

## CAPITOLO 10

### L'AMORE TRA GURU E DISCEPOLO

*Soltanto una volta, Ti prego,  
getta il Tuo dolce sguardo su di me, oh Signore.  
Questo mio ardente desiderio di Te  
non nasce da una sola vita, ma da molte.  
Tu che incarni l'amore e l'ispirazione,  
Ti prego fa risplendere la Tua Grazia su di me.*

*(Dal bhajan di Bapuji: Hari Ekvara Nirakho)*

#### **Il vero discepolo**

Pur mettendo insieme tutto l'amore del mondo, non raggiungeremo un'oncia dell'amore del Guru. Vero discepolo è colui che pensa continuamente al Guru; egli è veramente fortunato. Chi non sperimenta la divinità del Guru, avrà difficoltà a sperimentare la divinità di Dio. In più chi passa da un Guru a un altro non otterrà alcun risultato.

Assaggiando un frutto ne conosciamo subito il sapore, ma ciò non vale per il Guru. Non è possibile conoscerlo in uno o due giorni. Se volete aprire il contatto con un vero Guru, dovete stare alla sua presenza e vivere accanto a lui. Ci vuole tempo perché l'amore e il contatto si sviluppino. Quando l'amore tra voi e il Guru diventa come quello tra padre e figlio, allora il discepolo è pronto per ricevere *mantra diksha* (iniziazione al mantra).

Come il negoziante dà ai clienti articoli in offerta per invogliarli a comprare, così il Guru a volte rivela subito alcune conoscenze per ispirare l'allievo ad avanzare sul sentiero dello yoga. Prima di ricevere la conoscenza comunque, ci dev'essere amore genuino tra il discepolo e il Guru. Quando il Guru incontra un discepolo, il suo cuore esulta di gioia; allo stesso modo, il cuore del vero discepolo si riempie d'amore nel vedere l'immagine del proprio Guru. Chiunque abbia la grazia di avere un vero Guru ha negli occhi uno sguardo particolare e un certo *charme* nella voce, perché vive continuamente nell'amore illimitato del Guru.

I miei discepoli indiani sono tristi perché ora io sono in America; sono qui per esigenze della mia sadhana, ma non per questo li ho abbandonati. Anche il mio cuore soffre per essere separato da

loro. Il mio è come un qualsiasi altro cuore; potremmo dire che è insieme quello di un padre, e quello di un Guru.

L'amore del discepolo non è come quello del Guru. L'amore del Guru è chiamato *vastlya*, amore puro e incondizionato. *Vastlya* è un amore immenso. Tutti i fiumi dell'amore originano da *vastlya*, e *vastlya* è anche l'oceano infinito dell'amore ove tutti questi fiumi rifluiscono. Il vero amore è sempre un riflesso dell'amore divino. L'amore tra Guru e discepolo ha una natura spirituale che origina dall'amore divino. È benefico sia per il Guru che per il discepolo e li aiuta ad evolvere entrambi. Se quell'amore è vero, non cadrà mai nell'oblio.

## **L'eredità di un cuore che ama**

Quando i discepoli mi portano ghirlande, frutta, incenso di sandalo, vestiti e offerte in denaro, io osservo i loro sentimenti piuttosto che i loro regali. Solo un cuore che ama può accendere in un altro cuore lo stesso sentimento, proprio come una lampada che brucia accende una che è spenta.

Io sento in che modo Dio, che è la sorgente dell'amore, è presente negli occhi imperlati di lacrime e nei cuori dei discepoli, quando si inchinano davanti a me durante le cerimonie. Il mio cuore è sopraffatto dal dolore quando vedo un discepolo infelice o so che c'è sofferenza nella sua vita. Non ho mai dovuto andare lontano per studiare la natura dei sentimenti umani, perché li vedo chiaramente nei cuori e nelle menti dei miei discepoli; i loro sentimenti sono stati i miei insegnanti.

Ricordo ancora quando anni fa il mio Gurudeva si avvicinò e mi disse: «Figlio mio, domani comincerai un digiuno di quaranta giorni e praticherai mantra japa». Le prime due parole: «Figlio mio» erano molto dolci, ma io non ero certo che bastassero ad addolcire ciò che seguiva. Pur avendo una fede incrollabile nella sadhana, dubitavo che sarei riuscito a portare a termine un compito così arduo.

