

CAPITOLO 11

INIZIARE UNA VIA SPIRITUALE

Om namo bhagavate vasudevaya

*Gloria a Dio Immanente che ridà vita
alla nostra natura divina*

(Mantra di Vishnu)

Una volta, a chiusura di una conferenza, uno spettatore chiese a Swami Ram Tirtha: «Lei è appena rientrato dall'America, sto pensando anch'io di andare negli Stati Uniti, quanto viene a costare?». «Non costa niente» rispose lo Swami. «Beh, lei è uno Swami, forse ci saranno dei finanziatori che l'aiutano economicamente, ma io non potrei andare in America senza denaro». «Fratello» rispose Swamiji, «pensare di andare in America non costa niente, le spese ci sono solo quando ti metti realmente in viaggio».

Vale la stessa cosa per la via spirituale. Finché ci limitiamo a pensarci non c'è nessun costo, ma dopo aver cominciato una vera sadhana che ci porti a Dio, scopriamo tutti i costi e gli sforzi che comporta. Quando iniziamo a praticare una sadhana yoga si presentano barriere che devono essere superate, e dopo aver praticato per un certo tempo, la principale barriera è il non essere in grado di vedere Dio. Dio appare come immaginario, un'astrazione della mente: come amare un Dio immaginario? C'è solo un modo di risolvere il problema: è il satsanga; il satsanga che rimuove ogni difficoltà.

Sat significa «Dio» e *sanga* vuol dire «avere affetto, simpatia per». Avete potuto notare quale limpido e puro amore sorga nei nostri incontri quando cantiamo a Dio o parliamo di Lui. Se non provate amore per Dio state perdendo il satsanga. Finché non siete innamorati di Dio non avete ancora veramente cominciato il viaggio spirituale.

Determinazione

Nel cominciare una pratica spirituale o andando più a fondo in quella che avete, dovete

avere una forte determinazione e una forte consapevolezza del vostro fine. Non potete sapere prima come si svilupperà la vostra sadhana, perciò dovete essere certi che continuarla sia essenziale al vostro benessere. E infatti, essa è essenziale per la vostra vita.

Di norma la mente è volubile e oscilla da un'idea all'altra; al mattino facciamo voto di praticare qualcosa e la sera l'abbiamo già dimenticato. Tale discontinuità promuove l'inazione e conduce alla rovina, perciò le sacre scritture insegnano: «Dio dimora nel palazzo della determinazione».

Una storia racconta di un contadino di nome Govinda che assistette al discorso di un santo girovago in cui molti presenti fecero voto di rinunciare a fumo, alcol e di dire la verità. Colpito da tali voti solenni, Govinda si avvicinò al santo e disse: «Swamiji, io non sono né religioso né devoto, e raramente faccio qualcosa oltre al mio lavoro di contadino. Francamente non so se sarei capace di mantenere un voto, ma vorrei provare a farlo: cosa dovrei fare?». «Fa un voto che ti sia facile da mantenere» rispose il santo. «Ma io non so che voto scegliere...» confessò Govinda. «Molto bene, allora fa il voto di mangiare solo dopo aver visto in faccia qualcuno».

Inspirato, Govinda si precipitò a casa e poiché era l'ora di cena, si guardò intorno per vedere se c'era qualcuno da guardare in faccia, ma c'era nessuno. Allora andò a vedere nel campo dei vicini e lì finalmente, dopo aver cercato su e giù, trovò un asino legato a un palo. Govinda si sentì rassicurato, immaginando che quell'asino sarebbe stato ogni giorno immancabilmente là. Aveva trovato la sua soluzione! Perciò andò a guardare l'asino in faccia e poi si sedette a tavola a mangiare.

Contento di stare facendo ciò che lo swami gli aveva indicato, Govinda si fece scrupolo di andare ogni giorno nel campo del vicino e mettere gli occhi sulla faccia dell'asino prima di mangiare.

