirà che esso non impone né più né meno che una vita retta, considerando quest'ultimo termine nel suo senso più ampio e universale. "Retto" deriva da "corretto" e la rettitudine indica una vita vissuta in modo fermo e scrupoloso su ciò che, nel profondo del cuore, sappiamo essere giusto e non influenzato dai veli dei nostri desideri. È possibile che questo termine sia in qualche modo collegato alla misteriosa parola sanscrita "*Rita*", usata nella religione e nella filosofia indù, ove denota l'ordine morale dinamico alla base dell'universo e secondo il quale esso si dispiega nel regno dello spazio e del tempo. *Rita* è quella Legge nascosta dello sviluppo divino, radicata nell'Ideazione e nella Volontà Divina, che determina l'intrinseca rettitudine di ogni azione e di ogni movimento, in qualunque momento del tempo e dello spazio, nei suoi aspetti individuali e collettivi. Se qualcosa è in armonia con *Rita*, essa è giusta; se non lo è, allora è errata.

Non approfondiremo l'aspetto filosofico della rettitudine, ma la considereremo dal punto di vista pratico come qualità necessaria per tutti coloro che percorrono il Sentiero verso la Perfezione e la Liberazione.

Anche se decidiamo di organizzare la nostra vita e la nostra condotta secondo i dettami della rettitudine, come possiamo stabilire cosa sia giusto in ciascuna circostanza? Non esistono regole meccaniche in grado di guidarci; soltanto la luce di *Buddhi* è capace di riflettere nella mente la coscienza spirituale in contatto con *Rita*. La capacità di



distinguere ciò che è giusto attraverso la luce di *Buddhi* può derivare solo da una salda abitudine a fare scrupolosamente ciò che è appropriato a tutti i costi, qualunque disagio o perdita ne derivi al momento. Anche in questo caso si innesca un circolo virtuoso. Quanto più conformiamo la nostra vita a ciò che consideriamo giusto, tanto più correttamente e facilmente possiamo vedere ciò che lo è; e quanto più siamo in grado di vedere correttamente ciò che è giusto alla luce di *Buddhi*, tanto più semplice sarà per noi tradurre tale percezione in azione corretta. Questo è l'unico modo in cui la vera rettitudine può essere acquisita e integrata nella nostra natura, permettendoci di procedere senza difficoltà, senza esitazione e anche senza sforzo. Naturalmente all'inizio possiamo e dobbiamo seguire alcune regole precise, dal momento che esistono alcune linee di condotta sempre corrette e altre che sono sbagliate in ogni circostanza. Questo tipo di disciplina purifica la nostra mente e consente alla luce di *Buddhi* di irradiarla in una certa misura; negli stadi successivi e più elevati occorre però affidarci alla nostra intuizione.

Una vita retta è condizione essenziale per l'aspirante che intenda seriamente sviluppare la propria natura spirituale, sia nel *Bhakti-Marga*, sia lungo il sentiero del *Rāja Yoga*. Tale importanza deriva da diversi fattori che meritano di essere qui riepilogati. Innanzitutto, la rettitudine garantisce la nostra sicurezza, soprattutto negli stadi più elevati, quando i poteri iniziano ad apparire come risultato del raggiungimento degli stati di coscienza superiori ed esiste la possibilità di un loro uso improprio per i nostri fini personali. Inoltre essa è l'unica ad assicurare l'assenza di un conflitto interiore che disturbi costantemente la mente, rendendone impossibile la tranquillità e l'armonia. In terzo luogo, senza rettitudine non è possibile disporre la mente all'influenza e all'illuminazione della luce di *Buddhi*. Infine è solo attraverso una mente basata su un'esistenza proba che la Vita e la Coscienza Divina possono funzionare. Come può un'esistenza iniqua mescolarsi con la Vita pura e trascendente di Dio e come può Egli discendere nel nostro cuore se non abbiamo preparato quest'ultimo ad accoglierLo rendendolo completamente puro? Scopriremo che è contro lo scoglio dell'iniquità che generalmente vanno a infrangersi le vite di molti occultisti o mistici in erba.



13. *Yah karma-phalam tyajati karmāni samnyasyati tato nirdvandvo bhavati* (n. 48).

Chi rinuncia ai frutti delle proprie azioni, chi dedica tutte le azioni a Dio (o chi in ogni cosa fa la Volontà di Dio) è davvero libero dall'influenza delle coppie degli opposti.

Questo è un altro *sūtra* di fondamentale importanza, che dovremmo cercare di comprendere a fondo, perché ci indica come agire, pur rimanendo liberi dagli effetti karmici. Shri Krishna ha sottolineato nella *Bhagavad-Gītā* che nessuno può restare inattivo, neppure per un istante, considerando l'azione nel suo senso più ampio, che include non solo le nostre attività fisiche ma anche i nostri desideri e pensieri. È altrettanto vero che qualunque tipo di azione ci vincola producendo *karma*, ovvero tendenze o potenzialità di realizzazione dei nostri desideri in futuro. Tutte queste realtà creano costantemente legami. È nostro dovere esaurire ogni tipo di *karma*, affrontare le esperienze rese necessarie dai nostri desideri ed eradicare le tendenze sviluppate ma, in questo passaggio attraverso nuove esperienze ulteriori, vengono a crearsi ulteriori *karma*, tendenze e desideri. Un tale processo sembra dunque essere senza fine, una sorta di circolo vizioso che ci lega alla ruota delle nascite e delle morti e a tutte le illusioni e le limitazioni che ne fanno parte. Non è quindi possibile trovare una via d'uscita? Sì, è possibile e la via è indicata nel versetto di cui ci stiamo occupando. Il metodo in esso illustrato non solo ci libera dall'effetto vincolante delle nostre azioni ma sviluppa altresì la nostra devozione, rendendoci strumento cosciente della Vita Divina. E, incidentalmente, ci libera dall'influenza delle coppie di opposti che causano una costante agitazione nella nostra mente. Esaminiamo questi aspetti un po' più nel dettaglio e cerchiamo di coglierne il significato interiore. Ciò di cui ci occupiamo realmente in questo *sūtra* è il *Karma Yōga*, una preparazione e una base indispensabili per tutti i sistemi avanzati di Yoga. Se non apprendiamo le tecniche che ci permettono di agire senza produrre *karma* – che ci lega costantemente a una serie di cause ed effetti – come possiamo sperare di ottenere la Liberazione? È solo quando avremo appreso questa tecnica e cesseremo di creare nuovo *karma* per



il futuro che si aprirà la strada alla possibilità di esaurire quello passato in preparazione alla Liberazione. Il *Karma Yoga* è stato ampiamente trattato nella *Bhagavad-Gītā*, ma consideriamo ora in breve alcuni dei suoi tratti salienti.

Il primo aspetto riguarda la necessità di apprendere la tecnica del *Nishkāma-Karma*, cioè l'azione eseguita in modo tale da non lasciare alcun effetto karmico per il futuro e da non legarci ai mondi inferiori dell'illusione e delle limitazioni. Il termine *kāma*, come tutti sappiamo, indica i desideri che possono essere soddisfatti solo nei tre mondi più bassi in cui opera la personalità; *Nishkāma-Karma* è quindi un'azione non associata a tali desideri. Ovviamente, quando agiamo spinti da un desiderio personale di natura inferiore, è sbagliata solo la motivazione, la quale produce gli effetti che ci vincolano nel futuro. La causa dell'effetto vincolante non è la semplice presenza di una ragione dietro l'azione ma il fatto che essa produca *karma* che può essere elaborato solo nei mondi inferiori. Naturalmente, non è possibile compiere qualcosa senza alcuna motivazione, ma è possibile sostituire la ragione inferiore che produce tali risultati indesiderabili con una motivazione superiore che invece non li genera. Ciò può essere compiuto e avviene quando si apprende la tecnica del *Nishkāma-Karma*. Quest'ultima quindi non è un'azione senza motivo e neppure priva di desiderio, come molti erroneamente ritengono, bensì un'azione libera dai desideri *inferiori* della personalità, ossia quelli che possono essere soddisfatti solo nei mondi più bassi. Devono necessariamente esistere un motivo e un desiderio alla base di ogni azione, ma occorre che siano, potremmo dire, di natura spirituale. Consideriamo questi aforismi de *La Luce sul Sentiero*:

1. Uccidi l'ambizione.
2. Uccidi il desiderio di vivere.
3. Uccidi il desiderio del benessere.
4. Uccidi ogni senso di separatività.
5. Uccidi il desiderio di sensazione.
6. Uccidi la sete di crescere.

Seguono:

1. Desidera solo ciò che è dentro di te.

2. Desidera solo ciò che è al di sopra di te.
3. Desidera solo ciò che è irraggiungibile.
4. Desidera il potere con ardore.
5. Desidera la pace con fervore.
6. Desidera il possesso sopra ogni cosa.

Il primo gruppo di desideri appartiene alla personalità mentre il secondo è proprio dell'Individualità spirituale o del Sé Superiore. Quindi non tutti i desideri devono essere eliminati, ma solo quelli di natura inferiore. Si potrebbe perfino aspirare a potere e a beni materiali, ma questi devono riguardare l'Anima pura o il Sé Superiore.

Quale desiderio dunque deve prendere il posto di quelli personali inferiori che stanno generalmente alla base delle nostre azioni, al fine di distruggere la loro potenzialità di produrre *karma* indesiderabili per il futuro? La risposta contenuta nella *Bhagavad-Gītā*, destinata a coloro che percorrono il Sentiero della Devozione, è abbastanza chiara: dedicare tutte le azioni a Dio o, in altre parole, porle tutte al Suo servizio o come offerta a Lui. Questo cambiamento nella motivazione elimina la potenzialità dell'azione di produrre *karma* personale inferiore. Ma non è tutto. Esso introduce un'altra potente conseguenza che aiuta il devoto nel suo progredire verso l'obiettivo dell'unione con l'Amato. Pensate all'effetto derivante dal presentare tutte le vostre azioni ai piedi di loto del vostro Signore. Quando offriamo un fiore o una preghiera con sincerità, il nostro cuore immediatamente si innalza e la devozione sgorga nel cuore in misura minore o maggiore in base al nostro atteggiamento. Ma l'offerta di tutte le nostre azioni durante il giorno può trasformarsi in un perpetuo stato di adorazione capace in risposta di far discendere la Sua grazia, permettendo alla nostra devozione di crescere a dismisura. Molte persone concepiscono il *Nishkāma-Karma*, privato delle sue motivazioni personali, come un arido e triste adempimento del dovere e, conseguentemente, lo rifuggono. Esse non si rendono conto che per il vero devoto si tratta di un'offerta gioiosa della propria vita ai piedi del Signore. È una perpetua celebrazione d'amore, laddove nel nostro cuore vi sia un sentimento sincero. Esso elimina dalla nostra vita l'apatia, la frustrazione, l'ottusità di cui soffre la maggior parte delle persone: possiamo svolgere anche il lavoro più

noioso e sgradevole con cuore lieto, quando sentiamo che lo stiamo facendo per Lui.

Proseguendo e perfezionando la tecnica di *Nishkāma-Karma*, ci si accorgerà di un cambiamento molto sottile, quello di divenire strumenti della Sua vita e del Suo amore in misura sempre maggiore. Si scoprirà che, attraverso il nostro essere, si diffondono la Sua potenza, il Suo amore, il Suo aiuto verso coloro tra cui e per cui stiamo operando, e ciò *indipendentemente da noi*. Diverremo un semplice canale, attraverso il quale scorrono la Sua vita e il Suo amore, a uno stadio ancora più elevato, capiremo che è Lui a risiedere nel nostro cuore, da dove dirige tutte le nostre azioni. In realtà ciò è sempre avvenuto ma, a causa dell'egoismo e della falsa idea di essere gli unici protagonisti, non ce ne siamo accorti, ostacolando in ogni modo la Sua strada e frenando il fluire del Suo potere e del Suo amore. Ma, una volta consapevoli di tutto ciò, è possibile affidarsi completamente a una tale direzione, fluendo dall'interno. Ora è Lui a governare e siamo ben lieti di essere il Suo strumento. Questo è il compimento del *Karma Yōga*.

14. *Tat tu visaya-tyāgāt sanga-tyāgāt ca* (n. 35).

La devozione si sviluppa attraverso la rinuncia agli oggetti e all'attaccamento a questi.

Il *sūtra* sottolinea la necessità di liberare le nostre menti dagli attaccamenti a tutti i tipi di oggetti nel mondo. Questa condizione preoccupa e addirittura allarma molti aspiranti, perché sembra implicare la rinuncia alle cose care e considerate necessarie per il proprio conforto o piacere. È senza dubbio vero che una mente legata a miriadi di oggetti, a causa di questi vincoli interiori, difficilmente si troverà in condizione di essere usata come strumento nella divina avventura dell'autoscoperta. Tali legami genereranno una costante e forte tendenza verso il basso, tenendo la mente inchiodata al mondo inferiore, nonostante l'aspirazione e il desiderio di superarne i limiti.

Ma è importante avere ben chiaro ciò che dobbiamo realizzare e adottare i mezzi adeguati per raggiungere il nostro scopo. L'attaccamento della mente al mondo inferiore dipende dal numero di oggetti da cui la persona è circondata e ai quali è legata? Una persona che



possiede cento dimostra necessariamente più attaccamento di una che possiede solo dieci? E un mendicante che non ha nulla, è senza attaccamenti? Ovviamente no. Ne consegue quindi che la nostra affezione a questo mondo non dipende dall'entità di ciò che abbiamo, ma dal nostro atteggiamento e dal funzionamento della facoltà discriminante, dalla capacità di vedere il mondo e i suoi problemi nella giusta prospettiva, senza le illusioni con le quali il desiderio avvolge le nostre cose e le nostre attività mondane. Il fattore più importante è rappresentato dallo stato d'animo e non dall'ambiente e da ciò che esso contiene. Vero è che, se il nostro discernimento fosse adeguatamente sviluppato, non ci circondaremmo di ogni sorta di oggetti inutili che comportano uno spreco di tempo ed energia, prima nell'acquisirli e poi nel conservarli. A volte il *karma* ci mette nelle condizioni di ricevere cose in modo naturale e talvolta scollegato dal nostro operato; oppure il nostro lavoro potrebbe richiedere l'uso di molti beni che ad altre persone parrebbero inutili. Spogliarci di tali oggetti con l'idea che questo annulli il nostro attaccamento è una falsa speranza. Se non regna l'amore nel nostro cuore e la nostra facoltà di discernimento non è stata risvegliata, non trarremo alcun vantaggio dal condurre la vita di un fachim. I nostri desideri, prima o poi, ci costringeranno nuovamente a tornare nel mondo che pensavamo di aver abbandonato. Ho visto persone vivere per anni nelle caverne dell'Himalaya e tornare poi povere e miserabili come prima. Tali aspetti esteriori sono del tutto marginali; ciò che conta è l'amore nel nostro cuore, il discernimento che sa riconoscere con chiarezza le illusioni della vita e ci permette di essere determinati nel superarle. Quando la luce del discernimento risplende attraverso le nostre menti e l'amore del Divino riempie i nostri cuori, il modo in cui viviamo e ciò che possediamo nel mondo fisico non hanno importanza. Ci considereremo semplicemente degli amministratori per il nostro Signore, pronti a lasciare tutto ogniquale volta le circostanze lo renderanno necessario o desiderabile.

Quindi è fondamentale acquisire la giusta attitudine e sviluppare un non-attaccamento interiore, capace di abbracciare ogni cosa, basato su un acuto senso di discernimento e su una ricchezza interiore che non necessita di nulla all'esterno per la propria soddisfazione.



Non intendo affermare che non ci si debba sbarazzare di alcune cose, al fine di alleggerirci e di sviluppare l'atteggiamento corretto. Possiamo farlo, se ci è d'aiuto, ma bisogna mantenere la mente fissa sugli atteggiamenti e sugli stati mentali interiori, evitando di affidarci ai cambiamenti relativi all'ambiente e alle specifiche modalità di esistenza che adottiamo nel mondo esterno. Basta solo guardarsi intorno e trarre insegnamento da ciò che accade alla vita delle persone che ripongono la propria fiducia in tali aspetti esteriori per rendersi conto, quando ormai è troppo tardi, che queste cose non contano affatto. In realtà tali comportamenti a volte generano un falso senso di sicurezza e persino di orgoglio, infiacchendo la vita spirituale.