La mia apprensione fece sì che mi uscisse di bocca un tradizionale modo di dire indiano: «Il volto compassionevole di Dio non guarda l'affamato». Poi aggiunsi: «Ma quando digiunerò Lui dovrà guardarmi, perché io canterò japa continuamente, e prima ancora di iniziare a farlo, io chiamerò Dio e Gli chiederò di sedersi accanto a me per quaranta giorni».

Gurudeva rispose con un sorriso: «Lascia che sia Dio ad occuparsi delle Sue “debolezze”, non hai bisogno di farlo per Lui. Il significato di quel detto e lo scopo del tuo digiuno sono due cose diverse, perciò non mescolarle. Letteralmente la parola *upvas* (digiuno) significa “sedere o dimorare vicino a Dio”, ma in realtà è Dio che siede vicino al devoto che digiuna. Un vero devoto è affamato solo d'amore, e poiché Dio non può fare a meno di contemplare il devoto affamato d'amore, non lo lascerà mai solo».

Come immaginare un vero devoto che non abbia il cuore pieno di devozione e gli occhi che irradiano amore? Dio ha versato un oceano di amore nel mio cuore per migliaia di miei discepoli. Dio ha un piano di straordinaria misericordia: non appena il discepolo immerge la propria mente nel

fiume di questo amore — così come un bambino abbandona il capo nel confortante grembo materno — egli riceve amore, felicità e pace immediatamente. L'amore puro che si sviluppa tra Guru e discepolo è il primo passo verso l'amare Dio.

Ho sempre amato i discepoli impegnati nella vita del mondo come miei stessi figli, e non sono mai rimasto insoddisfatto dei loro amorevoli servizi. Allo stesso tempo non ho mai considerato i miei discepoli rinuncianti diversi da me, e non ho mai nascosto loro alcun segreto, né li ho mai dimenticati, che vivessero vicini o lontani da me.

Ho avuto sempre cura di vigilare che i miei difetti non li danneggiassero. Io preferisco che loro non vivano vicino a me, così che possano praticare la sadhana in modo indipendente; ciò consente loro di sviluppare più facilmente fiducia in se stessi. Anche se non vivendo accanto a me questi discepoli possono perdere alcuni benefici, immancabilmente, quando il momento lo richiede, li chiamo per ispirarli con gli insegnamenti appropriati alla loro fase di sadhana. Quando nella sadhana raggiungono livelli più elevati, essi comprendono la ragione di questo mio agire.

La mia relazione con voi è come quella di un nonno spirituale. Il mio Guru mi ha dato l'iniziazione in un rapporto individuale. Poi, con la sua benedizione, io ho iniziato altri discepoli, quindi loro tutti sono suoi discepoli. Io sento che tutti i miei discepoli sono i discepoli del mio Guru. Egli esiste ancor oggi su questa terra e, finché Lui è qui, io non posso assumere il ruolo di Guru, ma posso solo essere un discepolo; perciò noi tutti siamo i discepoli di un grande Maestro.

## **Dall'ignoranza alla conoscenza**

Quando nasciamo siamo influenzati da molte impressioni che provengono dalle nostre incarnazioni precedenti. L'ignoranza è la causa di base delle influenze negative. Quest'ignoranza è vastissima e non può essere rimossa in una sola vita. Noi crediamo di avanzare dall'ignoranza alla conoscenza, ma ciò che più spesso avviene è che semplicemente passiamo da un'ignoranza vecchia a un'ignoranza nuova, e anche se pensiamo di acquisire nuova conoscenza, la vera conoscenza può solo arrivare quando l'ignoranza si è conclusa.

Il parola *gu* significa oscurità mentre *ru* significa luce, quindi «Guru» si riferisce a chi ci conduce dall'oscurità alla luce, dall'ignoranza alla conoscenza. La luce del sole, quella della luna e delle stelle possono dissolvere l'oscurità della terra, ma non possono illuminare l'oscurità dell'ignoranza. Il Guru, che è più grande di queste fonti di luce fisica, può rimuovere l'oscurità dell'ignoranza e sostituirla con la luce della conoscenza.