Così facendo, per due mesi riuscì ad osservare il suo voto senza che vi fossero problemi, ma una sera, rientrando a casa scoprì con sgomento che l'asino non c'era! La prima reazione dopo la sorpresa fu di rabbia. Govinda si arrabbiò con se stesso per essere stato così sciocco ad accettare quel voto, poi si arrabbiò con il santo che glielo aveva ispirato, e in ultimo con l'asino che era sparito. Poi un sentimento di determinazione venne in suo aiuto: «Mai prima d'ora mi sono impegnato in qualcosa, questa è la mia occasione: osserverò fedelmente il mio voto!».

Così risoluto Govinda andò dal vicino e trovò il figlio che gli disse che entrambi i genitori erano fuori ad ammassare della sabbia dietro la casa. Con pochi passi Govinda raggiunse l'altura dove stavano i vicini. Quando vide che l'asino era lì il cuore di Govinda si sentì sollevato. Tuttavia sia l'asino che i vicini gli davano le spalle, perciò Govinda dovette avvicinarsi per adempiere al voto di mangiare solo dopo aver guardato l'asino in faccia.

I vicini stavano parlando tra loro con grande eccitazione, e Govinda capì che doveva essere successo qualcosa di strano. Infatti i vicini avevano trovato seppellita nel campo una cassa con un tesoro e si stavano abbracciando in preda a uno sfrenato entusiasmo. Govinda, dal canto suo, appena vide la faccia dell'asino esultò dicendo: «Io l'ho visto! Io l'ho visto!». Sorpresi, i vicini si volsero, e sentendo le parole di Govinda, credettero che si riferisse al tesoro. Allora gli offrirono una parte del tesoro a patto che lui mantenesse il segreto.

Govinda, in cuor suo, si convinse fermamente che aveva ricevuto quella fortuna soltanto perché aveva mantenuto voto. Estremamente grato, avvolse la sua parte del tesoro in un panno e ritornò a casa per cena.

Dopo aver ascoltato questa storia forse vi chiederete se la determinazione nel perseverare in una pratica spirituale vi porti a trovare un tesoro nascosto. La mia risposta è sì! Chiunque si aggrappa ad un voto con ferma determinazione trova immancabilmente un tesoro, anche se non è sepolto sotto la terra. Solo chi è fermo nella propria determinazione può sperimentare tale vittoria. Ecco perché pazienza, sopportazione, perseveranza, entusiasmo e concentrazione — tutte le qualità che producono la vera determinazione — vi daranno i mezzi con cui scoprire i segreti nascosti nelle profondità della vostra anima.

Un amore straordinario

Un aspetto singolare della sadhana yoga sta nel fatto che la pratica appassionata di una qualsiasi tecnica genera spontaneamente l'intero spettro delle tecniche yoga nella loro sequenza naturale. Ne consegue che le fasi iniziali dello yoga preparano le basi per gli stadi più avanzati.

Comunque il grande fattore unificante è lo studio di se stessi, o *svadhyaya*¹. Lo studio di se stessi aiuta a integrare conoscenza, azione e amore. Per ottenere la conoscenza dovete cercare rifugio nelle scritture, per realizzare l'azione dovete cercare rifugio nel corpo, e per trovare l'amore dovete cercare rifugio in Dio.

L'amore nasce spontaneamente, ed anche se amore e conoscenza possano sembrare diversi, sono in verità la stessa cosa. Ovunque vediate amore, la conoscenza è il seme che sta alle sue radici; ovunque vediate conoscenza, l'amore, o devozione, è il seme che sta alle sue radici. I tre fiumi di devozione, conoscenza e yoga hanno una sola fonte; quando uno di loro è presente, troverete anche gli altri due. Questi tre principi sono involucri diversi della stessa esperienza fondamentale che è l'amore.

1. *Svadhyaya* è il quarto dei cinque *niyama* (le osservanze). *Sva* significa «se stessi» e *adhyaya* vuol dire «ricerca, indagine, apprendimento»; perciò *svadhyaya* significa «studio di se stessi».

Tulsida² è uno dei santi più importanti dell'India. Poeta supremo, ha scritto il commento più famoso al *Ramayana*. Praticò per molti anni una intensa sadhana che lo condusse alla liberazione.