È altresì necessario, in questo contesto, considerare l'amore verso coloro che ci sono vicini e cari. Tale sentimento, se non è associato al discernimento, può costituire una prigionia, perché esercita generalmente un'attrazione molto più viva e può legarci più saldamente ai mondi inferiori. Come comportarci verso queste forme di amore, sviluppate nel corso della nostra evoluzione a seguito della ripetuta associazione con diverse anime? Dovremmo eliminarle, come sostengono molti pseudo-studiosi del *Vedānta*? Si tratta di un problema arduo: come preservare e sviluppare i germi dell'Amore nelle nostre relazioni personali, senza tuttavia permettere che si trasformino in catene? È attraverso queste relazioni che si è sviluppata la nostra capacità di amare ed eliminarle sarebbe come compiere un passo indietro, che ci renderà meno sensibili e meno atti a percorrere il Sentiero verso la Liberazione. Eppure ciò è quanto molte persone in India si sforzano di fare, sotto l'ispirazione e la guida dei loro *Guru*, divenendo così dure di cuore e indifferenti alla sofferenza e alle richieste di affetto degli esseri umani.

Anche qui la chiave risiede nella facoltà di discernimento. Dobbiamo amare, ma dobbiamo farlo saggiamente. Ciò che è sbagliato non è l'amore in sé ma l'attaccamento alla personalità in una misura tale da influenzare la libertà della nostra mente e condizionare il nostro giudizio. Dobbiamo quindi modificare il nostro atteggiamento verso le persone che amiamo, in modo tale da preservare intatto il sentimento dell'amore, senza tuttavia permettere che divenga un ostacolo. Questo è difficile, come lo sono tutti i cambiamenti che richiedono

l'uso della nostra intelligenza. È molto più facile, nello sviluppo del non-attaccamento, eliminare tutti i rapporti, divenendo duri e insensibili. Ma così facendo “gettiamo il bambino con l'acqua sporca” per davvero e corriamo il rischio di allontanarci gradualmente dalla Via della Mano Destra.

Non esiste in realtà una soluzione efficace e permanente a questo problema se non lo sviluppo di quella consapevolezza della nostra unità con la Vita Divina, che ci consente di vedere Dio in ogni cosa e ogni cosa in Dio. Nel momento in cui, come risultato di tale consapevolezza, il vero Amore nasce nel nostro cuore, tutte le relazioni sentimentali di minore importanza si collocano al giusto posto, venendo concepite e percepite sullo sfondo di un Amore più grande. Un giorno un discepolo chiese al Buddha se il *Tathāgata* amasse ancora il proprio figlio. Egli rispose affermativamente e, poiché il discepolo appariva un po' confuso, aggiunse: “L'Amore maggiore contiene quello minore”. Esiste un segreto per amare saggiamente: vedere tutti gli amori terreni, anche quelli personali, come riflessi dell'Amore onnicomprensivo che lega insieme le creature viventi. Concentriamo quindi tutti i nostri sforzi sullo sviluppo di quell'Amore più grande. Quando riusciremo a farlo, anche in misura limitata, il problema dei nostri legami sentimentali personali sarà superato, automaticamente e naturalmente.

Capitolo 22

Samādhi, la tecnica essenziale dello Yoga

Lo *Yogasūtra* di Patanjali contiene 196 *sūtra* o aforismi, suddivisi in quattro capitoli. Il primo riguarda la natura dello Yoga in generale e la sua tecnica essenziale, *Samādhi*, trattata in questa parte, anche se di difficile comprensione. Il secondo affronta il problema dei limiti, delle illusioni e delle conseguenti miserie della condizione umana e della filosofia dei *Klesha*, la quale traccia le linee generali per liberare l'anima umana da tali afflizioni. Esso spiega inoltre la preparazione preliminare alla pratica di una vita yogica e le prime cinque tecniche, tra le otto in cui è suddiviso il sistema di Patanjali. Il capitolo, nel suo insieme, espone quindi la filosofia di base e le pratiche preliminari che devono essere padroneggiate prima che il *Sādhaka* sia in grado di affrontare la mente stessa in modo serio ed efficace; questo è quindi il capitolo più importante per il principiante. Il terzo esamina le pratiche puramente mentali che culminano nel *Samādhi* e i risultati raggiungibili attraverso un loro corretto impiego. Questi ultimi includono non solo i poteri psichici dello Yoga, chiamati in sanscrito *Siddhi*, ma anche la liberazione definitiva della coscienza dalle limitazioni e dalle illusioni della mente, che conduce a *Kaivalya*. L'ultimo capitolo tratta, in modo generale, della filosofia e della psicologia dello Yoga, nonché delle fasi finali della tecnica yogica, che conducono all'autorealizzazione o *Kaivalya*. Il testo si occupa dunque di un campo molto vasto, che riguarda tutti i problemi che si presentano nell'autoscoperta e nell'autorealizzazione per mezzo del *Rāja Yoga*. L'argomento viene presentato sotto forma di *sūtra*, quindi la vera conoscenza deve essere



estratta in modo graduale dalla propria mente, con un uso attento del pensiero e della riflessione. Ma l'argomento è così affascinante e importante per l'aspirante che questo lavoro alla fine ripaga.

Occorre ricordare che la tecnica del *Rāja Yoga* riguarda gli ultimi stadi autodiretti dell'evoluzione umana, i quali trovano il loro compimento nella liberazione o nella trascendenza da tutte le limitazioni e le illusioni umane. Non possiamo quindi aspettarci che lo studio teorico di questa tecnica e la sua applicazione pratica siano agevoli. Ma per coloro il cui discernimento spirituale sia stato sviluppato, anche solo parzialmente, essa fornisce un mezzo efficace e ben collaudato per liberarsi dai limiti e dalla sofferenza, non solo per questa vita ma per tutti i tempi a venire. Benché l'aspirante non sia immediatamente in grado di mettere in pratica tale tecnica nel suo complesso, dal momento che essa fornisce un'idea generale di tutti i suoi aspetti e di tutte le sue fasi, egli dovrebbe padroneggiarla compiutamente almeno teoricamente, cercando di ampliarne l'applicazione pratica via via che l'interesse per l'argomento cresce e le sue capacità aumentano. Questa è la Via Regia verso la nostra vera Dimora, dovremmo conoscerla almeno in linea teorica, anche se siamo propensi a indugiare lungo la strada e abbiamo ancora un impegnativo cammino da percorrere.

Poiché lo scopo di questo libro è semplicemente quello di fornire delle indicazioni sull'argomento, sceglieremo i *sūtra* più significativi, atti a chiarire gli aspetti importanti del *Rāja Yoga*. Ne *La Scienza dello Yoga* vengono esposti in modo sistematico tutti i versetti e chi desidera approfondire l'argomento può consultare questo o qualsiasi altro testo che tratti degli *Yogasūtra* di Patanjali.

Il primo da considerare è il noto *sūtra* del capitolo 2 che definisce la tecnica dello Yoga con la frase: "*Yogas' citta-vrtti nirodhah*" (I-2), "lo Yoga è l'inibizione delle modificazioni della mente".

Nel commento de *La Scienza dello Yoga* si è cercato di spiegare il senso di queste quattro parole ma è possibile comprenderle realmente solo dopo una completa conoscenza dell'intero libro, della tecnica dello Yoga nel suo insieme. Un principiante dovrebbe quindi accontentarsi di comprendere il significato generale del versetto, senza preoccuparsi eccessivamente di quello più profondo, almeno finché non avrà completato la lettura del testo.



Un esempio scientifico forse ci fornirà un'idea più chiara sul significato del *sūtra*. Supponiamo di disporre di un serbatoio di vetro pieno d'acqua limpida. Sospesa nel liquido vi è una lampadina elettrica accesa, con una potenza di mille candele, e nella parte a noi non visibile vi è una piccola turbina azionata da un motore elettrico in grado di muovere l'acqua a diverse velocità. Vedremo chiaramente la lampadina accesa finché l'acqua sarà perfettamente ferma e, in queste condizioni, l'acqua non sarà visibile. Avviando il motore e lasciando che l'acqua venga agitata a velocità crescente, cosa accadrà? All'inizio la lampadina non verrà percepita per come è realmente, bensì in una forma distorta. Quanto maggiore è il moto, tanto più distorta apparirà la lampadina; allo stesso tempo l'acqua, inizialmente invisibile e incapace di assimilare la luce prodotta dalla lampadina, comincia ad assorbirla, migliorando la propria visibilità. Aumentando la velocità, il movimento si propaga e nel liquido iniziano ad apparire dei motivi, che si formano e si dissolvono in rapida successione. Questi sono visibili, però non brillano di luce propria ma di quella riflessa dalla lampadina. Se la velocità del motore aumenta ulteriormente, i motivi divengono così numerosi e densi da nascondere completamente alla vista la lampadina stessa. Invertiamo ora il processo, riducendo gradualmente la velocità del motore e lasciando che il movimento si plachi lentamente. I motivi divengono meno densi, la lampadina inizia a distinguersi, anche se in forma distorta. Quando il motore si ferma, la visibilità della lampadina aumenta progressivamente. Quando l'acqua ha raggiunto nuovamente la perfetta quiete, la lampadina viene vista senza distorsioni, i motivi scompaiono e il liquido diviene ancora una volta invisibile. L'intero processo è stato invertito e ci ritroviamo nella condizione iniziale.

Possiamo subito osservare la straordinaria corrispondenza di questo fenomeno con il processo di offuscamento della Realtà determinato dai turbamenti e dalle distorsioni della nostra mente, avendo anche un indizio sul metodo attraverso il quale ridurre tali oscuramenti per riacquisire la consapevolezza della Realtà presente in noi. Ma sarà forse necessario chiarire alcuni aspetti.

Il primo punto da notare è che sono le agitazioni, le alterazioni e le modificazioni ordinarie della mente, chiamate *Citta-Vrtti*, che oscu-

rano la Realtà, nascondendoci la nostra vera natura divina. Quando queste vengono rimosse, con diversi metodi capaci di rendere la mente completamente pura, calma e priva di distorsioni, quest'ultima diviene, per così dire, trasparente, permettendoci di percepire la Realtà che sta già splendendo al centro della nostra coscienza. Nello Yoga le agitazioni e le modificazioni della mente, caratterizzate da diversi gradi di sottigliezza, vengono progressivamente ridotte fino a rendere la mente simile all'acqua chiara, trasparente e immobile all'interno di un recipiente. Questo è lo stato di autorealizzazione. Sebbene in linea di principio questo processo, volto a renderci consapevoli della Realtà sottostante, appaia abbastanza semplice, nella pratica non lo è, a causa delle forti sollecitazioni del presente, degli impulsi provenienti dal passato, delle impressioni che si manifestano sotto forma di *karma* e della lenta trasformazione dei veicoli. Perciò è necessario un lungo periodo di disciplina e di pratica delle tecniche yogiche, dato che l'obiettivo non può essere raggiunto attraverso metodi comodi ed eccessivamente semplificati, come quelli che a volte vengono proposti. I risultati sono certi ma dobbiamo essere pronti a pagarne il prezzo sotto forma di impegno e sacrifici.

Il secondo punto da notare è che la mente risplende della luce della Realtà e non è autoilluminata. La Realtà è simile al Sole, mentre la mente è come la luna. È la capacità di assorbire la luce della Realtà celata al suo interno che conferisce alla mente il senso della realtà che percepiamo vivendo nel nostro mondo individuale, composto da immagini mentali. Esso sarebbe un mondo morto se dietro non ci fossero la luce e la vita della Realtà, capaci di illuminarlo ed energizzarlo.

Dovremmo però ricordare che la coscienza della Monade viene assimilata e scompare nelle modificazioni della mente solo all'interno del regno della manifestazione. Sul proprio piano essa rimane autocosciente, appunto come la lampadina accesa mantiene il proprio splendore anche quando, nello stato agitato dell'acqua, la sua luce scompare parzialmente, impedendone la visione dall'esterno.

Parleremo ora della tecnica specifica impiegata nello Yoga per lo svelamento della Realtà nascosta nella nostra mente. Essa è chiamata *Samādhi* e rappresenta il cuore e l'essenza dello Yoga. Tutte le altre attività impiegate in questa disciplina hanno una natura preparatoria

e sono funzionali alla tecnica del *Samādhi*.

Questo termine sanscrito indica lo stato di meditazione più elevato in cui esiste solo la coscienza dell'oggetto della meditazione e non della mente stessa. Si tratta dell'apice della meditazione su un oggetto, la cui realtà deve essere compresa direttamente, ed è preceduto da altri due stadi chiamati *Dhāranā* e *Dhyāna*. Lo Yogī inizia con la pratica di *Dhāranā* o concentrazione. Una volta divenuta perfetta, questa viene trasformata in *Dhyāna* o contemplazione e, quando anche quest'ultima è compiuta, essa diviene *Samādhi* o estasi. Le tre pratiche quindi costituiscono un processo ininterrotto, caratterizzato da una profondità di concentrazione crescente, come definito nei *sūtra* 1, 2 e 3 del capitolo III e riportati di seguito:

Des'a-bandhas cittasya dhāranā (III-1)

La concentrazione è il confinare la mente entro un'area mentale limitata [definita dall'oggetto della concentrazione].

Tatra pratyayaikatānatā dhyānam (III-2)

Il flusso ininterrotto [della mente] verso l'oggetto [scelto per la meditazione] è contemplazione.

Tad evārthamātra-nirbhāsam svarūpa-sūnyam iva samādhīh (III-3)

Lo stesso [stato di contemplazione] in cui vi è coscienza solo dell'oggetto di meditazione e la coscienza della mente di se stessa è scomparsa, è *Samādhi*.

La differenza fra i tre stati progressivi di meditazione e la modalità attraverso cui uno stato conduce all'altro possono essere colte prestando attenzione al commento ne *La Scienza dello Yoga*. Ciò che ci interessa in questa sede è solo la natura essenziale di *Samādhi* ed è necessario iniziare con il *sūtra* 41 del Capitolo I riportato di seguito: “*Ksina-vrtter abhijātsyeva maner grahītr-grahana-grāhyesu tatstha-tadañjanatā samāpatih*” (I-41), “In chi le *Citta-Vrtti* o modificazioni mentali sono state quasi annientate si verifica la fusione o l'intero assorbimento l'uno nell'altro del conoscitore, della conoscenza e del conosciuto, come nel caso di un gioiello trasparente [poggiato su una superficie colorata]”.



Questo versetto, piuttosto enigmatico, illustra lo stato di *Samādhi* in modo molto efficace attraverso un facile esempio. Abbiamo osservato in precedenza come *Samādhi* sia la tecnica volta a comprendere la realtà di qualsiasi oggetto, attribuendo a quest'ultima parola un senso più ampio che indica qualunque realtà possa essere percepita o intesa dalla mente. Sappiamo anche che tale comprensione è il “conoscere attraverso il divenire”, ossia la trasformazione della mente nella natura stessa dell'oggetto di cui si deve realizzare la realtà. È inoltre ben noto che la percezione ordinaria si basa su una relazione soggetto-oggetto in cui è presente una triplicità costituita da conoscitore, conoscenza e conosciuto, mentre la comprensione è basata su una fusione dei tre elementi all'interno di uno stato di coscienza integrato. Ora, tutte queste idee riguardanti il *Samādhi* sono esposte nell'esempio fornito nel *sūtra* sopra riportato. Esso pertanto illustra mostra lo stato essenziale di *Samādhi* in modo molto efficace e dovrebbe essere meditato per coglierne il vero significato.

Cerchiamo innanzitutto di comprendere il significato dell'illustrazione fornita nel versetto e quindi il tipo di relazione con lo stato di *Samādhi*. Supponiamo di trovarci di fronte a un bel quadro e di coprirlo con una lastra di vetro opaco, che ne impedisce la vista. Immaginiamo ora che, grazie a un procedimento scientifico, si riesca piano piano a rendere del tutto trasparente una *parte* del vetro opaco. Tracciamo quindi un cerchio sulla superficie di vetro e applichi a tale trattamento all'area così circoscritta. A poco a poco la porzione all'interno del cerchio perde la sua opacità, fino a divenire del tutto trasparente. Qual è il risultato ottenuto? La sezione di vetro situata sopra questa parte del dipinto è divenuta sufficientemente chiara da non rappresentare più un ostacolo alla luce, come invece accade nella parte restante della lastra opaca. Il vetro è sempre presente ma è ormai assimilato alla porzione visibile del quadro. Possiamo tracciare un altro cerchio sulla superficie, ripetendo il processo e facendo emergere un'ulteriore sezione del dipinto. La parte di lastra, una volta persa la propria opacità e distorsione, viene completamente assimilata o scompare nella corrispondente porzione del quadro, assumendone per così dire la forma, benché continui in realtà ad esistere. È l'assenza di qualunque opacità e distorsione nella parte di vetro in oggetto che permette a



quest'ultima di assumere il colore, la forma e la bellezza della sezione di dipinto su cui è posta, rivelandola e divenendo tutt'uno con essa. Si potrà inoltre osservare che, trattando diverse porzioni della lastra, riportiamo alla luce diverse parti del quadro e quindi il processo diviene selettivo. Un terzo punto da notare è che l'“individualità” di ciascuna parte della lastra opaca dipende dalle ostruzioni che la rendono tale. Eliminando queste ultime, il vetro cessa di avere una propria realtà separata, pur continuando a esistere. Una parte di esso si differenzia da un'altra per la quantità e la disposizione del materiale offuscante. Ma, quando il gravame dell'opacità è eliminato, esso diviene puro vetro trasparente, che non si differenzia dalle altre sezioni similmente trattate. Possiamo quindi affermare, in senso metaforico, che l'assimilazione del vetro con l'immagine, o la sua unificazione con essa, dipende dalla perdita di “individualità” o di sentimento dell'“io”, verificatasi nel vetro opaco.