Non tutta la conoscenza è rivelata dal Guru. La vera fonte di conoscenza si fonda sulla pratica. Non molto tempo fa, il mio discepolo Vinit Muniji mi fece una domanda. Egli è un sadhaka con molti anni di sadhana regolare, ma la domanda che mi faceva riguardava un segreto che non poteva essere rivelato anzi tempo; quindi non gli diedi risposta. Egli però è un mio discepolo e qualsiasi cosa io possegga è sua; perciò gli dissi: «Figlio mio, scopri la risposta da solo. In questo modo,

quando l'avrai scoperta, la tua gioia sarà più grande. In seguito, attraverso la tua pratica yoga, comprenderai perché questo è un segreto».

I Santi non sono avari. Lo fossero, non darebbero alcun insegnamento alla società. Ma la società ha poca capacità di digerire ciò che i Santi conoscono. Perciò la conoscenza è rivelata solo quando il vostro recipiente non è più capovolto, ossia quando voi avete praticato abbastanza da avere un contenitore che possa riceverla.

## **L'anima della preghiera**

In questo tipo di sadhana c'è un solo desiderio, che è quello di trovare Dio. Prendere rifugio in Dio vuole dire darsi totalmente a Lui, e ciò a volte dà piacere e a volte dà grande dolore.

Io avevo diciannove anni quando sedetti ai piedi di loto del mio Guru. Ricevendo il suo amore ne fui inebriato. A quel tempo provai la felicità suprema. Come una falena offre volentieri il suo corpo alla fiamma, io ero pronto a dare tutta la mia vita alla sua luce.

Lui era un *Siddha*, un Maestro Perfetto, quindi conosceva completamente la mia mente. Un giorno mi disse: «Figlio mio, io apprezzo moltissimo che tu ami il mio corpo, ma io non sono questo corpo. Ciò che tu chiami *Guru* risiede nei miei pensieri e nella mia azione. Pratica e assimila i miei principi, e ciò dimostrerà il tuo vero amore per me».

Perciò dovete avere fiducia nei pensieri e nelle azioni del Guru, ed essere convinti che lui è veramente il vostro sostenitore. Un vero Guru è sempre altruista e non vi chiederà mai niente. Egli non è interessato alla ricchezza, alla fama o alle vostre realizzazioni. È sufficiente per lui che vogliate crescere spiritualmente.

C'è un tremendo potere nel nome del Guru e nel nome di Dio. Se vi stupisce che un nome possa avere potere, considerate il potere che ha il nome di un uomo molto ricco, tanto da far sì che nessuno possa fare a meno di pronunciarlo. Se c'è potere nel nome di un ricco, tanto più ce n'è nel nome di Dio.

In un canto devozionale che ho scritto, il devoto prega: « *Soltanto una volta, Ti prego, getta il Tuo dolce sguardo su di me, oh Signore. Questo mio ardente desiderio di Te non nasce da una sola vita, ma da molte. Tu che incarni l'amore e l'ispirazione, Ti prego fa risplendere la Tua Grazia su di me*». Poi il devoto continua la supplica: «*Io sto soffrendo a causa dei veleni dell'avidità, dell'odio e dell'attaccamento. Ti prego, sii misericordioso, toglimi questo dolore e siediti sul trono del mio cuore*».

Molte preghiere riecheggiano questo stesso tema. Tuttavia, anche pregando con grande fervore, non possiamo fare in modo che Dio prenda posto nei nostri cuori. È Dio stesso a decidere quando farlo. Chi dice: «Io amo solamente Dio» sta in verità dicendo che Dio gli ha fatto la Grazia di venire nel suo cuore, non che sta facendo qualcosa per determinarlo.

Il canto continua: *«Oh Signore, noi siamo desiderosi di essere ai Tuoi piedi. In quale altro luogo possiamo andare e chi altro può alleggerirci dal nostro dolore? Tu sei il nostro unico conforto».*

La devozione permea molte preghiere. Ma dopo aver espresso la vostra supplica in meditazione o con parole di devozione dovete ascoltare la risposta, e non pensare che la vostra preghiera sia andata a vuoto. Dio sente tutte le vostre preghiere ancor prima che siano state pronunciate. Rifletteteci! Quando il vostro bambino piange, lo fa forse recitando un poema? No! Il puro sentimento che sta dietro il suo pianto è la sua preghiera senza parole. Questo è ciò che tocca il cuore della madre. Allo stesso modo, la vostra preghiera senza parole immediatamente raggiunge Dio. Voi potete non credere che piangere sia una delle forme più elevate di devozione, ma chiunque piange sa cos'è il sadhana. Se piangete di fronte a Dio con cuore puro, tutte le altre tecniche impallidiscono al confronto, perché il piangere include tutti i principi dello yoga.