Da giovane il suo amore per la moglie era illimitato. Se la moglie andava in una stanza, lui la seguiva; se lei si svegliava, lui si svegliava; se lei si sedeva, lui le sedeva di fronte e contemplava il volto di lei. Spesso lei si chiedeva: «Ma perché si comporta in questo modo così strano?», ma amava il marito, e le faceva piacere essere amata; tuttavia era preoccupata che lui avrebbe finito per farla diventare matta.

Un volta mentre Tulsida era fuori casa, la moglie decise di far visita a sua madre che non vedeva da molto tempo. Quando Tulsida rientrò e non trovò la moglie, capì che doveva essere andata dalla madre, allora si mise subito in viaggio per raggiungere la casa della suocera. Lungo la via c'era un fiume da attraversare, ma all'ora in cui arrivò Tulsida non c'erano più barche disponibili per traghettarlo. Pur non avendo un cambio d'abiti Tulsida si gettò nel fiume, senza esitazione, completamente vestito e lo attraversò a nuoto.

Bagnato fradicio, continuò il suo cammino ma intanto si era fatto buio. Anche il buio non era un problema per Tulsida, il ricordo del viso della moglie come una torcia gli illuminava la strada attraverso l'oscurità. Quando finalmente arrivò a casa della suocera, tutti stavano già dormendo. Tulsida intuì che la moglie doveva stare al piano superiore, allora per non svegliare nessuno fece il giro della casa per ben tre volte per cercare un modo di arrampicarsi al primo piano. Salendo su una pianta alta, riuscì a raggiungere il tetto più basso, poi afferrando qualcosa che sembrava una corda l'usò per introdursi nella stanza attraverso la finestra che era aperta. Là trovò sua moglie che dormiva esattamente dove lui aveva immaginato che fosse. Lentamente le si avvicinò e si sedette accanto a lei.

Credendo che lei sarebbe stata felicissima di vederlo la svegliò delicatamente, ma lei urlò per lo spavento. Poi guardandolo meglio gridò ancora più forte. Tulsida infatti aveva tutti i capelli arruffati, i vestiti bagnati fradici e lui sembrava un folle.

«Come sei venuto qui?» chiese la moglie quando finalmente superò lo spavento.

Lui le sorrise: «Mi hai lasciato una corda appesa alla finestra perché mi ci arrampicassi. Dovevi immaginare che sarei venuto...».

«Quale corda?» disse lei, e andò a guardare fuori dalla finestra. Vide così che c'era un enorme serpente per metà arrotolato alla ringhiera del davanzale, che pendeva con l'altra metà della sua lunghezza fino al tetto più basso. Scioccata si rifugiò di nuovo a letto.

2. Goswami Tulsidas (o in italiano Tulsida) è l'autore del Ramayama in hindi. La tradizione vuole che l'abbia scritto sotto la diretta direzione di Hanuman - semidio-scimmia (un aspetto di Shiva) che aiutò Rama nella sua opera, simbolo della devozione assoluta e del celibato perfetto. Inoltre si ritiene che Tulsida sia una reincarnazione di Valmiki che scrisse il Ramayama in sanscrito.

Poi esasperata affrontò il marito e un fiume di parole uscì dalla sua bocca: «Questo corpo è fatto di carne, ossa, pelle ed escrementi. Ti sei attaccato ad esso e mi idolatri. Se avessi per Dio metà dell'amore che nutri per me, lo avresti già raggiunto da tempo».

A quelle parole una luce si accese nella mente di Tulsida. Egli si prostrò ai piedi della moglie e pianse come risvegliato da un sogno. «Sorella» disse, «tu hai detto la verità: io sono stato un folle. Ora ti lascio come moglie e seguirò la via che conduce a Dio. Ti prego, dammi la tua benedizione».

Dopo avere ricevuto la benedizione di lei, Tulsida se ne andò afferrandosi al serpente e calandosi giù.