Chi abbia studiato la tecnica del *Samādhi* vedrà con quale esattezza questo esempio illustri il processo del “conoscere attraverso il divenire”. Nel *Sabīja Samādhi*, distinto da *Nirbīja Samādhi*, l'obiettivo non è la comprensione della Realtà in se stessa, ma di una realtà limitata, ossia la comprensione della realtà nascosta in uno specifico oggetto, qualunque esso sia. Questo è il motivo per cui un particolare oggetto viene scelto per l'esecuzione della pratica di *Samyama* ed è la realtà dietro di questo a essere rivelata nel *Sabīja Samādhi*. Ora, la realtà di tutti gli oggetti facenti parte della manifestazione è presente nella Mente Universale o Mente Divina che ha “ideato” il particolare sistema manifestato nei suoi molteplici aspetti. E nello scegliere un oggetto adatto per la pratica di *Samyama*, al fine di scoprire la realtà che si cela dietro di esso, ciò che stiamo facendo è delineare sulla lastra di vetro la specifica zona del quadro che vogliamo rivelare, la porzione o l'aspetto particolare della Mente Universale che vogliamo “conoscere attraverso il divenire”. La Mente Universale, che racchiude le realtà di tutto ciò che è manifestato, corrisponde al dipinto completo; la nostra mente alla lastra di vetro opaco. L'oggetto su cui ci concentriamo nel *Sabīja Samādhi* è l'area individuata sulla lastra. E, infine, il processo di esecuzione della pratica di *Samyama* sull'oggetto particolare corrisponde al trattamento del vetro opaco nella zona specifica, al fine di



renderlo trasparente e atto a rivelare la corrispondente porzione del dipinto. Man mano che il vetro della nostra mente perde opacità, iniziamo a scorgere la realtà dietro il particolare oggetto su cui ci siamo concentrati, in modo via via più chiaro, fino al momento in cui la superficie diviene sufficientemente trasparente e la realtà dell'oggetto, che giaceva nascosta in quella particolare area della Mente Universale, si rivela nella sua pienezza. Questo è il segreto del "conoscere attraverso il divenire" ossia la capacità di rendere la mente praticamente inesistente, permettendole di fondersi con l'oggetto del *Sabīja Samādhi*.

È proprio come trovarsi in una sala circolare situata tra magnifiche montagne e circondata da uno splendido paesaggio. Essa ha piccole finestre chiuse. Aprendone una si scopre un bellissimo panorama. Chiudendo quella e aprendone un'altra appare un diverso scenario. Il processo può essere ripetuto su diversi scorci del paesaggio circostante. Nel *Sabīja Samādhi* spalanchiamo le diverse finestre della nostra mente sul paesaggio della Mente Universale, ottenendo scorci delle realtà nascoste dietro i vari oggetti da noi scelti per concentrarci.

Finora ci siamo limitati a realtà collegate a oggetti particolari, di qualsivoglia natura. Ma per quanto riguarda la Realtà in se stessa? Questo è il nostro obiettivo finale, non la scoperta delle realtà nascoste dietro particolari oggetti della manifestazione. In che modo ciò può essere rivelato nella nostra coscienza? Per saperlo occorre addentrarci più a fondo nella nostra mente. In effetti dobbiamo andare al di là del regno della mente, avvicinandoci a quello della Realtà in se stessa.

Nel *Sabīja Samādhi* rendiamo la nostra mente individuale un tutt'uno con la Mente Universale e, attraverso tale unificazione, conosciamo ciò che è presente in quest'ultima. Ma la Mente Universale non è la Realtà. Essa è il prodotto dell'Ideazione Divina, proviene dalla Realtà attraverso la differenziazione dell'Io e del non-Io, proprio come un dipinto trae origine dalla coscienza di un artista, quando egli lo immagina nella sua mente. È ovvia quindi la necessità di oltrepassare la Mente Universale al fine di raggiungere la Realtà in se stessa. Dobbiamo andare oltre l'Ideazione Divina e identificarci con l'Ideatore, il Soggetto, per conoscerLo nella sua reale natura. Questa è la tecnica di *Nirbīja Samādhi*, descritta nell'ultimo capitolo degli *Yogasūtra*. Tratteremo in questa sede uno dei *sūtra* in esso contenuto, poiché chiari-



sce la natura del *Nīrbhīja Samādhī* e la sua differenza rispetto al *Sabīja Samādhī*. Riportiamo qui di seguito i versetti: “*Cīter apratīsamkrāmāyās tad-ākārāpttau sva-buddhi-samvedanam*” (IV-22), “La conoscenza della propria natura attraverso l'autocognizione [è raggiunta] quando la coscienza assume quella forma in cui non passa da un luogo all'altro”.

Questo aforisma è illuminante ma, per comprenderlo appieno nel suo significato interiore, occorre utilizzare un altro tipo di similitudine.

Supponiamo che una lampadina elettrica accesa sia posta al centro di una serie di globi di vetro parzialmente traslucidi e concentrici, i quali progressivamente riducono l'intensità di luce che si irradia dalla lampadina. La fonte luminosa diviene sempre più fioca nel passaggio attraverso i globi, tanto che quello più esterno appare quasi oscuro rispetto alla brillantezza della lampadina elettrica; la maggior parte della luce infatti è stata assorbita dai globi intermedi. Immaginiamo inoltre che non solo i globi siano traslucidi ma che diverse immagini siano incise o dipinte su di essi, illuminate tutte dalla luce che risplende attraverso ciascun globo. Supponiamo ora che questi globi vengano progressivamente eliminati, iniziando dal più esterno. Man mano che un globo verrà rimosso, apparirà il successivo e presenterà una nuova immagine, meglio illuminata rispetto a quello precedente. Continuando in questo processo fino alla rimozione dell'ultimo globo, non resterà altro che la lampadina elettrica sfavillante di luce propria.

È importante sottolineare che, finché ci sono globi, la luce che si irradia dalla lampadina elettrica li rischiara. Quando tutti sono stati rimossi e nulla rimane, essa si concentra sulla lampadina elettrica stessa. Qualcosa di simile avviene nel caso della coscienza nascosta sotto i diversi livelli della mente, di cui quello più esterno è rappresentato dalla coscienza del nostro cervello fisico. Finché vi è una mente da illuminare, la coscienza lo fa perché, come abbiamo sottolineato in precedenza, la mente agisce o percepisce attraverso la luce di *Buddhi* e non è autoilluminata come la Realtà. Quando tutti i livelli della mente sono stati trascesi nei diversi stadi di *Samādhī* e tutti i veicoli della Monade sono stati oltrepassati, cosa può illuminare la luce della coscienza? Non essendovi una mente da illuminare, Essa deve illuminare Se stessa, essendo autoilluminata e non dipendente da qualcosa



di esterno. Questo è il processo di *Nirbīja Samādhi*, cui si fa riferimento nel *sūtra* sopra citato e che porta alla comprensione del Sé e al compimento della tecnica dello Yoga.

Il versetto intende descrivere l'ascensione della coscienza attraverso i vari piani nei diversi stadi del *Samādhi*, esposti nel *sūtra* 17 del capitolo I. Quando la coscienza raggiunge il piano atmico – quello più elevato nel sistema manifestato – rimane solo una barriera o un velo sottile. Giungiamo qui di fronte a una situazione peculiare. Negli stadi intermedi era sempre presente un livello ancora più profondo della mente in cui immergersi. Ma ora abbiamo raggiunto il limite che separa il regno più sottile della mente da quello della Realtà. Pertanto il risultato di ogni ulteriore immersione nella coscienza può significare solo un'immersione nella Realtà, ossia l'autorealizzazione.

Arriviamo ora a un altro aspetto del *Samādhi*, l'ultimo che possiamo trattare in questa breve rassegna: la differenza tra *Samprajñāta* e *Asamprajñāta Samādhi*, stadi menzionati nei *sūtra* 17 e 18 del capitolo I.

Vitarka-vicārānandāsmītanugamāt samprajñātah (I-17)

Samprajñāta Samādhi è uno stato accompagnato dal raziocinio, dalla riflessione, dalla beatitudine e da un senso di puro essere.

Virāma-pratyayābhyāsa-pūrvah Samskāraeso 'nyah (I-18)

L'impressione residua che persiste nella mente con la soppressione di *Pratyaya*, dopo la precedente pratica [di *Samprajñāta Samādhi*] è l'altro [ovvero *Asamprajñāta Samādhi*].

Questi due versetti sono stati esaminati nel commento de *La Scienza dello Yoga* e pertanto non li approfondiremo. Cercheremo tuttavia di cogliere l'idea generale che vi soggiace per chiarire meglio la nostra concezione dello stato di *Samādhi*.

Nel *Samādhi* la mente è ermeticamente chiusa a tutte le distrazioni o i disturbi, esteriori o interiori, e l'intensità della concentrazione continua ad aumentare man mano che essa si immerge sempre più nell'oggetto prescelto. La mente contiene solo questo oggetto, su cui è concentrata e di cui vuole conoscere la realtà. Quando scopre di non poter andare oltre, perchè tutti gli aspetti dell'oggetto su cui sta



meditando sono stati esauriti, essa deve rimanere sospesa in una condizione di estrema concentrazione, senza poter retrocedere né proseguire. In questa fase e in questo stato l'oggetto di concentrazione, o *Pratyaya*, viene abbandonato e la mente rimane nella sua condizione di concentrazione, per così dire, sospesa nel vuoto. Essa non ha più la possibilità di tornare indietro perché non ha più alcun contatto con una fonte esterna a causa dell'intensa concentrazione del *Samprajñāta Samādhī*. Così l'unica via di fuga passa attraverso il proprio centro, per raggiungere il piano immediatamente superiore. Prima o poi essa sfugge attraverso il Centro comune di tutti i veicoli per passare nel veicolo superiore successivo e un nuovo mondo appare allora all'orizzonte della coscienza, un mondo in cui viene rivelato un aspetto più profondo dell'oggetto della concentrazione, in una dimensione superiore. Il processo di *Samādhī*, fino al momento in cui l'oggetto o *Pratyaya* occupa il campo della coscienza, viene chiamato *Samprajñāta Samādhī* o *Samādhī* con coscienza e con un oggetto, mentre il processo in cui l'oggetto o *Pratyaya* viene abbandonato, lasciandone la coscienza completamente priva, è chiamato *Asamprajñāta Samādhī* o *Samādhī* con coscienza ma senza oggetto. Questo è solo un passaggio nel processo di immersione, processo che deve essere ripetuto più e più volte su piani diversi finché non viene raggiunto quello atmico. Le ulteriori immersioni, come abbiamo visto, ci conducono nel regno della Realtà in se stessa.



Capitolo 23

Preparazione allo Yoga

La trattazione della natura di *Samādhi* e dei processi mentali sottili coinvolti potrebbe dare l'impressione che la tecnica dello Yoga non sia destinata all'uomo comune e che questi possa tutt'al più svolgere uno studio teorico dell'argomento, rimandandone l'applicazione pratica a qualche incarnazione futura, quando le condizioni saranno più favorevoli e le sue facoltà mentali e spirituali più pienamente sviluppate. Questa idea, sebbene naturale, si basa su un malinteso. Coloro che formularono la filosofia dello Yoga e ne idearono l'elaborata tecnica non ignoravano le debolezze della natura umana, le limitazioni e le illusioni vissute da un individuo comune. Essi non potevano evidenziare la necessità e l'urgenza per l'uomo di liberarsi da queste restrizioni e poi, per raggiungere l'obiettivo, proporgli un metodo che sembra andare oltre le sue capacità. Essi conoscevano le difficoltà che ciò comportava ma sapevano anche che tali ostacoli potevano essere superati adottando un percorso formativo graduale, scientifico e conforme alle leggi della crescita e dell'evoluzione umana. Anche nel raggiungere un qualsiasi scopo mondano meritevole, una persona deve procedere sistematicamente, essere preparata a impegnarsi a lungo e intensamente. Se qualcuno desidera divenire un grande matematico, dovrà iniziare con le quattro regole dell'aritmetica, salendo poi da uno stadio all'altro, finché non padroneggi la scienza nel suo insieme. Non inizierà frequentando lezioni sul calcolo differenziale e integrale all'università, bensì formandosi attraverso un lungo percorso e sapendo che il successo finale è assicurato solo se non cesserà di applicarsi.



Ma quando si tratta di raggiungere l'obiettivo più elevato dell'attività umana, ossia il culmine della sua evoluzione, le persone dimenticano tutte queste considerazioni basate su buon senso ed esperienza ordinaria. Esse iniziano a preoccuparsi della difficoltà nel praticare il *Samādhi* e si chiedono quando saranno in grado di elevarsi ai più alti stati di coscienza che esso permette di raggiungere. Immaginano che basti semplicemente iniziare e che tutti i frutti della vita yogica verranno ottenuti, o lo saranno in breve tempo. Pertanto, o non cominciano del tutto oppure, se lo fanno, restano deluse e presto si arrendono, pensando che, in fondo, non vi è molto da scoprire in questa tanto propagandata Scienza dello Yoga o che sono incapaci di intraprendere un compito così arduo. Continuano quindi a differire questo sforzo, ritrovandosi costantemente nello stesso punto, vita dopo vita. Non adottano un atteggiamento basato sul buon senso nei confronti del problema, come fanno invece nel caso di questioni legate alle nostre attività mondane.

La Scienza dello Yoga può essere padroneggiata, come tutte le altre scienze, mediante un corso di preparazione graduale. Partiamo dalle attività semplici, che tutti sono in grado di compiere, e procediamo, passo dopo passo, dai problemi semplici a quelli complessi, dalle pratiche agevoli a quelle più difficili. In base alle diverse potenzialità nascoste in ciascuno di noi, il nostro progresso è regolato non da anni di lavoro ma dalla crescita delle capacità e dai cambiamenti che avvengono nella nostra mente e nei nostri comportamenti. Consideriamo innanzitutto alcune di queste pratiche e discipline preliminari, che preparano l'aspirante agli esercizi più avanzati relativi allo Yoga Superiore.

Il seguente *sūtra* del capitolo II fornisce lo schema generale dell'addestramento introduttivo o preparatorio con il quale ogni aspirante può iniziare in modo sistematico e dinamico, gettando solide basi per una vita yogica.

Tapah-svādhyāyesvara-pranidhānān kriyā-yogah (II-1).

L'austerità, lo studio personale e il fare affidamento su *Isvara* o Dio costituiscono lo Yoga preliminare.



Lo studente vedrà come i tre diversi tipi di attività prescritti dal versetto abbiano lo scopo di sviluppare altrettanti aspetti fondamentali della natura umana: volontà, intelletto e amore.

Come abbiamo osservato in un capitolo precedente, la conoscenza intellettuale pone le basi della vita yogica, preparando un adeguato fondamento teorico. Lo sviluppo dell'amore o della devozione e la trasformazione e purificazione della vita che ciò comporta aggiunge saggezza alla conoscenza. E, successivamente, applicando la volontà spirituale al controllo e all'inibizione delle modificazioni della mente, il praticante passa dallo stadio della saggezza a quello della Comprensione, facendo culminare l'addestramento e l'autodisciplina nell'autorealizzazione e nella Liberazione. L'importanza dei tre elementi di questa autodisciplina preliminare è stata spiegata in dettaglio nel commento [de *La Scienza dello Yoga*] e non è necessario entrare qui in ulteriori particolari. Alcuni punti di interesse generale tuttavia possono essere condivisi.

Il primo è che questi tre tipi di attività costituiscono un vero inizio della vita yogica e dipende dall'aspirante utilizzarli per una rapida transizione da uno stadio di progresso preparatorio a uno avanzato. Se egli affronta i problemi connessi con queste attività in modo energico e serio, in breve tempo potrà acquisire il controllo sulla propria natura inferiore e quella concentrazione sull'obiettivo che lo renderà idoneo a intraprendere le pratiche più avanzate dello Yoga superiore.