Ora vi racconterò delle mie lacrime. Dopo essermi inchinato ai piedi di loto del mio Guru, un giorno gli dissi che volevo confessargli un mio segreto.

«Dimmi» disse Gurudeva sorridendo dolcemente. «Maestro, quando prego Dio, mi viene da piangere». «No, tu non piangi». «Sì Gurudeva, veramente piango». «Tu piangi, ma solo per il tuo dolore, non per la separazione da Dio».

Noi piangiamo spesso ai piedi di Dio, a volte potremmo riempire le nostre mani di lacrime, ma quante delle nostre lacrime sono veramente per Dio? Mentre noi piangiamo per il nostro dolore, lo crediate o no, Dio piange per la separazione da noi!

Siamo abituati a credere che c'è gioia nel ridere, ma c'è una gioia più grande nel piangere, perché piangere per Dio vi conduce ai Suoi piedi. Quelle lacrime non sono di tristezza, ma conducono alla beatitudine. Voi dovete sapere che questo dolore è la benedizione di Dio su di noi. È il mezzo che ci porta nella preghiera e nel profondo contatto con Lui. Se non siamo in grado di usare uno strumento così potente, dobbiamo riconoscere che il nostro amore per Dio è insufficiente.

Non importa in quale nazione siate nati, l'anima del pianto è preghiera. Ogni chiesa e luogo santo è fatto di preghiere. Le preghiere offerte col cuore sono mezzi miracolosi. Sono trent'anni che percorro la via dello yoga. Benché sia stato molto vicino alla morte cinque volte, sono sopravvissuto per grazia di Dio. Attraversare tali difficoltà è stato come passare attraverso un enorme fuoco, e la preghiera è stata ciò che mi ha portato in salvo attraverso tutte le difficoltà.

## **Dimora in ciò che ami**

Trovate modi per accrescere il vostro amore per Dio, il Guru e lo sviluppo spirituale. Per rafforzare la vostra devozione, tutto ciò che dovete fare è bussare alla porta di Dio. Dio l'aprirà

automaticamente, conoscendo i veri sentimenti che stanno nel vostro cuore. Non pensate di essere solo voi ad amare Dio: l'amore che Dio ha per voi è incommensurabile.

È sbagliato pensare che solo chi adora Dio è un vero devoto. La devozione può essere sviluppata anche attraverso il sentiero della saggezza o del servizio altruistico. Tutti i percorsi, pur avendo approcci diversi, sono identici per ciò che riguarda il cuore. Essi sono diversi per come veicolano l'energia, le espressioni possono essere differenti, ma la fonte di ogni vero percorso spirituale è l'amore. Non è possibile raggiungere la verità se il vostro sentiero non è pervaso d'amore.

Soffermatevi su ogni oggetto di meditazione per il quale provate intenso amore e concentratevi su di esso, la meditazione comincerà a ricavarne forza. Quando meditate su un Santo, ad esempio, potete immaginare che state ricevendo un flusso di energia da tutti i Santi.

In India indirizziamo la nostra attenzione su immagini di divinità. Ciò rappresenta uno sforzo per avere contatto con Dio. Sperimentatelo voi stessi, scegliendo una forma che vi ispira.

L'immagine preferita di Dio, in India, è Krishna bambino. Immaginate che lui sia proprio qui di fronte a voi, e gli stiate preparando il bagno. Visualizzate questo molto chiaramente. L'acqua del bagno è aromatizzata con zafferano e gli abiti di Krishna bambino sono ordinatamente piegati. Egli è molto elegante, anche da bambino, ed ama stoffe vivacemente colorate. Dopo averlo vestito, immaginate di giocare un po' con lui e poi di alimentarlo col siero di latte che a lui piace tanto. Ascoltando le sue dolci risate, potete sentire come è bello tenerlo tra le vostre braccia. Concentrandovi sulla sua grazia e la sua bellezza, dimenticherete voi stessi.