Per i successivi dodici anni Tulsida visse in isolamento praticando una sadhana così intensa da raggiungere i piedi del Signore. Fu la grande devozione che nutriva per la moglie ciò che gli diede l'opportunità di intraprendere quel percorso difficile.

Fede

Durante una grave carestia, la gente di una piccola città dell'India fu estremamente provata nella propria fede. La siccità e la perdita dei raccolti rese la gente sfiduciata e scontenta, perciò il consiglio degli anziani della città si riunì e decise di celebrare una speciale cerimonia nel tempio. Tutte le persone si adunarono per vedere se le loro preghiere avrebbero portato la pioggia.

Tra la fiumana di gente che affluiva al tempio c'era un ragazzo di dieci anni che portava un ombrello. Tutti ne furono sorpresi. «Perché porti l'ombrello?» chiese qualcuno. Ora era il ragazzo ad essere sorpreso. «Cosa intendete?» disse, «Quando noi pregheremo, Dio farà piovere e noi ci bagneremo tutti».

La gente sorrise, ma il ragazzo rise per ultimo perché dopo le preghiere il cielo cominciò a tuonare e cadde una pioggia torrenziale. Allora le persone sollevarono il ragazzo sulle loro spalle e facevano mucchio per stare sotto il suo ombrello. Ma quello era più di un semplice ombrello: era fede!

La fede deve sgorgare dal vostro cuore. Incamminandovi sul sentiero spirituale, la fede cresce di pari passo alla vostra pratica. Infatti constatare i buoni risultati della nostra sadhana c'incoraggia a proseguire. La fede in Dio è la fede suprema!

Un guru e un discepolo attraversavano una foresta e si fermarono a riposare un po' sotto un albero. Svegliandosi all'improvviso, il guru vide di fronte a lui un grande cobra nero, un serpente velenosissimo. Ebbe paura che volesse mordere il suo discepolo, allora rivolgendosi al cobra con gran rispetto: «Nagadeva³ dove sei diretto?».

3. Letteralmente «dio serpente, serpente re». Vengono generalmente raffigurati con il corpo di serpente ed un volto umano e possono parlare. L'adorazione dei serpenti è popolare in India e la gente li chiama spesso nagadeva.

«A bere il sangue del tuo discepolo» rispose Nagadeva.

Con prontezza il guru domandò: «Vuoi dire che tutto ciò che vuoi è il suo sangue?».

«Sì» rispose Nagadeva, «Se mi dai il suo sangue ciò pagherà il suo debito di un'incarnazione passata ed io sarò soddisfatto».

«Solo un momento» rispose il guru. Compose una piccola ciotola con delle foglie, prese un coltello, si avvicinò al discepolo che stava dormendo e si sedette sul suo torace. Il discepolo aprì gli occhi allarmato, ma quando vide il suo guru li richiuse senza dir niente.

«Da quale parte del corpo vuoi il sangue?» chiese il guru al cobra.

«Dalla gola».

Praticando una piccola incisione nella gola del discepolo, il guru raccolse il sangue nella ciotola di foglie mentre il discepolo rimaneva in silenzio. Dopo che il cobra ebbe bevuto il sangue, si inchinò davanti allo yogi e se ne andò.

Passarono due o tre mesi, ma il discepolo non fece mai domande al guru su quella vicenda. Un giorno, mentre erano seduti insieme, il guru posò amorevolmente la mano sulla testa del discepolo e domandò: «Figlio mio, perché non mi hai mai chiesto di quel giorno che ti ho inciso la gola con un coltello?».

«Tu mi sei padre, madre, fratello, sorella, guru e amico» replicò il discepolo con le lacrime agli occhi, «Se esiste qualcuno che mi è veramente amico, quello sei tu, quindi quando ti sei seduto sul mio petto e mi hai inciso la gola sapevo che lo stavi facendo per il mio bene».

Questo è ciò che si chiama fede; ma non si sviluppa da un giorno all'altro, il discepolo deve svilupparla attraverso la pratica. La fede che non vacilla nemmeno in condizioni difficili è vera fede. Ecco perché si dice che il devoto che non è tentato dal fascino di *maya*, l'illusione, possiede una fede incrollabile.