Tapas, Svādhyāya e Ishvara-Pranidhāna appaiono come pratiche misteriose, ma non vi è nessun mistero in esse. *Svādhyāya* è l'intenso studio dei problemi più profondi della vita, in vista della formazione di un'adeguata base teorica che permetta di acquisire un'idea corretta e completa di tutti i problemi concernenti la pratica dello Yoga e dei metodi impiegati per risolverli. Questo studio deve essere perseguito in modo tale da sviluppare gradualmente la capacità di estrarre l'intera conoscenza da noi stessi, divenendo indipendenti da aiuti esterni. Esso dovrebbe svolgersi anche a un livello più profondo e non consistere semplicemente nel raccogliere informazioni di seconda mano da libri, ecc. Il principale scopo di *Svādhyāya* è quello di aprire le porte della vera conoscenza all'interno di noi stessi e di sviluppare la capacità di attingere a tale conoscenza ogniqualvolta sia necessario. Ten-



diamo a dimenticare che tutta la conoscenza è in realtà racchiusa in noi, nella Mente Universale, e che è possibile avervi accesso, almeno in una certa misura, aprendo il passaggio tra la mente inferiore e quella Superiore. Non mi riferisco qui alla conoscenza della realtà che si acquisisce attraverso i processi superiori del *Samādhi*, parlo di quella ordinaria, presente nell'Ego o nell'Individualità funzionante attraverso il Corpo causale, alla quale si può giungere se la mente inferiore è purificata e sintonizzata con il Sé Superiore. Questa conoscenza è di gran lunga superiore a quella ordinaria indiretta che acquisiamo dai libri, dall'osservazione e con altri mezzi, poiché proviene da una fonte più elevata ed è priva degli errori, delle incertezze e distorsioni che caratterizzano la conoscenza mediata dalla mente concreta, basata su fonti esterne. Per tale motivo tutti gli strumenti, i metodi e le pratiche – riflessione, meditazione, *Japa*, e altri ancora – capaci di aprire il canale tra la mente inferiore e quella Superiore rientrano sotto la denominazione di *Svādhyāya* e il principiante dovrebbe farne un uso crescente via via che aumentano il proprio interesse e capacità.

Il termine *Tapas* è generalmente tradotto come austerità, ma a volte si ha un'impressione sbagliata della natura reale ed essenziale di questa caratteristica. Esso deriva dal sanscrito “*Tap*” che significa scaldare ad alta temperatura. Sottoponendo l'oro impuro a questo processo, tutte le sue impurità sono gradualmente bruciate e rimosse e rimane solo il metallo puro e perfetto. Questa è l'idea essenziale nel concetto di *Tapas* e che significa disciplinare la nostra natura inferiore con l'obiettivo di purificarla, rimuovendo tutte le scorie di debolezza e impurità, affinché il nostro corpo e la nostra mente possano diventare puri e obbedienti alla nostra volontà, fungendo da strumenti efficienti del Sé Superiore. *Tapas* è quindi la trasmutazione della natura inferiore in quella superiore mediante un processo di autodisciplina. Possono essere utilizzate misure di rigore di vario tipo, alle quali ricorrere nel caso ciò sia assolutamente necessario, ma esse non costituiscono una parte essenziale del processo. La purificazione e il controllo possono essere ottenuti con alternative più intelligenti ed efficaci di quelle che consistono nell'osservare rigidi voti e nel sottoporre il corpo a disagi e sofferenze inutili. Ogni aspirante deve impiegare la condotta a lui più consona.



Per quanto riguarda *Ishvara-Pranidhāna*, termine solitamente tradotto come abbandono di sé a Dio, esso esprime in realtà un aspetto della devozione e un metodo efficace per svilupparla. In un altro capitolo abbiamo affrontato il tema della devozione o dell'amore di Dio, giungendo non solo a un'idea dello scopo del Cammino dell'Amore e della natura della devozione ma anche ai metodi da adottare per lo sviluppo di questo lato della nostra natura. Tutte queste conoscenze devono semplicemente essere messe a frutto con serietà e perseveranza al fine di produrre risultati. Per avere successo sono comunque necessarie pratica, sincerità e determinazione. Infatti la devozione non si manifesta facilmente in noi. Veniamo messi alla prova fino al limite estremo e ciò può gettarci ripetutamente nella disperazione. Ma una volta emersa, la devozione è in grado di trasformare la nostra vita, riempiendoci di gioia ed esaltazione tali da farci sentire che i sacrifici, gli sforzi e le sofferenze affrontati non sono nulla in confronto alla benedizione ricevuta e alla Grazia di Dio discesa su di noi.

Questo breve *sūtra* ha quindi una portata molto ampia e fornisce un metodo davvero completo per prepararci agli stadi superiori della vita yogica. Esso riguarda praticamente ogni aspetto della nostra natura e, seguendo i metodi accennati nella sua triplice disciplina con sincerità, attenzione ed entusiasmo, non solo potremo trasformare la nostra natura inferiore e i nostri corpi in uno strumento adeguato del Sé Superiore, ma aprire nuove prospettive di realizzazione, liberando energie e potenzialità nascoste che difficilmente sospettiamo essere presenti in noi.

Iniziando a mettere in atto ciò che abbiamo appreso, la nostra vita si trasformerà immediatamente e smetteremo di chiederci se sia possibile praticare il *Samādhi* o sviluppare amore in una misura tale da permetterci di raggiungere l'unione con l'Oggetto della nostra devozione. Riferendoci nuovamente all'esempio di uno studente determinato a divenire un grande matematico, è grazie al fatto di svolgere le operazioni dell'aritmetica ordinaria che egli inizia a interessarsi alla matematica e smette di preoccuparsi del calcolo integrale e differenziale, che apprenderà soltanto più tardi, a tempo debito. Pur mantenendo ben fisso l'obiettivo finale, egli non spreca il proprio tempo e le proprie energie pensando a ciò che per il momento non lo riguarda.



Il lavoro in cui è impegnato è così coinvolgente e interessante da bastargli.

È il lavoro creativo, di qualsiasi tipo, che dà gioia alla vita; la trasformazione della nostra natura mediante i metodi dello Yoga preparatorio è un lavoro creativo di ordine assai elevato, più reale e più dinamico che dipingere un quadro o scolpire una statua. Gli artisti hanno a che fare con la materia morta. L'uomo che sta facendo emergere l'immagine del suo vero Io dalla propria natura inferiore sta lavorando con qualcosa di vivo e reale: egli sta risolvendo un problema della vita. Viene creata un'immagine vivente di ciò che saremo in futuro. Viene scolpita una nuova statua che incarna la nostra futura perfezione a partire dal blocco di marmo grezzo della nostra natura inferiore. La creatività divina agisce in quest'opera capace di trasformare la nostra vita in un canto, nonostante i problemi e le tribolazioni attraverso cui dobbiamo passare alla periferia della nostra coscienza nel mondo esterno. È simile al processo di un bocciolo che cerca di aprirsi in fiore, con tutta la gioia naturale che sempre accompagna un tale sviluppo. Stiamo cercando di portare il futuro nel presente. Stiamo divenendo ciò che siamo. Non sappiamo come apparirà la statua, ma Colui che è il nostro Sé interiore lo sa e sentiamo la Sua mano che ci guida mentre utilizziamo lo scalpello e iniziamo a modellare il blocco di marmo della nostra natura grezza. Gli artisti, che conoscono la gioia di dipingere un quadro o di comporre una poesia, sanno riconoscere la felicità che si prova nel far emergere un'immagine vivente e divina, nascosta in potenza dentro di noi. Un quadro è qualcosa di morto, così come una statua, ma ciò che è vivente, che gradualmente emerge dal nostro interno, è un Essere Divino dalle infinite potenzialità, in grado di divenire in misura crescente un veicolo di amore, di saggezza e di potenza divina. L'immagine completa potrebbe trovarsi ancora in una realtà futura, invisibile e sconosciuta, ma è il lavoro creativo necessario a farla emergere che trasmette gioia ed entusiasmo allo Yoga preparatorio.

L'età non conta, le circostanze non incidono e perfino la morte è priva di importanza. L'impegno può proseguire anche dopo il decesso, se siamo orientati in tale direzione, perché l'obiettivo è dentro di noi e ci accompagnerà sempre, ovunque noi siamo. Infatti tutte



le realtà esteriori appartengono al mondo fenomenico, mentre noi abbiamo ora agganciato il nostro carro alla Stella eterna dell'Anima, nascosta in noi, che ci guida verso di Sé. Questo è ciò che lo Yoga preparatorio significa potenzialmente, e anche effettivamente, per coloro che si mettono seriamente all'opera.

Il secondo capitolo degli *Yogasūtra*, oltre a fornire un'idea sul tipo di preparazione necessaria per la pratica dello Yoga avanzato, delinea anche in modo sistematico e logico la filosofia su cui si basa la sua tecnica. Si suppone che questa filosofia dello Yoga derivi da quella del *Sāṃkhya*, uno dei sei principali sistemi di filosofia indù. Non vi è dubbio che lo Yoga presenti una notevole somiglianza con esso, benché esistano alcune differenze fondamentali che non possono essere trascurate e che hanno fatto dubitare molti studiosi riguardo l'esistenza di un reale collegamento. Quando due sistemi di filosofia giungono fino a noi da un lontano passato, convivendo fianco a fianco per migliaia di anni, senza prove certe riguardo la loro origine, risulta molto difficile decidere su tali aspetti, che interessano comunque solo il filosofo accademico. Per l'aspirante tali domande hanno poca rilevanza. Ciò che gli interessa è come utilizzare la tecnica pratica che ha resistito ed è sperimentata da tempo immemore; la filosofia dello Yoga offre una base adeguata a tale tecnica e questo è tutto ciò che importa.

La teoria su cui si fonda una scienza sperimentale è necessaria e importante per correlare e integrare, all'interno di un insieme coerente, le diverse tecniche coinvolte, ma la validità della teoria non influisce in alcun modo sulla validità di queste. Per molto tempo le leggi dell'elettricità e dei fenomeni elettrici furono utilizzate in modo molto efficace per molteplici scopi, sebbene la teoria prevalente per spiegarli fosse incompleta e insoddisfacente. Se l'intera teoria dell'elettricità si rivelasse ora del tutto superata in ragione di eventuali scoperte future, tutta la scienza basata sull'applicazione delle sue leggi nello sviluppo scientifico e nell'industria rimarrà comunque inalterata perché queste leggi e questi fenomeni poggiano su fatti sperimentali e non su speculazioni o teorie. Lo stesso accade per la filosofia dello Yoga. Sebbene si tratti di una filosofia pregevole ed estremamente equilibrata, la sua validità non influisce sulla tecnica o sull'utilità dello Yoga in quanto scienza volta a svelare i misteri più profondi della Vita e a scoprire la

Realtà dentro di noi.

Cerchiamo ora di fornire un'idea generale e chiara della filosofia su cui si basa la tecnica yogica di Patanjali, delineata nel secondo capitolo in modo graduale attraverso 26 *sūtra*, dal 3° al 28°.

La filosofia dei *sūtra* affronta per primo il problema delle miserie, delle limitazioni e delle illusioni umane che coinvolgono tutti gli esseri, salvo poche eccezioni. Il *sūtra* che riassume questa condizione è il II-15: "Per chi abbia sviluppato il discernimento tutto è miseria, a causa dei dolori derivanti dal cambiamento, dall'ansia e dalle diverse tendenze, nonché dai conflitti tra le inclinazioni naturali presenti nell'uomo, tra quei pensieri e desideri che prevalgono in un particolare momento". Alcuni saranno inclini a considerare questa affermazione piuttosto radicale e troppo pessimistica, ma abbiamo trattato l'argomento molto approfonditamente in un capitolo precedente e non è necessario affrontarlo di nuovo. Tutti i Grandi Maestri del mondo sono partiti da questo aspetto essenziale della vita umana e possiamo quindi presumere che l'affermazione del *sūtra* sia corretta.

La domanda successiva è: supponendo che l'infelicità sia costante nella vita umana, è possibile evitarla o eliminarla? La risposta è fornita, in modo abbastanza chiaro, inequivocabile ed enfatico nel versetto II-16: "La miseria che non si è ancora manifestata può e deve essere evitata". Questa è la risposta che dovrebbe fornire una vera filosofia di vita. Qual è l'utilità di evidenziare le miserie e i limiti della vita, senza proporre alcuna vera soluzione, alcuna speranza di liberarsene? Eppure questa è la natura di molte filosofie moderne, che sollevano interrogativi senza fornire alcuna risposta se non rimedi che sono meri palliativi.

Dopo aver affermato che le miserie della vita possono essere evitate o trascese, la filosofia passa ad analizzarne la causa. Ecco un'altra prova della sua completezza ed efficacia. Quando si soffre di qualche malattia o infermità è possibile reagire in due modi: o ricorrendo a palliativi che eliminano temporaneamente e parzialmente i sintomi della malattia, oppure ricercandone la causa prima. Solo in questo secondo modo è possibile debellarla in modo completo e definitivo. La filosofia dello Yoga adotta quest'ultima modalità. L'analisi dell'origine della sofferenza umana è contenuta nella teoria dei *Kleśha* che costitui-

scono una catena di cause ed effetti formata da cinque anelli. Questi sono chiamati *Avidyā* o ignoranza primordiale, *Asmitā* o identificazione della pura coscienza, libera, autosufficiente e autoesistente, con tutte le modalità attraverso le quali si esprime nella manifestazione. Il terzo e il quarto anello sono costituiti da *Rāga* e *Dvesa* che indicano l'attrazione e la repulsione che sorgono a seguito di questa identificazione della coscienza con i propri veicoli e con l'ambiente. L'ultimo anello è l'esito finale di questa catena di cause ed effetti, chiamato *Abhinivesha*, cioè attaccamento istintivo alla vita mondana e ai piaceri corporei, nonché paura di poterli perdere dopo la morte. Si vedrà quindi come la prima causa sia *Avidyā* o ignoranza e l'ultimo effetto sia la vita umana vissuta attraverso limitazioni e illusioni di vario genere. Non entreremo qui in ulteriori dettagli, ma vi è un punto da chiarire prima di procedere oltre. *Avidyā* è un termine tecnico che indica la mancanza di consapevolezza della nostra reale natura. È per la perdita di tale coscienza della nostra vera natura divina che siamo stati coinvolti nella manifestazione. *Avidyā* è quindi la causa strumentale dell'involuzione della Monade all'interno della manifestazione. Perché o come essa venga implicata nella manifestazione sono interrogativi di natura universale, le cui risposte si collocano al di fuori dell'ambito dell'intelletto e forse le otterremo solo al momento della Liberazione, quando riacquisteremo la nostra consapevolezza della Realtà. Per ora prendiamo atto di trovarci in tali spiacevoli condizioni e limitazioni di dovercene liberare.

Naturalmente, se la mancanza di consapevolezza della nostra vera natura o Realtà costituisce la causa reale della nostra schiavitù soggettiva o del nostro coinvolgimento nella manifestazione, allora l'unico rimedio permanente sarà quello di riacquisirla. Questo è il passaggio successivo nella catena logica su cui si basa la filosofia dello Yoga. Esso sottolinea come l'effetto finale che si presenta sotto forma di miserie della vita umana sia riconducibile alla causa prima della perdita di coscienza della Realtà; quindi l'unico mezzo per trascenderle è riconquistare per sempre e in modo completo questa percezione o consapevolezza della Realtà. Ciò è espresso nel *sūtra* II-26: "La pratica ininterrotta della percezione del Reale è il mezzo di dispersione di *Avidyā*". Non vengono offerti palliativi né soluzioni temporanee, come

invece accade nella maggior parte delle filosofie moderne.

La domanda successiva è naturalmente come praticare una tale consapevolezza. La risposta è fornita nel versetto II-28: “Dalla pratica degli esercizi che compongono lo Yoga, dalla distruzione delle impurità deriva l’illuminazione spirituale che si sviluppa come percezione consapevole della Realtà”. E gli fa seguito il *sūtra* 29, che presenta gli otto componenti ben noti degli esercizi o delle pratiche della tecnica dello Yoga.

Questa è la filosofia dello Yoga, la quale mostra come la Monade venga coinvolta nella manifestazione attraverso la perdita di consapevolezza della sua reale natura e la conseguente identificazione con i propri veicoli e con tutto ciò che ad essi è associato. Tale identificazione porta a sviluppare ogni tipo di attaccamento personale, ossia i legami di attrazione e repulsione verso le persone e le realtà del mondo. Essi generano diversi tipi di esperienze, che sono alla base dell’infelicità, reale o potenziale. La Filosofia dello Yoga indica perciò il fine, che naturalmente è l’inversione del processo di involuzione e che termina con il recupero da parte della Monade della consapevolezza della propria vera natura. La scienza dello Yoga è la tecnica con cui ciò può essere ottenuto in modo sistematico e scientifico.

Le otto suddivisioni della tecnica dello Yoga

Il sistema di Yoga trattato negli *Yogasūtra* di Patanjali è chiamato *Ashtanga*, che significa “con otto membra”. La parola *Anga* definisce l’“arto” o la parte costituente di un corpo. Nel nostro contesto essa indica le otto suddivisioni della tecnica dello Yoga, enumerate nel capitolo II, *sūtra* 29: “*Yama-niyamāsana-prāṇāyāma-pratyāhāra-dhāraṇā-dhyāna-samādayo’ stāvāṅgādi*” (II-29), “Autocontrollo, osservanze fisse di autodisciplina, postura, regolazione e controllo del respiro, astrazione, concentrazione, contemplazione ed estasi”.