«Meditare in questo modo, cambierà veramente la mia coscienza?» potreste chiedere. C'è un cambio netto di coscienza. Normalmente quando sedete in meditazione cominciate a pensare ai vostri affari o alle esperienze di tutti i giorni e più tentate di rimuoverli più quei pensieri si presentano. In questa situazione, potreste arrivare alla conclusione che è meglio smettere. Se continuate a praticare, dovrete essere capaci di raggiungere uno stato di assenza di pensieri; ma nessuno ha ancora inventato un interruttore per i pensieri, anche se renderebbe certamente le cose più facili.

Tuttavia, ci sono modi per aggirare la mente. Per esempio, se uno stabilisce che i pensieri lo distraggono, può attivare un flusso di nuovi pensieri per sostituirli. Proprio come voi eliminate le impurità del vostro corpo facendo un bagno, potete eliminare le impurità della vostra mente immergendovi nella devozione. Con meno pensieri di natura mondana, la vostra mente sarà naturalmente rilassata e arresa.

Purtroppo la maggior parte della gente non ha cura dei propri pensieri. Invece di dimorare in ciò che eleva, focalizza la mente su piccoli disturbi che catturano l'attenzione. Poi insoddisfatta dei piccoli disturbi, va avanti a collezionare pensieri che tengono alterata la mente per ore, e poi per diversi giorni, mesi e anni. Non è diverso da un bambino che con le sue stesse mani si tira i capelli e poi piange per lo spavento. Non comprendiamo che siamo noi stessi la causa del problema, creando

da soli il nostro disagio. Tuttavia possiamo decidere di cambiare e lasciare che i nostri pensieri dimorino in Dio.

Dopo avermi insegnato vari mantra, Guruji mi disse: «Concentrati sul mantra *radha-purushottam*». Io cercavo di concentrarmi su questo mantra, ma non riuscivo, allora escogitai altri rimedi per concentrarmi. La concentrazione dipende dal ricordo, e il ricordo dipende dall'aver una visione immediata. Poiché avevo sempre una visione chiara di Guruji, rievocandolo diventavo vigile. Più praticavo, più mi rendevo conto che focalizzare la mia attenzione su Guruji era il modo migliore per ottenere la concentrazione. Ora ogni qualvolta che la mia mente oscilla, mi basta pensare a lui per riportarla alla quiete.

## **Entrare nel cuore di Dio**

Fin dalla visita a Kayavarohana, ho riflettuto moltissimo sul ruolo dei templi e della religione. Il tempio è il cuore di una civiltà. Distruggerlo equivale a distruggere religione e civiltà. I templi non sono manicomi per adoratori di immagini di pietra. I templi sono scuole di umanità, dimore di pace, terre di conciliazione, centri della speranza e luoghi di ispirazione e concentrazione. Allo stesso tempo, l'adorazione delle divinità non è la semplice adorazione di immagini, ma adorazione di Dio invisibile. Quando parlate al telefono non è il telefono ad essere in primo piano, ma la persona con cui parlate. Allo stesso modo quando un devoto prega davanti a un'immagine di Dio, l'immagine svanisce alla coscienza e Dio appare in primo piano nel cuore del devoto.

Una volta, un abile artista scolpì una bella statua di Laxminarayan, che fu collocata con una cerimonia in un tempio. In poco tempo, centinaia di devoti cominciarono ad affluire davanti alla statua per il darshan. Un giorno arrivò anche lo scultore, vide i devoti in adorazione, ma non si inchinò davanti alla statua. Quella notte ebbe un sogno nel quale gli apparve Laxminarayan.

«Chi sei tu?» chiese sorridendo lo scultore. «Sono Laxminarayan». «Laxminarayan? Non può essere. Fui io a scolpire la tua statua di marmo». «Hai ragione. Allora io ero solo un'effigie di pietra, ma ora sono Dio». «E chi ti ha trasformato in Dio?». «I devoti. Con la loro devozione mi posero nel cuore di Dio».