Il numero delle suddivisioni, così come la natura delle parti costitutive, varia nei diversi sistemi di Yoga.

Considereremo brevemente ciascuna di queste pratiche per fornire un’idea generale della tecnica dello Yoga. Per i dettagli lo studente potrà consultare il commento de *La Scienza dello Yoga* ai versetti di riferimento. Egli potrebbe tuttavia porsi una domanda alla quale è opportuno rispondere prima di procedere nel dettaglio: queste otto fasi sono da considerare come progressive nella pratica dello Yoga oppure come tecniche indipendenti cui si può ricorrere separatamente? Osservandone la natura stessa è evidente che esiste una relazione sequenziale. Ad esempio, la concentrazione (*Dhāraṇā*), la contemplazione (*Dhyāna*) e l’estasi (*Samādhi*) devono seguire questo ordine, poiché si tratta di tre fasi progressive dello stesso processo. Similmente, anche l’autocontrollo (*Yama*), le osservanze (*Niyama*), la postura (*Āsana*), il controllo del respiro (*Prāṇāyāma*) e l’astrazione (*Pratyāhāra*) dovrebbero rispettare la stessa successione, poiché la pratica corretta di una



dipende, almeno in parte, da una padronanza parziale di quelle precedenti. Non è possibile praticare *Prāṇāyāma*, ad esempio, se non si è prima praticato *Yāma-Niyama* e non si è acquisito un certo controllo sulle proprie emozioni e sui propri desideri. Ugualmente, la concentrazione (*Dhāraṇā*), la contemplazione (*Dhyāna*) e l'estasi (*Samādhi*) non possono essere esercitate senza il controllo completo del corpo fisico e l'eliminazione, per lo meno, dei desideri ordinari che esercitano una grande pressione sulla mente. Ma per chi non intende passare alla pratica sistematica dello Yoga Superiore è possibile ricorrere a una qualsiasi delle tecniche in modo indipendente, anche se ciò gli risulterà difficoltoso. Presto si renderà conto che occorre estendere l'area dei propri sforzi, occupandosi anche delle altre pratiche correlate. Ad ogni modo, tratteremo di queste diverse tecniche nell'ordine in cui esse vengono presentate nel *sūtra*.

Inizieremo quindi con *Yāma* e *Niyama*, che costituiscono le basi della vita yogica. Esse mirano a sviluppare il tipo di carattere e lo stato mentale corretti, *condicio sine qua non* per una seria pratica dello Yoga. La linea di demarcazione tra *Yāma* e *Niyama* non è molto ben definita, poiché entrambe hanno lo scopo di trasmutare la natura inferiore in uno strumento puro, armonizzato, calmo e completamente controllato del Sé Superiore. Le due pratiche giungono a questo risultato in modi diversi, ma l'obiettivo è il medesimo. Di seguito sono riportati i due versetti che enumerano le caratteristiche e gli stati mentali che occorre sviluppare per fornire il necessario fondamento morale, intellettuale e spirituale all'addestramento yogico. In ciascuno vengono prescritte cinque caratteristiche o pratiche e viene esposta, in una certa misura, la portata di *Yāma* e *Niyama*.

Ahimsā-satyāsteya-brahmacaryāparigrahāḥ (II -30)

I voti di autocontrollo chiamati *Yāma* comprendono l'astensione dalla violenza, dalla falsità, dal furto, dalla sregolatezza e dall'avidità.

Sauca-samtosa-tapah-svādhyāyesvara-pranidhānāni niyamāḥ (II -32)

Purezza, appagamento, austerità, studio di sé e abbandono a Dio costituiscono *Niyama* o le osservanze fisse di autodisciplina.



LE OTTO SUDDIVISIONI DELLA TECNICA DELLO YOGA

Per la descrizione dettagliata delle pratiche prescritte in *Yama* e *Niyama* lo studente può consultare eventuali commenti sugli *Yogasūtra*. In questa sede considereremo solo alcuni aspetti generali.

Sebbene esse tocchino vari lati della nostra natura e sviluppino proprietà e atteggiamenti diversi, non va dimenticato che la vita dell'uomo non può essere compartimentata e che tutte queste caratteristiche sono strettamente interconnesse e, come è già stato sottolineato, non possono essere affrontate separatamente. Il problema della nostra mente e del nostro carattere deve essere considerato nel suo insieme, anche se per un certo periodo possiamo concentrarci su una specifica peculiarità al fine di eliminare qualche debolezza o tendenza. Ciò significa anche che, nell'affrontare la nostra natura inferiore, non dobbiamo limitare i nostri sforzi esclusivamente alle mancanze comuni menzionate in questi due *sūtra*. Ad esempio, non dovremmo supporre di essere liberi di indulgere nella rabbia, nella gelosia, ecc. per il fatto che queste fragilità umane non sono specificamente menzionate nei versetti su *Yama* e *Niyama*. Se lo facciamo, tutta l'energia che trova espressione in certe tendenze ben consolidate aprirà nuovi canali a una nuova serie di inclinazioni indesiderabili e che non pensavamo esistessero in noi. Le due qualità mentali chiamate *Sauca* e *Santosa*, purezza e appagamento, in *Niyama* coprono la maggior parte delle restanti tendenze indesiderabili che non vengono menzionate specificamente in *Yama* e, laddove esse siano acquisite in misura adeguata, possiamo sviluppare la nostra mente e il nostro carattere in modo completo e armonioso.

Il secondo punto da notare è che non è necessaria alcuna percezione introspettiva per sradicare le inclinazioni indesiderabili citate sopra. Le istruzioni vanno seguite senza ragionare o analizzare le nostre motivazioni. Ad esempio, se abbiamo la tentazione di mentire, non dovremmo esaminare mentalmente se le circostanze particolari giustificano una bugia, oppure scoprire quale sia il motivo per cui intendiamo mentire, né cercare di comprendere la condizione della nostra mente in quel momento. Dovremmo semplicemente mettere da parte ogni titubanza e dire o fare la cosa giusta, senza porci domande; è necessaria solo la consapevolezza delle nostre attività e tendenze mentali e, se siamo determinati a fare la cosa giusta, saremo in grado

di procedere senza alcuna difficoltà. Per questo motivo nel *sūtra* II-31 Patanjali non presenta alcuna scappatoia. Questi voti devono essere osservati in tutte le circostanze e nessuna esitazione o dubbio dovrebbe interferire con l'azione, il pensiero o l'emozione corretta. La nostra natura inferiore è un'entità molto astuta ed escogiterà innumerevoli stratagemmi per indurci a sbagliare e a farci perseverare nelle nostre cattive abitudini. Essa ci offrirà ogni tipo di giustificazione, indosserà la maschera della rettitudine per nascondere motivazioni e azioni essenzialmente ingiuste, camufferà l'odio sotto la forma dell'amore e cercherà di ingannarci in infiniti modi, se abbiamo l'abitudine di esitare, discutere o scendere comunque a compromessi con l'empietà. È questo fenomeno presente in noi che ha dato origine al mito del diavolo, il quale ci tenta e ci induce al peccato costantemente. Il rimedio è definitivo e molto efficace: decidere una volta per tutte di agire con correttezza in ogni circostanza, senza scendere a compromessi con ciò che è empio o sbagliato, indipendentemente dalle conseguenze che possono derivarne. Attenendosi per qualche tempo a tali direttive si vedrà con quale rapidità la tentazione di comportarci male sparirà dalla nostra esistenza e compiere l'azione giusta diverrà quanto di più semplice e naturale. Il dubbio, l'esitazione e le argomentazioni mentali non solo ritardano il compimento dell'azione corretta ma creano un costante conflitto interiore che tormenta la vita di chi, di tanto in tanto, scende a compromessi con il male. Anche nel mondo esterno si verifica un fenomeno psicologico molto comune: chi scende a patti con il male è sempre tentato da altre persone a compiere azioni malvagie di vario genere e grado, mentre coloro che non lo fanno vengono lasciati tranquilli. Un uomo corrotto che ha l'abitudine di accettare tangenti troverà sempre persone che lo tenteranno a intervenire in cambio di un po' di denaro, mentre nessuno si darà la pena di farlo nei confronti di un uomo davvero onesto. Una legge morale fondamentale regola la vita in ogni luogo e, nel caso degli individui, le circostanze esterne in cui essi si trovano riflettono per lo più i loro stati mentali e atteggiamenti interiori.

Fare la cosa giusta in modo automatico e senza esitazione aiuta a riconoscere gli aspetti più sottili delle nostre inclinazioni malvagie. Ciò è dovuto alla graduale purificazione mentale ed emotiva che per-

mette alla luce di *Buddhi* di filtrare con più facilità attraverso la mente, mostrandoci la realtà con maggior chiarezza e con un più acuto senso di discernimento. Quindi la corretta conoscenza della nostra vera indole e dei nostri stati d'animo si manifesta in modo naturale e più efficace, consentendoci di sradicare persino le forme più sottili delle nostre propensioni malsane, che in precedenza non avevamo neppure notato.

Osservando anche superficialmente le cinque qualità enumerate in *Yama*, risulterà che esse non rappresentano un codice di condotta morale molto elevato. Dopotutto, astenersi dal mentire e dal rubare non rappresenta necessariamente uno standard di moralità eccelso. Ma Patanjali ha volutamente indicato le espressioni più rudimentali delle tendenze inferiori, di modo che tutti possano vederle e, impegnandosi con serietà, eliminarle. Grazie alla rimozione delle forme più grezze possiamo divenire consapevoli di quelle più sottili, che potranno essere estirpate in seguito. Non esiste altro modo. Tutto ciò risulta chiaro dai dieci *sūtra* riportati successivamente e che descrivono i risultati dello sviluppo di altrettante virtù fino al grado più elevato di perfezione. In questi versi, corrispondenti ai dieci elementi di *Yama* e *Niyama*, viene presentato non solo il limite cui si può giungere nello sviluppo di queste qualità, ma anche le straordinarie potenzialità nascoste nelle realtà più comuni. Non è necessario affrontare ora questo interessante argomento ma uno studio attento del problema aiuterà il ricercatore a comprendere quali possibilità si celino nella rettitudine e cosa possiamo ottenere attraverso la semplice ma costante abitudine di fare ciò che è giusto in ogni circostanza, a qualunque costo. Questo vivere nella rettitudine o divenire *Dharma-niṣṭhā* è un traguardo considerevole che non solo si rivela necessario per condurre una vita yogica ma costituisce in larga misura la vita yogica stessa e rende la pratica dello Yoga Superiore straordinariamente facile e sicura. Una simile rettitudine permette di sviluppare quell'illuminazione spirituale trattata nel *sūtra* II-28, in cui si parla di *Jñāna-dīpti*, un altro nome per indicare *La Luce sul Sentiero*.

Altri versetti si occupano di *Yama* e *Niyama* ma non è necessario trattarli qui. Tuttavia ce n'è uno di grande importanza pratica, il *sūtra* II-33: “*Vitarka-bādhane pratīpakṣa-bhāvanam*”, “Quando la mente è di-



sturbata da pensieri impropri, riflettere costantemente sugli opposti [è il rimedio]”.

Chiunque di noi intenda trasmutare la propria natura inferiore non troverà tale attività agevole perché, nonostante il nostro idealismo e la nostra determinazione a sradicare le tendenze indesiderabili, queste continuano a disturbarci. Cosa dobbiamo fare? Qual è il metodo migliore per affrontarle? Il primo aspetto da ricordare è che tutte queste inclinazioni sono fissate nella mente, anche quelle che rivestono un'espressione puramente fisica. Ogni azione deve essere preceduta da un pensiero presente nella mente conscia o nell'inconscio. Il termine “inconscio” anziché “subconscio” viene utilizzato di proposito, poiché il potere motivante delle buone azioni proviene dalle regioni più elevate della mente. È ovvio quindi che, per sradicare gli aspetti negativi, dobbiamo rivolgerci all'ambito mentale per cercare di neutralizzarli, anziché limitarci a lottare per impedire la loro espressione esteriore. La neutralizzazione di una tendenza indesiderabile nella sua sorgente mentale viene consigliata nel *sūtra* in oggetto. Ma cosa significa la costante meditazione sugli opposti? Essa non indica semplicemente la formulazione di un pensiero di natura contrapposta ma il tentativo di prendere in attenta considerazione un punto di vista opposto. Pertanto, se si odia qualcuno, bisogna pensare ai suoi pregi, al suo punto di vista su diverse questioni e alle difficoltà in cui potrebbe trovarsi. Oppure, se si è inclini a cedere a vari tipi di debolezza, occorre pensare al prezzo, in termini di sofferenza, che dovrà essere pagato in seguito. Queste riflessioni non sono una semplice ripetizione meccanica di un'idea ma un'analisi davvero sincera e intelligente delle nostre abitudini e atteggiamenti. Ciò dovrebbe avvenire non nel momento in cui l'inclinazione sta per trovare compimento ma quando ci si trova in uno stato d'animo più tranquillo, che permette di riflettere con freddezza sul punto di vista opposto. Nel momento dell'espressione l'unico metodo efficace e sicuro da adottare è, come suggerito in precedenza, quello di interrompere l'azione senza pensare, poiché si tratta del comportamento più idoneo e abbiamo deciso di fare la cosa giusta. Passiamo ora a esaminare la pratica successiva, ossia *Āsana*.

Forse di tutte le tecniche associate allo Yoga, quella con cui il mag-



gior numero di persone ha familiarità è *Āsana* o la postura. Infatti per molti lo Yoga non è altro che questo o attività fisiche correlate, adottate per migliorare la propria salute. Eppure pochi conoscono il ruolo essenziale che *Āsana* riveste nella vita dello Yogi. Essa ha come scopo l'eliminazione dalla mente dei disturbi provocati dal corpo fisico. La mente e il corpo di ogni individuo sono interconnessi e le attività e i movimenti irregolari della parte fisica causano costanti turbamenti nella mente, che devono essere rimossi prima di poter procedere alla pratica di *Dhāraṇā*, *Dhyāna* e *Samādhi*. Quindi al corpo viene fatta assumere una specifica posizione per lunghi periodi. Di conseguenza esso diviene insensibile a tutti i cambiamenti esterni, quali il calore, il freddo e altri, chiamati *Dvandvas* (coppie di opposti), e non produce più turbamenti della mente generati da tali variazioni. Ciò inoltre prepara il corpo per le due pratiche successive, *Prāṇāyāma* e *Pratyāhāra*.

Anche *Prāṇāyāma* è spesso fraintesa, soprattutto in Occidente, dove viene equiparata ad esercizi di respirazione eseguiti allo scopo di migliorare la salute del corpo. *Prāṇāyāma*, se praticata correttamente, arreca benefici grazie al maggiore apporto di ossigeno ottenuto in alcune delle sue forme nonché per il suo effetto benefico sul sistema nervoso. Ma questo non è il suo obiettivo nel vero Yoga. Lo scopo reale consiste nell'acquisire il controllo completo e cosciente delle correnti praniche nel doppio eterico, al fine di indirizzarle ovunque sia necessario. Ciò può essere ottenuto solo attraverso *Kumbhaka* o l'arresto completo del respiro raggiunto per gradi. Le correnti praniche, una volta padroneggiate, possono essere impiegate per risvegliare *Kundalinī*, favorendo la connessione della coscienza del piano fisico con quella dei corpi astrale e mentale. È qui che si manifesta il pericolo di *Prāṇāyāma*, che dunque non dovrebbe mai essere praticata senza la guida di un maestro competente e senza un'adeguata preparazione.

Prāṇāyāma inoltre prepara la mente alla pratica della concentrazione. Pochi sanno che *Prāṇa* rappresenta l'anello di connessione tra un veicolo e la mente che opera attraverso di esso. È grazie a *Prāṇa* che la mente lavora su di un veicolo e da esso può essere influenzata. Pertanto la capacità di controllare *Prāṇa* consente di eliminare ogni tipo di fastidi prodotti dal veicolo nella mente.

Si vedrà quindi che i desideri e i diversi tipi di tendenze nascoste



nel subconscio non sono l'unica fonte di disturbo per la mente, agitata anche dalle irregolarità nei movimenti di *Prāna* all'interno del doppio eterico. I primi vengono eliminati attraverso *Yama* e *Niyama*, i secondi tramite *Prāṇāyāma*. Lo studente comprenderà ora più chiaramente perché gli sforzi per concentrare la mente al momento della meditazione quotidiana di solito non hanno successo. La scienza dello Yoga affronta il problema in modo scientifico, eliminando in principio tutte le fonti di disturbo per poi iniziare la pratica di *Dhāraṇā*, *Dhyāna* e *Samādhi*. Il livello di concentrazione ordinario, sufficiente per il lavoro intellettuale, non risulta adeguato agli scopi dello Yoga; l'intensità deve essere aumentata progressivamente fino a passare allo stadio successivo, quello della contemplazione e terminare nell'ultimo, quello di estasi o *Samādhi*. Per riuscirci occorre innanzitutto eliminare sistematicamente tutte le interferenze, eccetto quelle che hanno origine nella mente stessa.

Giungiamo quindi a *Pratyāhāra*, la quinta pratica della tecnica dello Yoga, descritta nel *sūtra* II-54: “*Sva-visayā sampra yoge citta-svarūpānukāra ivendriyānām pratyāhārah*”, “In *Pratyāhāra* o astrazione i sensi, in certo modo, imitano la mente, ritirandosi dagli oggetti”.

Il significato di *Pratyāhāra* risulta generalmente oscuro e sono state suggerite interpretazioni di ogni genere. Esso può essere colto solo se lo consideriamo come una pratica per interrompere tutti i collegamenti della mente con il mondo esterno attraverso i cinque organi di senso, chiamati in sanscrito *Jñānendriyas*. Sappiamo che giungiamo a conoscere il mondo esterno attraverso di questi. Vibrazioni o particelle di diverso tipo li colpiscono, producono in essi specifiche risposte, le quali vengono trasportate dai nervi a determinati centri del cervello. Qui, attraverso un processo misterioso, gli impulsi nervosi vengono convertiti in sensazioni. La scienza non può spingersi oltre questo punto ma, in base alle ricerche occulte, *Prāna* e alcuni centri situati nel doppio eterico e nel corpo astrale svolgono la loro parte in questo processo. Non è necessario approfondire in questa sede l'argomento. È opportuno solo ricordare che è l'unione della mente con i centri situati nel cervello o con i veicoli più sottili a determinare la formazione dell'immagine sensoriale nella mente. Un flusso costante di immagini sensoriali si riversa in essa finché questa è in contatto con il mondo



esterno attraverso gli organi di senso. Ma la mente non è cosciente di tutti gli stimoli che arrivano agli organi di senso. Vibrazioni sonore di ogni genere colpiscono costantemente l'orecchio, ma non tutte vengono rilevate. Quanto più la mente è assorta in qualche attività, tanto meno si accorge di esse, che tuttavia sollecitano costantemente gli organi di senso. Il distacco della mente dal mondo esterno grazie alla sua concentrazione su un oggetto qualsiasi è comunque parziale e involontario, ed essa può sempre essere distratta da un effetto sensoriale esteriore sufficientemente forte. Lo scopo di *Pratyāhāra* è di isolare la mente dal mondo esterno in modo completo e volontario in modo che, ogniquale volta il praticante desideri entrare nella propria mente e focalizzarsi su qualsiasi oggetto o ambito, egli può tagliare volontariamente i ponti con il mondo esterno chiudendo, per così dire, le porte degli organi di senso. Gli sarà quindi possibile concentrarsi sul problema nella sua mente, evitando qualsiasi tipo di distrazione o di disturbo proveniente dall'attività dei propri organi di senso. Essi sono presenti, ma i sensi che agiscono per loro tramite si sono ritirati all'interno della mente. Dovremmo ricordare che i sensi sono parte della mente e agiscono come tentacoli che quest'ultima estende nel mondo esterno al fine di raccogliere materiale sensoriale per il proprio sviluppo. La mente ha creato e perfezionato lentamente e faticosamente gli organi di senso come strumenti per questo lavoro. In *Pratyāhāra* la mente ritira i sensi all'interno di se stessa, quando desidera impegnarsi nelle pratiche di *Dhāraṇā*, *Dhyāna* e *Samādhi* senza alcun disturbo.

Per quanto riguarda il *modus operandi* di *Pratyāhāra* esso dipende in parte dal grado di concentrazione della mente. Se lo è sufficientemente, essa può isolarsi automaticamente dal mondo esterno. Ma negli stadi avanzati dello Yoga, quando è necessario un elevatissimo grado di concentrazione per periodi di tempo prolungati, si trae vantaggio dal fatto che gli organi di senso funzionano attraverso l'intermediazione di *Prāṇa*. Quindi, operando sulle correnti praniche è possibile fermare il funzionamento di tali organi, così come intervenendo sulla corrente elettrica è possibile arrestare il funzionamento di una radio o di un televisore. Ecco perché la pratica di *Prāṇayāma*, che fornisce il controllo cosciente sulle correnti praniche nel doppio eterico, precede quella di *Pratyāhāra*. Dopo aver compreso il significato di questo *sūtra*



piuttosto enigmatico, possiamo ora passare agli ultimi tre costituenti della tecnica dello Yoga, chiamati *Antaranga* o interni, per distinguerli dai cinque precedenti, definiti *Bahiranga* o esterni.

Dhāranā, *Dhyāna* e *Samādhi* sono processi puramente mentali e rappresentano la tecnica reale ed essenziale dello Yoga, mentre le prime cinque pratiche di cui abbiamo parlato sono sussidiarie. Esse assicurano semplicemente la presenza delle condizioni necessarie per *Dhāranā*, *Dhyāna* e *Samādhi*.

L'impressione che la pratica di *Samādhi* sia un traguardo estremamente difficile o quasi impossibile è basata su un malinteso. Proviamo a focalizzare la nostra mente ma, con tutti gli ostacoli e le condizioni sfavorevoli solitamente presenti, non riusciamo a raggiungere neppure un discreto grado di concentrazione mentale durante la meditazione. Da ciò concludiamo che il raggiungimento dell'elevato grado di concentrazione nel *Samādhi* deve essere quasi impossibile per l'uomo comune. Certo, si tratta di un risultato pressoché irraggiungibile se manca la preparazione, così come non si possono assegnare a uno studente di scuola elementare problemi di calcolo differenziale e integrale. Tuttavia, se le fondamenta sono state poste correttamente e sistematicamente e si procede passo dopo passo, non esiste alcuna difficoltà insuperabile nel risolvere tali problemi, una volta raggiunto uno stadio avanzato. E anche la pratica di *Dhāranā*, *Dhyāna* e *Samādhi* risulta agevole dopo la necessaria preparazione e ottenute le condizioni richieste. La mente è facile da controllare e da manipolare, una volta liberata da tutti gli ostacoli, i complessi e le pressioni che la distorcono e ne impediscono i movimenti liberi e naturali. Lo scopo di *Bahiranga* o dello Yoga esterno è quello di giungere a tale preparazione in modo scientifico. *Yama* e *Niyama* eliminano le interferenze provenienti dalle emozioni e dai desideri, *Āsana* elimina le perturbazioni causate dal corpo fisico grossolano, *Prāṇāyāma* rimuove gli ostacoli generati dal *Prāṇāmāya-kosha* o doppio eterico e infine *Pratyāhāra* interrompe l'attività degli organi di senso. A questo punto resta solo da occuparsi della mente, ma essa è già stata liberata dagli ostacoli e dalle pressioni che abbiamo elencato. Lo Yogi può quindi praticare *Dhāranā*, *Dhyāna* e *Samādhi* senza eccessiva difficoltà e ottenere, attraverso l'inibizione delle modificazioni mentali, gli obiettivi cui si è fatto riferimento nei



capitoli precedenti. Così, nel caso della scienza dello Yoga, proprio come accade in altri ambiti scientifici, i risultati più ambiti possono essere agevolmente raggiunti ideando e applicando le tecniche corrette.

È stato già sottolineato che *Dhāraṇā*, *Dhyāna* e *Samādhi* sono i tre passaggi progressivi di uno stesso processo continuo e differiscono l'uno dall'altro solo nel grado di concentrazione e nella presenza di alcune condizioni specifiche di ogni stadio. Tutti questi argomenti sono stati ampiamente trattati in dettaglio nel commento agli *Yogasūtra* de *La Scienza dello Yoga*. Ci sono tuttavia elementi di carattere generale che occorre sottolineare al fine di eliminare certi malintesi diffusi, consentendo così allo studente una migliore comprensione del commento.

Il primo punto da notare è che il particolare oggetto su cui è concentrata la mente nel triplice processo di *Dhāraṇā*, *Dhyāna* e *Samādhi* non è necessariamente tangibile. *Viśhaya*, secondo la terminologia yogica, può rappresentare qualunque cosa, principio, legge, fenomeno o situazione, la cui realtà deve essere appresa attraverso i processi che abbiamo descritto come “conoscere attraverso il divenire” in un capitolo precedente. Il triplo costante processo di concentrazione che culmina nel *Samādhi* è chiamato *Samyama* nella terminologia yogica e nel terzo capitolo degli *Yogasūtra* viene fornito un gran numero di esempi relativo agli oggetti su cui *Samyama* può esercitarsi.

Il risultato della corretta esecuzione di *Samyama* è, naturalmente, la conoscenza della realtà in oggetto. E, dal momento che ciascuno di questi frammenti di conoscenza reale è associato a un potere corrispondente, *Samyama* è in grado di svilupparne uno specifico riferito a quel sapere. Questi poteri, nella terminologia yogica, sono chiamati *Siddhi* o ottenimenti e talvolta ci si riferisce a essi come poteri psichici. Ma solo quelli inferiori, sviluppati dal *Samādhi*, come la chiaroveggenza e simili, possono essere definiti poteri psichici. I poteri più elevati, sviluppati dai processi dello Yoga Superiore, sono realmente di natura spirituale; vi è un'enorme differenza tra di essi e quelli psichici di tipo comune. Alcuni di questi poteri psichici inferiori possono essere sviluppati anche attraverso altri metodi, come l'uso di talune erbe, di *mantra* o altro ancora, come sottolineato nel *sūtra* IV-I. Non è necessario ricorrere al *Samādhi* per acquisirli. Tutti i poteri superiori dello Yoga possono invece essere sviluppati solo dal *Samādhi* e derivano

dall'evoluzione dell'individualità e dallo sviluppo di stati di coscienza più elevati. Essi si situano sotto il controllo dell'individuo e gli obbediscono costantemente, poiché sono stati ottenuti in virtù dello sviluppo della sua natura spirituale.

Il manifestarsi di questa grande varietà di poteri speciali, o *Siddhi*, non deve stupirci. Anche nel regno della mente inferiore qualsiasi tipo di conoscenza, per quanto banale, conferisce un certo tipo di abilità all'individuo. La competenza in un mestiere o in una professione fornisce all'individuo la possibilità di guadagnare denaro e di procurarsi ogni tipo di comodità e lusso. Le esperienze acquisite sull'energia atomica hanno permesso agli scienziati di migliorare il tenore di vita dell'umanità o di peggiorarlo. Perché dunque stupirsi se la conoscenza trascendentale che giunge allo Yogi come risultato dello sviluppo di stati di coscienza più elevati, attraverso l'impiego di metodi yogici, gli conferisce poteri di natura straordinaria? Non ci meravigliamo del fatto che una bomba all'idrogeno sia in grado di distruggere una città, ma ci chiediamo come possa uno Yogi passare attraverso un muro o leggere nella mente delle altre persone.

Capitolo 25

L'autorealizzazione e la ricerca della felicità

L'ultimo capitolo degli *Yogasūtra* è il più difficile da comprendere perché contiene alcuni tra i concetti più sottili su cui si basano la filosofia e la psicologia dello Yoga. Non sono presenti molti aspetti tecnici, ad eccezione del *Dharma-megha Samādhi*, il tipo più elevato di *Samādhi*, che conduce lo Yogi al di là del regno della mente, permettendogli di stabilirsi in modo permanente e irreversibile in quello della Realtà.

Abbiamo già considerato in un capitolo precedente la filosofia dello Yoga nell'aspetto dell'involuzione e dell'evoluzione della Monade nella manifestazione e la sua emersione finale da questa in quanto individuo autorealizzato, centrato nel regno della Realtà, ma operante nei regni del Relativo attraverso l'insieme di veicoli che egli ha creato e perfezionato per il proprio utilizzo nel lungo corso dell'evoluzione e dello sviluppo della sua potenziale natura divina. La filosofia dello Yoga nel suo complesso ha tuttavia una portata molto più ampia ed è in realtà parte della più generale filosofia dell'Antica Saggezza, che ci fornisce un'idea della natura della Realtà e della sua manifestazione nei mondi fenomenici del Relativo. L'insieme della Dottrina Occulta, rivelata o non rivelata, costituisce quindi la base della filosofia dello Yoga.

La psicologia dello Yoga è naturalmente correlata a questa filosofia, pur con qualche differenza, che può apparire marcata ma, nelle sue linee generali e nel suo carattere essenziale, essa rimane la medesima per tutte le scuole di disciplina yogica. Si tratta di discrepanze



che derivano dai vari metodi di approccio e punti di vista e che non risultano fondamentali per chi possieda una percezione intuitiva di questi ambiti.

È già stato sottolineato come la filosofia dello Yoga sembri basarsi, almeno esteriormente, sulla dottrina del *Sāṃkhya*; quindi anche la psicologia è correlata ed espressa nei termini di questa stessa filosofia. Tale approccio psicologico non viene trattato e formulato sistematicamente negli *Yogasūtra*, occorre ricostruirlo partendo dai versetti che riguardano diversi aspetti dello Yoga. Ma allo studente attento, che abbia indagato a fondo l'argomento, le linee generali saranno chiaramente distinguibili e potranno essere formulate come un sistema completo e autosufficiente, sebbene lontano dai moderni sistemi della psicologia. La scienza dello Yoga si occupa dell'Universo manifestato e della Realtà che vi soggiace, nel suo complesso. Pur tenendo conto di tutti i fenomeni della Natura, essa si occupa principalmente dei regni invisibili dell'universo. Al contrario la psicologia moderna si basa sui fenomeni dell'universo visibile, che rappresenta solo l'involucro più esterno ed esprime in modo molto parziale le realtà interiori. È inevitabile che una psicologia attenta a tutti i fenomeni dell'universo manifestato, visibili e invisibili, così come alla Realtà che vi soggiace, debba avere basi molto più ampie e profonde di quella che si limita alla sola superficie dell'Universo, temendo persino di immergersi al di sotto di essa. Non ci si può quindi aspettare un nesso tra le due, ma occorre considerarle come separate e indipendenti, almeno fino a quando la psicologia moderna approfondirà fenomeni della vita accettando, pur parzialmente, la Dottrina Occulta.

Non è possibile in questo breve capitolo presentare neppure a grandi linee la psicologia dello Yoga o la sua filosofia. Esiste tuttavia un argomento importante, sul quale viene fatta un po' di chiarezza nell'ultimo capitolo degli *Yogasūtra*, vale a dire la ricerca universale della felicità. Dal momento che tale questione si basa sulla nostra comune esperienza ed è di grande significato per l'aspirante, riprenderemo alcuni versetti che la riguardano.

Se osserviamo la vita degli uomini nel suo insieme, in modo imparziale, e la analizziamo nelle sue caratteristiche essenziali, cosa troviamo? Scopriamo che si tratta di una costante interazione tra desi-



derio e mente, sotto diverse forme e circostanze. Nella ricerca della felicità tutti gli esseri umani sono costantemente guidati dal desiderio e la mente viene utilizzata in diversi modi da quest'ultimo, affinché fornisca i mezzi per ricavare tutta la soddisfazione possibile dalle innumerevoli realtà che costituiscono l'obiettivo delle nostre ricerche. Patanjali parte da questo fenomeno universale della vita e cerca di ricondurlo alla sua fonte, così da mostrare dove hanno origine sia il desiderio sia la mente e cosa stia alla base di questa interminabile e futile ricerca della felicità da parte di tutti gli esseri umani, avviluppati nelle illusioni e nei limiti di questo mondo.

Questi sono i due *sūtra*:

“*Sadā jñātās citta-vṛttayas tat-prabhoh*” (IV-18)

“Le modificazioni della mente sono sempre note al suo signore a causa dell’immutabilità del *Purusha*”.

“*Tad asaṃkhyeya-vāsanābhis citram api parārtham*” (IV -24)

“Sebbene variegata da innumerevoli *Vāsanā*, essa [la mente] agisce per un altro [*Purusha*] perché opera sempre in associazione”.

Il primo *sūtra* puntualizza che tutti i cambiamenti e le modificazioni che avvengono di continuo nella mente di un individuo si verificano sullo sfondo della Coscienza della Monade, chiamata *Purusha* negli *Yogasūtra*. Quindi tutto ciò che accade nella mente, a qualunque livello, è presente nella sua coscienza o, in altre parole, egli ne è consapevole.

Il secondo indica che la mente opera sempre come strumento del desiderio ma, dal momento che i desideri sono costantemente mutevoli, essa non può realmente agire su tale base. L'azione deve avvenire in relazione a qualcosa che sia costante e in ogni momento associata alla mente. E il *sūtra* precedente ha mostrato come questo fattore costante sia la Monade o *Purusha*. Perciò è la Monade a rappresentare la forza motivante di tutti i desideri e la testimone di ogni modificazione nella mente.

Consideriamo innanzitutto la mente e il desiderio in modo distinto, osservando il loro significato nella vita umana, prima di esaminare la loro azione congiunta e la loro interazione nella ricerca della felicità.