Qualsiasi cosa, su cui ponete la vostra devozione, espande il vostro cuore e calma la vostra mente, perciò scegliete per la vostra adorazione qualsiasi forma che vi ispiri. Il meglio che possiate fare per la vostra mente, col suo aggrovigliato deposito di pensieri, è di creare nuovi pensieri devozionali finché i vecchi non siano andati via.

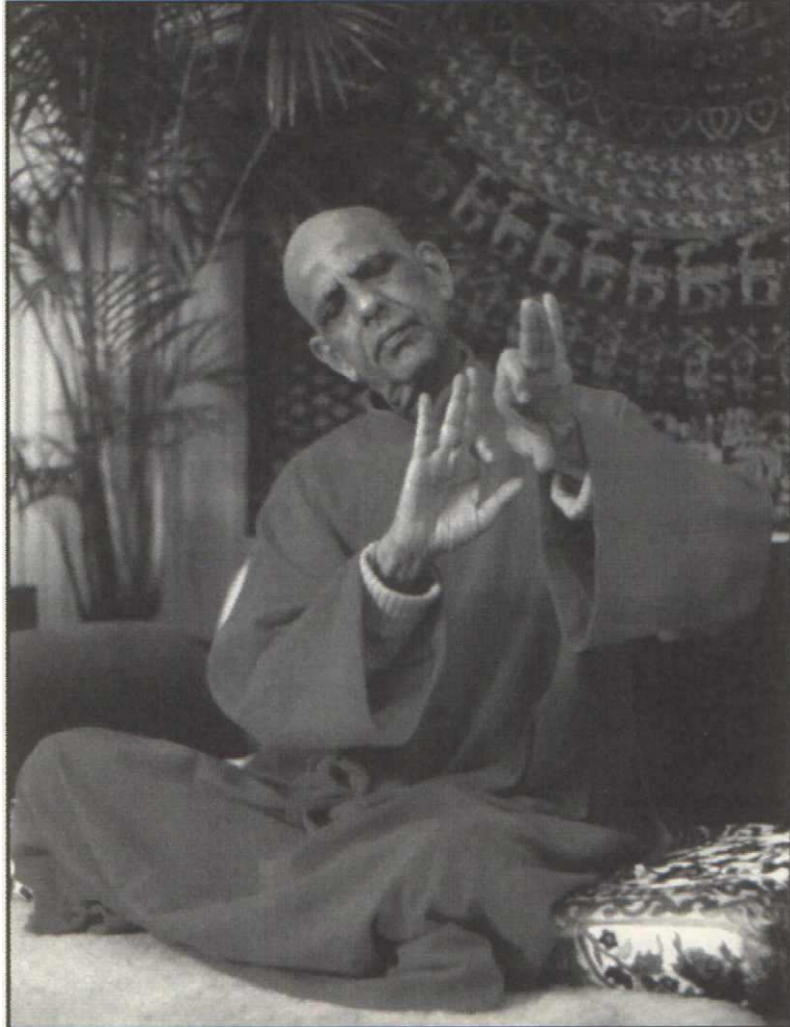
Poiché il sadhana, che pratico dall'infanzia, è divenuto lo scopo della mia vita, i miei pensieri sono concentrati completamente su Dio. Malgrado abbia sostenuto continui sforzi per raggiungere lo stadio fermo, e non più vacillante, della mia pratica, chiamato nella Gita *sthitapragnya*, non considero che il mio sforzo sia stato perfetto. Io non lo chiamo neppure penitenza, ma semplicemente preghiera.

Nella sacra *Katha Upanishad* si dice: «Non si raggiunge l'Essere Supremo attraverso i discorsi, i sermoni, l'intelletto o l'ascolto delle sacre scritture. Lo raggiunge l'aspirante che Egli accetta. Davanti a un tale aspirante Egli rivela la Sua vera forma».

Ogni giorno io prego l'Essere Supremo affinché accondiscenda ad accettarmi come sono. Questa preghiera è il mio sadhana. Io ho vissuto con questa preghiera e sinceramente desidero morire con questa preghiera sulle labbra.



**Il Tempio di Kayavarohana in Gujarat**



**Bapuji esegue delle mudra**

**[www.kripalvananda.org](http://www.kripalvananda.org)**