Qual è la teoria della conoscenza secondo la psicologia dello Yoga?



La mente o *citta*, come viene chiamata negli *Yogasūtra*, lavora attraverso una forma chiamata corpo mentale. La sua funzione è “conoscere”. Ma, secondo la psicologia dello Yoga, essa non ha tale capacità, non essendo senziente, capacità che però le è fornita da *Buddhi*, ossia dalla luce della coscienza derivata dal *Purusha*. La conoscenza che scaturisce nella mente in presenza di un oggetto di percezione deriva dalla conoscenza illimitata o onniscienza di *Purusha*. Quando la mente entra in contatto con un oggetto di percezione, essa viene influenzata da entrambi, dalla coscienza del *Purusha* che agisce attraverso *Buddhi* così come dall’oggetto che si cerca di conoscere, e la risposta a questo stimolo limitato da parte di Colui che tutto conosce, l’onnisciente *Purusha*, rappresenta la conoscenza dell’oggetto ottenuta dalla mente. Ciò avviene perché *Purusha* è sempre presente sullo sfondo ed è onnisciente. Esso è il fattore comune in tutti i processi di conoscenza e anche il luogo di raccolta di tutti i possibili tipi di questa. Quindi, sullo sfondo dell’onniscienza, l’oggetto suscita una risposta, che chiamiamo conoscenza. Possiamo comprenderlo facilmente se consideriamo come appare il colore negli oggetti in presenza di luce bianca. Quest’ultima contiene in sé l’intero spettro cromatico e, quando si posa sui diversi oggetti, produce ogni genere di colore. Ciascuno assorbe alcuni elementi della luce bianca, respingendone altri. I colori respinti, a causa della loro riflessione inversa, producono il colore specifico dell’oggetto. Similmente, quando un qualsiasi oggetto, non necessariamente di natura tangibile, viene presentato alla Coscienza della Monade attraverso la mente, quest’ultima assorbe la porzione dell’onniscienza della Monade stimolata dallo specifico oggetto; la porzione di conoscenza universale e illimitata in tal modo assorbita diventa la conoscenza limitata dell’oggetto presente nella mente. Tanto maggiore è l’entità di ciò che viene assorbito a partire dalla conoscenza illimitata, tanto più profonda sarà la conoscenza. Quando la conoscenza totale relativa all’oggetto viene estratta dalla conoscenza universale della Monade, si otterrà la rivelazione della percezione della realtà di quello specifico oggetto nello stato di *Sabīja Samādhi*. La similitudine che presenta la mente come “colorata” da un oggetto nel *sūtra* IV-17 risulterà quindi particolarmente appropriata in questo contesto.

Pertanto, come risultato del ragionamento di cui sopra, la Monade



è la fonte di tutta la conoscenza; gli oggetti che la producono o stimolano nella mente sono semplicemente strumenti per far emergere questa conoscenza “parziale” da quella “globale” della Monade. Proprio come gli oggetti fisici colorati non sono la fonte delle cromie che manifestano, ma semplicemente strumenti atti a fare emergere i colori celati nella luce bianca.

Consideriamo ora il desiderio. Come abbiamo già osservato, cerchiamo costantemente di raggiungere gli obiettivi prodotti o forniti dalla mente su spinta del desiderio e la realizzazione di quest'ultimo sembrerebbe essere lo scopo principale della mente. Ma qual è la causa del desiderio? Per trovarla è necessario cercare il fattore comune a tutti i fenomeni. Un elemento costante in questo dramma è *Purusha*, il fattore invariabile presente nella costante ricerca di scopi mutevoli da parte del desiderio. Un fenomeno associato a quest'ultima è la ricerca della felicità che, condotta mediante il desiderio attraverso lo strumento della mente, è conscia o inconscia. Non desideriamo nulla senza questo motivo soggiacente, ossia il raggiungimento, in una certa misura, della felicità. Esiste quindi un altro elemento presente nella vita umana: la ricerca della felicità.

L'argomentazione avanzata negli *Yogasūtra* è questa: nella nostra ricerca della felicità desideriamo sempre qualcosa. Gli obiettivi cambiano continuamente, i desideri anche. Solo una realtà non muta in questo dramma: *Purusha* presente sullo sfondo. È dunque *Purusha* a essere responsabile del nostro costante desiderio? Per rispondere a questa domanda occorre considerare che, in primo luogo, quel desiderio non è altro che la volontà, operante sotto le condizioni illusorie e limitative, e la volontà deriva da *Sat*, un aspetto del triplice *Purusha* Divino. Il secondo aspetto del triplice *Purusha* Divino è *Ānanda*. La sua vera natura è *Ānanda*, riflessa sotto forma di beatitudine nei piani inferiori. Il terzo aspetto è naturalmente *Chit*, riflesso nella mente. Non troviamo forse qui il significato del desiderio e della costante ricerca della felicità negli oggetti esterni? *Purusha*, la cui vera natura è *Sat-Chit-Ānanda*, è disceso o è stato coinvolto nella manifestazione, perdendo così la consapevolezza della propria natura divina. Quale sarà il risultato di tale perdita? Egli cercherà *Ānanda* nel mondo manifestato, negli oggetti in esso presenti, impiegando la parola “oggetto” nel suo



senso più ampio, come qualsiasi cosa atta a soddisfare il desiderio. La sua natura *Sat*, che dovrebbe trovare espressione come pura Volontà spirituale, si trasformerà in desiderio a causa dell'associazione con le illusioni e le limitazioni dei piani inferiori.

Questa ricerca della felicità attraverso i diversi oggetti presenti nei mondi manifestati, visibili e invisibili, in cui tutti siamo impegnati, non è altro che la Monade alla ricerca di *Ānanda* nelle realtà esterne a se stessa, ricerca determinata dall'illusione o *Māyā* in cui essa si trova coinvolta. E, dal momento che il suo terzo aspetto è rappresentato da *Chit*, espresso nella facoltà e nell'attività immaginativa della mente, essa crea dalla molteplice vita che la circonda una forma dopo l'altra, una situazione dopo l'altra, per trovare *Ānanda* laddove questa non è presente e non può quindi essere incontrata. *Ānanda* può essere ottenuta parzialmente in forma riflessa in quanto felicità e il grado dell'aspetto *Ānanda* del *Purusha* che l'oggetto riesce a stimolare nella mente rappresenta la misura della felicità avvertita tramite l'oggetto. Il significato fondamentale di questo dramma in cui siamo tutti coinvolti risulta quindi chiaro come la luce del sole.

Riassumiamo ancora una volta l'idea complessiva. La nostra natura divina essenziale è triplice. I tre aspetti vengono chiamati in sanscrito *Sat-Chit-Ānanda*: essi si riflettono come Volontà, Mente Superiore e Beatitudine nei piani spirituali, e come desiderio, mente inferiore e felicità in quelli inferiori. A causa del nostro coinvolgimento nella manifestazione perdiamo tutti questi attributi divini e possiamo manifestarli solo parzialmente sui piani inferiori sotto forma di desiderio, mente e felicità ordinari. L'espressione parziale della nostra natura divina si traduce nella ricerca dei diversi oggetti del mondo: rincorriamo la felicità motivati dal desiderio e la mente ci fornisce gli oggetti atti a questo scopo.

Così l'intero flusso della nostra vita scorre incessantemente, elevandosi piano piano sempre più in alto, verso la sua Sorgente. Il desiderio si trasforma infine in volontà, il pensiero in conoscenza diretta e la felicità in pura beatitudine. Questa è la prima tappa della nostra ascensione, che scaturisce dalla parziale realizzazione della nostra vera natura e dal conseguente assottigliamento dei veli dell'illusione. Raggiunto un tale stadio elevato di sviluppo spirituale, per l'uomo



tutto diviene meno grossolano e si presenta nella sua forma più sottile. Ed è questo districarsi della Monade dall'ultimo e più sottile velo dell'illusione sul piano atmico che viene descritto nella tecnica del *Dharma-megha Samādhi*, cui si è fatto cenno nel quarto capitolo. Quando il tipo di discernimento più elevato viene risvegliato e la Monade si rende conto dell'illusione presente anche sul piano atmico, essa decide di compiere l'ultimo passo nel mondo della Realtà che permette di ottenere la conoscenza della sua vera Natura Divina in quanto *Sat-Chit-Ānanda*. Il dramma dell'evoluzione è giunto al termine.

La ricerca di una felicità permanente e reale nel regno della manifestazione è condannata al fallimento, poiché la Monade è destinata a trovare la propria vera natura e non a restare per sempre imprigionata nel mondo della manifestazione. Anche per questo la sofferenza è una caratteristica universale della vita umana. Essa esprime semplicemente il fatto che il desiderio di felicità non può essere pienamente soddisfatto in questo mondo e non dovrebbe esserlo, poiché un destino immensamente più grande e glorioso ci attende in futuro, quello dell'autorealizzazione. Perché rattristarsi del fatto che la sofferenza è una condizione universale? Non dovremmo piuttosto esserne grati? Essa rappresenta infatti la migliore garanzia della nostra liberazione finale dalla schiavitù delle illusioni e delle limitazioni della vita inferiore e ci tutela dal rimanere volontariamente esiliati in questa vita inferiore in modo indefinito.



Capitolo 26

La questione della direzione

Il vero scopo dell'evoluzione umana, come è stato mostrato in precedenza, è quello di sviluppare un individuo autoilluminato, autodeterminato e autosufficiente. Tale persona può, ovviamente, evolversi negli stadi finali solo attraverso l'autodirezione. Una guida proveniente dall'esterno è necessaria e viene fornita nelle fasi iniziali ma, quanto più essa avanza sul sentiero dello sviluppo interiore, tanto più la guida esterna viene gradualmente ritirata e lei si vede costretta a rivolgersi alla propria guida interiore e rischiarare da sé il proprio cammino.

Il fatto che l'uomo disponga di una simile guida all'interno di sé deriva dalla natura stessa della sua costituzione. Il nucleo del suo essere è un centro della Coscienza Divina. La sua vita è radicata nella Realtà che soggiace all'intero universo manifestato, energizzandolo e guidandone l'evoluzione. Essa è un microcosmo che contiene potenzialmente in sé tutti i poteri e le facoltà che vediamo agire nel Macrocosmo. Sono queste le potenzialità che si schiudono dall'interno, attivandosi gradualmente con il procedere dell'evoluzione.

I grandi Maestri dell'Eterna Saggezza e i libri che trattano il problema dell'autorealizzazione hanno ripetutamente sottolineato che la Luce in grado di guidare l'aspirante nella ricerca della Verità può provenire solo dall'interno. Leggiamo, a questo proposito, ne *La Luce sul Sentiero*: "Poiché dentro di te è la luce del mondo, l'unica luce che può illuminare il sentiero. Se tu sei incapace di discernerla entro di te, è inutile cercarla altrove".

Gli *Yogasūtra*, nell'affrontare il problema della guida sulla via dello



Yoga, chiariscono il tema come segue: “*Yogāṅgānusthānād asuddhikṣa-ye jñānadiptir ā viveka-khyāteh*” (II-28), “Dalla pratica degli esercizi che compongono lo Yoga, dalla distruzione delle impurità nasce l’illuminazione spirituale, che si sviluppa nella consapevolezza della Realtà”.

Risulta quindi abbastanza ovvio che chiunque sia seriamente impegnato ad affrontare il problema dell’autorealizzazione dovrebbe riflettere sulla direzione del cammino, finché non sarà certo che tale orientamento proviene esclusivamente dall’interno. Solo allora cercherà seriamente e con determinazione nel proprio cuore quella Luce che lo potrà guidare in modo costante e infallibile.

Quando ci si dovrebbe rivolgere alla Luce interiore per avere una guida? Non c’è bisogno di sottolineare che l’uomo è incapace di avvalersi di questo tipo di aiuto nelle prime fasi della propria evoluzione. Per lungo tempo gli agenti esterni dell’educazione opereranno sulla sua mente, modelleranno il suo carattere e stimoleranno le sue nascenti facoltà spirituali. Ma, nella crescita di ogni anima, arriva un momento in cui questi elementi iniziano a rivelarsi inadeguati e si avverte il bisogno non solo di un obiettivo spirituale dinamico e definito ma anche di mezzi più efficaci per raggiungerlo. L’aspirante si rivolge dentro di sé per scoprire la Realtà nascosta nel proprio cuore e inizia ad attuare nella mente e nel cuore i necessari cambiamenti che gli consentiranno di portare a termine tale compito. Egli entra seriamente nel campo dell’autocultura. Questo è il momento di avviare la ricerca di quella fonte di Luce che, sola, è in grado di illuminare il suo Cammino.

Ogni aspirante dovrebbe avere ben chiari questi due aspetti. Innanzitutto l’obiettivo che si è posto e, in secondo luogo, chi lo guiderà sul Cammino per raggiungerlo. La risposta alla prima domanda dipenderà naturalmente dall’individuo, dal suo temperamento, dai suoi *Samskāra* e dall’ambiente in cui è cresciuto. Ma, sebbene gli scopi temporanei di un aspirante possano differire in base allo stadio della sua evoluzione e alla fase che sta attraversando, al momento l’obiettivo ultimo di tutti è il medesimo, ossia la Liberazione dalle illusioni e dalle miserie della vita e un’esistenza di Illuminazione e Amore come individui autorealizzati. Ciò è già stato approfonditamente trattato e non è necessario parlarne qui.



La risposta al secondo interrogativo è fornita in modo inequivocabile negli *Yogasūtra*, dove si legge: “*Sa pūrvēsām api guruh kālenānavacchedāt*” (I-26), “Non essendo condizionato dal tempo, Egli [*Ishvara*] è il Maestro anche degli Antichi”.

Ishvara o la Divinità che presiede il sistema solare è il vero e unico Maestro delle diverse umanità che si avvicinano nel vasto dramma che si dipana su diversi palcoscenici e in tempi diversi. Egli è il *Jagat-Guru* (Maestro del Mondo) che istruisce gli “Antichi”, i quali distribuiscono in seguito parti di questo insegnamento primordiale a diverse razze e sotto-razze, in base a bisogni e circostanze specifici. Sua è la Luce della Saggezza che risplende pura e incontaminata nei cuori di tutti i veri Maestri spirituali dell’umanità nonché, pur in modo meno luminoso, nei cuori di tutti i veri aspiranti in quanto “Luce sul Sentiero”. Egli è la fonte del potere e dell’ispirazione per tutti i veri Maestri di Saggezza e anche la guida invisibile che conduce ogni anima, lentamente ma inesorabilmente, verso il proprio obiettivo durante il lungo ciclo della sua evoluzione.

Nelle scritture indù viene più volte sottolineato che Dio e il *Guru* sono una sola cosa e il discepolo non dovrebbe in nessuna circostanza immaginare che siano distinti. È chiaro che, parlando di identità tra Dio e *Guru*, si intende semplicemente affermare che lo stesso Dio che rappresenta l’obiettivo del nostro impegno spirituale agisce anche come nostra guida nella ricerca, parlando dall’interno dei nostri cuori, prima come voce della coscienza e successivamente come Voce del Silenzio. Questa importante verità relativa alla vita interiore è stata travisata, come spesso accade, dalle interpretazioni ortodosse, per ovvi motivi, facendo intendere che anche un *Guru* ordinario, con tutti i suoi limiti e le sue debolezze umane, dovrebbe essere adorato come Dio! In caso contrario...

L’idea della Divinità nella Sua funzione di Maestro è stata simboleggiata nelle scritture indù con *Dakshināmūrti*. Il ben noto versetto che riportiamo di seguito ne descrive vividamente la natura e le funzioni in quanto *Jagat-Guru*:

“*Citram vaiataror mūle vṛddhah śhīṣyā gurur yuvā*
Guroḥ tu maunam vyākhyānam śīṣyās tu
chinnasam-sayā”.



“Che meraviglia! Sotto l’albero di baniano (vicino alle sue radici) siede il giovane Maestro tra i suoi anziani discepoli. Il Maestro resta in silenzio e nondimeno tutti i dubbi dei discepoli vengono dissipati”.

Questo versetto è tradizionalmente riferito a *Dakshināmūrti*; esso contiene forse alcune delle idee più significative e profonde riguardo alla relazione *Guru-shishya*.

Consideriamo innanzitutto il nome e la forma in cui viene simboleggiata la funzione divina del Maestro. L’indicazione relativa al nome si trova nella *Dakshināmūrti Upanishad*, in cui si afferma che *Dakshinā* indica *Buddhi*, quella facoltà spirituale presente in noi che ci consente di percepire la verità direttamente, senza l’ausilio dell’intelletto. Quindi *Dakshināmūrti* significa “l’Incarnazione di *Buddhi*” ossia la rappresentazione simbolica di quella funzione della Coscienza Divina in noi che ci permette di realizzare e di divenire consapevoli delle verità spirituali direttamente nelle profondità della nostra coscienza.

Per quanto riguarda la forma di *Dakshināmūrti* e lo scenario in cui si mostra, entrambi sono altamente simbolici e ci permettono di dare un rapido sguardo ad alcuni misteri riguardanti sia le esperienze spirituali sia le iniziazioni che vi conducono. Il primo punto da notare nella simbologia di *Dakshināmūrti* è che Egli viene mostrato con la stessa forma di *Shiva*, eccetto minime differenze che enfatizzano la Sua funzione di *Jagat-Guru*. Ciò senza dubbio significa che la Realtà da cui emanano le funzioni creatrici, conservatrici e rigeneratrici di *Ishvara* – simboleggiate in *Brahmā*, *Vishnu* e *Mahesha* – è anche la fonte della conoscenza e della Saggezza, necessarie per l’evoluzione dell’umanità nelle diverse fasi e per l’illuminazione degli individui che cercano la Liberazione.

Non è possibile trattare esaustivamente in questa sede la simbologia di *Dakshināmūrti*, ma alcune importanti caratteristiche cui viene fatto riferimento nella strofa sopra riportata possono essere spiegate brevemente.

Perché *Dakshināmūrti* siede sotto un albero di baniano e vicino alle sue radici? L’arbusto (*Ficus benghalensis*) è un noto simbolo della conoscenza umana: i suoi numerosi rami radicanti rappresentano le diverse diramazioni dell’apprendimento che appaiono al crescere della



conoscenza. Ma esso è un simbolo della conoscenza dell'intelletto, *Apara-vidyā*, e non della Saggezza o *Para-vidyā* che rappresenta la conoscenza nata dal contatto diretto con la Coscienza Divina. La prima si esprime attraverso l'intelletto ed è in grado di aumentare la differenziazione e l'elaborazione. La seconda è integrale, eternamente presente nella sua totalità all'interno della Coscienza Divina; viene conosciuta attraverso *Buddhi* ma si avvale dell'aiuto dell'intelletto nella sua espressione parziale e imperfetta sul piano intellettuale inferiore. Ecco perché *Dakshināmūrti* viene mostrato seduto vicino alle radici di un baniano e tuttavia separato da esso.

Il paradosso del Maestro di giovane età e dei discepoli anziani indica semplicemente che la fonte della Saggezza è eterna e non soggetta alle leggi di nascita, crescita e decadimento applicate a tutte le realtà presenti nel regno del tempo e dello spazio. Questa Eterna Saggezza deve essere trasmessa ai Maestri nel regno del tempo e dello spazio ed essi, sebbene spiritualmente avanzati, devono lavorare attraverso il mezzo imperfetto e impermanente dell'intelletto. Sia i Maestri sia i loro insegnamenti sono soggetti alle leggi della crescita e del decadimento. Non solo i Loro corpi invecchiano e muoiono come quelli di chiunque altro ma anche i loro insegnamenti si corrompono con il passare del tempo a causa dell'ignoranza e della debolezza di coloro che li trasmettono. L'Eterna Saggezza da cui tali insegnamenti derivano si mantiene invece costantemente fresca, dinamica e pura come la giovinezza, poiché fa parte della Coscienza Divina del *Logos*.

L'altro paradosso espresso nel versetto, in cui vediamo il Maestro restare in silenzio e, ciononostante, dissipare tutti i dubbi dei discepoli, è forse la caratteristica più significativa della simbologia di *Dakshināmūrti*. Per comprendere questo mistero dobbiamo ricordare che la conoscenza comunicabile attraverso il linguaggio è *Apara-vidyā*, pertinente all'intelletto. I segreti più elevati e profondi della vita si trovano oltre la portata di quest'ultimo e possono essere trasmessi esclusivamente come esperienze dirette. La coscienza del ricevente viene elevata a un livello superiore; qui egli può sperimentare direttamente la verità che si intende comunicargli, conoscendola attraverso la consapevolezza effettiva. L'intelletto è uno strumento farraginoso per l'acquisizione della conoscenza, anche per quanto riguarda le re-



altà della vita inferiore e risulta del tutto inadeguato per quelle dei regni spirituali. La conoscenza della relazione esistente tra *Jīvātmā* e *Paramātmā*, la natura dell'Amore Divino, il motivo per cui *Jīvātmā* viene coinvolto nel Processo del Mondo non sono argomenti da comprendere intellettualmente ma da acquisire per esperienza diretta, che avviene nel profondo della nostra coscienza, trascendendo l'intelletto.

Anche i nostri dubbi più comuni e i problemi della nostra vita interiore possono essere risolti meglio attraverso la luce di *Buddhi* proveniente dall'interno e che possiamo considerare come un raggio di Luce emanante da *Dakshināmūrti*. Fino a quando questa Luce non irradia il nostro intelletto, la conoscenza intellettuale rimarrà per lo più sterile e il significato più profondo e reale della luce si manterrà celato.

Dopo aver considerato la natura del Maestro Divino presente nel cuore di ogni aspirante e che attende di guidare quest'ultimo attraverso la Voce del Silenzio, tratteremo molto brevemente dei vantaggi derivanti dal contatto diretto con Lui. Uno dei maggiori problemi della vita spirituale è quello di trovare una guida affidabile che ci aiuti a superare le difficoltà e le prove, donandoci forza quando ci sentiamo sfiduciati e luce quando sembriamo smarriti nell'oscurità dell'ignoranza e della disperazione. Molti sinceri aspiranti trascorrono la propria vita nell'inutile ricerca del *Guru* ideale nel mondo esteriore, ignorando il *Guru* Supremo, che in realtà sta loro molto più vicino, la cui saggezza, forza e compassione sono illimitate e costantemente a disposizione, e che conosce in ogni momento anche i più leggeri aneliti e risponde a ogni sincera richiesta d'aiuto, per quanto tenue essa sia. In tutti questi casi mancano fede e fiducia: fede sulla presenza del *Guru* Interiore e sulla sua disponibilità a guidarci, fiducia nella nostra capacità di stabilire un contatto con Lui, ricevendone supporto. Tutti questi dubbi possono essere superati con un supremo atto di fede, orientandoci risolutamente nella Sua direzione e invocandolo come nostra guida. Se persisteremo nel volgerci verso di Lui, cercando il conforto di cui abbiamo bisogno nella nostra vita interiore, scopriremo che il Suo sostegno si farà sempre più presente, finché non diverremo indipendenti da qualunque aiuto esterno. Naturalmente occorre l'impegno per creare le condizioni essenziali affinché tale aiuto discenda in noi, poiché la luce di *Buddhi* può risplendere solo in una



mente pura, tranquilla, armonica e pervasa dalla devozione.

Vi è un ulteriore punto da prendere in considerazione nel trattare la funzione di *Dakshināmūrti* come Maestro Supremo. Dove si situano i veri Maestri degli uomini, che guidano gli aspiranti sul Sentiero della Liberazione, in relazione a *Dakshināmūrti*? Tali Maestri, appartenenti a diversi gradi, nonché i Maestri di Saggezza, senza dubbio esistono e aiutano le persone in vari modi nel loro sviluppo spirituale. Non avranno essi, dunque, alcun ruolo nella vita dell'aspirante che riconosca *Dakshināmūrti* come Maestro Supremo? Nel rispondere a questa domanda occorre ricordare che tutti i *Sat-Guru* sono Esseri Liberati, stabiliti in modo permanente in *Sat* o nella Verità, e che la Loro Coscienza è quindi una cosa sola con la Coscienza di *Dakshināmūrti*. Essi sono, in un certo senso, avamposti della Sua Coscienza e agenti della Sua volontà per tutti gli aspiranti. Quando un discepolo necessita e merita aiuto, questo gli viene fornito attraverso di Loro, nel miglior modo possibile e in relazione con le circostanze; in che modo o da chi provenga non sta all'aspirante giudicare. Egli dovrebbe lasciare queste considerazioni a Coloro che sono in grado di compiere la Volontà del Maestro Supremo con consumata abilità e saggezza, restando vigile e attento, pronto a ricevere sostegno e orientamento in qualunque modo si manifestino. L'aspirante potrà trovarsi fisicamente in presenza di un Maestro oppure essere guidato dall'interno o ancora essere lasciato interamente alle proprie risorse, al fine di sviluppare la forza interiore e la fiducia in se stesso. La natura dell'aiuto varia in base alle circostanze prevalenti e ai bisogni del discepolo. Maestri di livello inferiore possono altresì agire come strumenti imperfetti di *Dakshināmūrti*, in relazione alla purezza mentale manifestata, al loro affrancamento dall'egoismo e alla misura in cui la loro mente si trova in armonia con la Sua Coscienza.



Glossario dei termini sanscriti presenti nel testo

Adi – il primo e il più elevato.

Ānanda – uno dei tre aspetti della coscienza, quello che riguarda la beatitudine.

Anupādaka – “senza dimora”. È il piano monadico o paranirāvnico.

Arhat – colui che ha raggiunto la quarta Iniziazione nel cammino della santità.

Ātmā – lo Spirito, individuale o universale.

Bhakti – devozione o amore.

Bhakti-Marga – cammino della devozione.

Buddhi – facoltà di percezione diretta, o intuitiva.

Chakra – centro psichico nel corpo.

Chit – uno dei tre aspetti della coscienza, quello che riguarda la Mente Superiore.

Dharma – legge, giustizia, fede, religione, dovere.

Guna – qualità fondamentali della materia basate sul movimento.

Ishta-Devatā – forma della Divinità che il devoto sceglie come oggetto di adorazione.

Ishvara-Pranidhāna – autoaffidamento o sottomissione al Signore.

Japa – ripetizione di un nome sacro o di un mantra.

Jīvanmukti – stato di liberazione dalle limitazioni della personalità nei mondi inferiori.

Jīvātmā – anima spirituale.

Jñānendriya – i cinque organi di percezione dei sensi.

Karmendriya – gli organi di azione.

Kleśha – cause della miseria umana.
Kundalinī – fuoco serpentino.
Māyā – illusione.
Nirbīja Samādhi – contemplazione o meditazione; “senza seme”.
Nishkama-Karma – karma o azione senza desiderio.
Nirvāna – liberazione, assorbimento nello Spirito Supremo.
Prāna – forza vitale, che fluisce nella controparte eterica del corpo fisico.
Purusha – la Monade; l’anima spirituale eterna dell’essere umano.
Rajas – uno dei tre *Guna*, quello attinente all’attività.
Sabīja Samādhi – contemplazione o meditazione; “con seme”.
Sādhana – autocultura per lo sviluppo spirituale.
Sāmkhya – uno dei sei sistemi della filosofia indù.
Samyama – triplice processo di meditazione; i tre *Anga* interni della tecnica dello Yoga.
Samskāra – impressioni o tendenze, lasciate da azioni, pensieri e desideri.
Sat – uno dei tre aspetti della coscienza, l’aspetto della volontà.
Sattva – uno dei tre *Guna*, quello attinente all’armonia.
Sloka – versi.
Sushumnā – passaggio lungo la spina dorsale nel quale si muove *Kundalinī*.
Tamas – uno dei tre *Guna*, quello attinente all’inerzia.
Tapas – austerità, disciplina.
Vairāgya – assenza di desiderio o di attaccamento.
Viveka – facoltà di discernimento.
Vrttis – stati mentali o modi di essere; modificazioni, fluttuazioni, cambiamenti.
Vrtti-Nirodhah – soppressione delle modificazioni.

*Nel testo originale inglese manca il glossario. Le definizioni sono desunte dal glossario presente nella versione brasiliana del testo e dal *Glossario Teosofico* di Pier Giorgio Parola.

La Società Teosofica

La Società Teosofica è stata fondata a New York il 17 novembre 1875 ed eretta in Ente Morale a Madras (ora Chennai in India) il 3 aprile 1905. Fra i suoi fondatori H.P. Blavatsky (nobildonna russa) e H.S. Olcott (un colonnello americano), che furono i pionieri della S.T., ispirati e sostenuti nella loro azione da due Mahatma orientali, Morya e Koot-Hoomi.

In Italia la Società Teosofica è stata fondata nel febbraio 1902 ed eretta in Ente Morale filantropico-culturale con decreto del Presidente della Repubblica n. 821 in data 15.9.1980.

Dall'11.8.2022 è un'Associazione di Promozione Sociale iscritta al Registro Unico Nazionale del Terzo Settore.

La Società Teosofica è un'Associazione internazionale apolitica e areligiosa, composta da donne e uomini associati nel riconoscimento del principio della fratellanza umana.

All'infuori di questo Principio fondamentale i componenti la Società Teosofica non hanno nessuna credenza o fede obbligatoria.

L'Associazione si basa sul fondamentale diritto alla libera ricerca e conseguente rispetto di tutte le idee.

Come ha precisato la dottoressa Annie Besant: *“Il vincolo d'unione tra i membri della Società Teosofica non è una credenza comune, bensì una comune ricerca della Verità”*.

Gli scopi della Società Teosofica sono i seguenti:

1. Formare un nucleo della fratellanza universale dell'umanità, senza distinzione di razza, credo, sesso, casta o colore.
2. Incoraggiare lo studio comparato delle religioni, filosofie e scienze.
3. Investigare le leggi inesplicate della natura e le facoltà latenti nell'uomo.

Simpatizzare con questi scopi è l'unica condizione richiesta per associarsi.



Dichiarazione dei principi:

La Società Teosofica è composta da studiosi appartenenti a qualsiasi religione del mondo o a nessuna, uniti nell'approvare gli scopi della Società, con il desiderio di rimuovere gli antagonismi religiosi, di attrarre gli uomini di buona volontà, qualunque sia la loro opinione religiosa, e di studiare le verità religiose, nonché di condividere con gli altri i risultati dei propri studi.

Il loro vincolo di unione non è professione di una credenza comune, bensì una comune ricerca e aspirazione alla Verità.

I teosofi sostengono che la Verità deve essere cercata con lo studio, con la riflessione, con la purezza della vita, con la devozione agli elevati ideali e considerano la Verità come una ricompensa alla quale si mira, non come un dogma che si deve imporre con autorità.

I teosofi ritengono che la credenza debba essere il risultato dello studio individuale o dell'intuizione, non la sua premessa, e che debba basarsi sulla conoscenza, non sulle affermazioni.

I teosofi estendono la tolleranza a tutti, anche agli intolleranti, non come un privilegio da concedere, bensì come un dovere da adempiere e cercano di rimuovere l'ignoranza, non di punirla.

I teosofi considerano ogni religione come un'espressione della Divina Saggezza e preferiscono studiarla anziché condannarla, praticarla anziché farne proselitismo.

Pace è la loro parola d'ordine e *Verità* la loro meta.

Dichiarazione di intenti della Società Teosofica:

Servire l'umanità dedicandosi a una sempre più profonda comprensione e realizzazione dell'Eterna Saggezza e alla propria trasformazione spirituale, nel segno dell'Unità della Vita.



Sede Centrale della Società Teosofica
(*Ente Morale 3.4.1905*)
Adyar-Chennai 600 020 (India)

**Sede Legale
della Società Teosofica Italiana APS**
(*Iscritta al Registro Unico Nazionale del Terzo
settore con Decreto R.V. n. 404 dell'11.8.2022*)
36100 Vicenza
Viale Q. Sella, 83/E

Segreteria Generale
36100 Vicenza
Viale Q. Sella, 83/E

Organo ufficiale:
“*Rivista Italiana di Teosofia*”

**Edizioni Teosofiche Italiane
(E.T.I.)** è il marchio
editoriale della Società
Teosofica Italiana (S.T.I.)

I canali di comunicazione della Società Teosofica Italiana

Telefono:	Segreteria Generale	0444-962921
E-mail:	Segreteria Generale	sti@teosofica.org
	Rivista Italiana di Teosofia	rit@teosofica.org
	Edizioni Teosofiche Italiane	eti@teosofica.org
	Ordine Teosofico di Servizio	ots@teosofica.org

Pagine Facebook:

Società Teosofica Italiana
<https://www.facebook.com/Societ%C3%A0-Teosofica-Italiana-578436002310727>

Rivista Italiana di Teosofia
<https://www.facebook.com/Rivista-Italiana-di-Teosofia-1587259024897529>

Ordine Teosofico di Servizio
<https://www.facebook.com/ordineteosoficodiservizioitalia>

Siti internet:

Società Teosofica Italiana <https://www.teosofica.org/it/>
Edizioni Teosofiche Italiane <https://www.eti-edizioni.it/>

Canali YouTube:

Società Teosofica Italiana:
<https://www.youtube.com/channel/UCnepWY8DTjJmCm3jKtsikgg>
Società Teosofica Vicenza:
<https://www.youtube.com/channel/UCgiK88FDuz3lOwaPfqdUE-w>

Instagram:

<https://www.instagram.com/calendario.teosofico/?hl=it>

Composto in carattere
Baskerville 11/13

Carta
Cartiere Fedrigoni Corolla Book Premium White da 90 g/mq

Finito di stampare
nel mese di luglio 2025
da Bona digital print - Torino