La fede non è mai sconfitta dal fallimento. Chi ha fede se non ha successo con un'azione ne tenta un'altra, e se anche quella fallisce prova con una terza. Ogni qualvolta il fedele sperimenta il fallimento, diventa più attento, entusiasta e consapevole. La vera fede è immancabilmente la grazia di Dio.

Il modo in cui si sviluppa la vostra vita dipende dalla direzione e dalla forza della vostra fede. Ovunque riporrete fede, lì comincerete a crescere. È nella natura della fede conferire grande forza.

Noi tendiamo a muoverci nelle direzioni da cui siamo stati attratti in precedenza. Se quelle attrazioni sopravvivono abbastanza a lungo si trasformano in sentimenti più forti: come

l'ammirazione, la gioia e l'amore. Questi sentimenti a loro volta crescono e si sviluppano presto in fede.

Nella vita si presentano molte situazioni che mettono a dura prova la nostra fede, ma i veri devoti non la perdono mai, anche in condizioni difficili. Nella via spirituale l'insegnamento del Guru è quello di tenere sempre viva e risplendente la fiamma della fede, qualsiasi cosa stiate facendo.

Azione

Entrate nella caverna della vostra mente più profonda e chiudete le porte in modo che non entrino distrazioni. Una volta che avete imparato come ritirare i sensi verso l'interno scoprirete che dentro c'è molta quiete. In quella calma la coscienza si fonde con l'anima e voi potete lasciarvi alle spalle ogni tensione. Comunque, per essere liberi dalla paura e dalle agitazioni, dovete scegliere una qualche via yogica.

Scoprirete molte posture utili. Se le posture non vi piacciono, non importa, noi vendiamo anche altri beni che possono essere di vostro gradimento; vendiamo qualsiasi cosa il cliente ci chiede. Se voi dite «Non mi piacciono le asana e il pranayama», noi vi chiediamo «Cosa ti piace allora? Forse ti piacciono le sacre scritture o i bhajan? Forse il servizio altruistico?». Se dite «Non mi piace muovere il corpo ma mi piace muovere la lingua», allora vi raccomandiamo di ripetere il mantra “*ram, ram, ram*”. Questi beni sono molto a buon mercato. Voi chiedete, e noi vi daremo qualsiasi percorso volete.

Tutti desiderano essere aiutati in qualche modo e lo yoga è un eccellente fonte di aiuto, ma voi dovete passare all'azione. Studiare e imparare sono i mezzi preliminari per ispirarvi ad agire, ma se non sono accompagnati dalla pratica dopo un po' si svuotano.

Per avere una crescita che sia in continua espansione ed essere soddisfatti della vostra sadhana, dovete diventare abili nell'azione. Ciò significa sviluppare la concentrazione, fare attenzione a tutti gli aspetti della sadhana e praticare infaticabilmente. Finché le azioni della vostra sadhana non si svolgono come fossero una forma d'arte, saranno incomplete e imperfette, e ciò impedirà una crescita ulteriore. Quando le azioni diventano arte, chi agisce diventa un artista e uno yogi.

Il bambino che non sa ancora camminare è portato a spasso dalla madre. Se lui dicesse: «Voglio andare in città, ma non voglio essere portato», sarebbe un'assurdità. Così fanno quelli che dicono: «Dio, io non voglio fare niente, ma fammi crescere rapidamente». Prima o poi dovete passare all'azione.

Coscienza senza giudizio

Quando attraverso la sadhana yoga comincia ad aver luogo la purificazione fisica e

mentale voi iniziate a vedere con molta chiarezza i vostri difetti e le vostre qualità. Questo è il segno del vostro progresso spirituale. Chi non può vedere i propri difetti e le proprie qualità non è in grado di avanzare sul sentiero spirituale.

Il sadhaka che è votato incondizionatamente al progresso spirituale quando entra nella stanza della meditazione e si inchina ai piedi del Signore gli si riempiono gli occhi di lacrime. Un occhio piange per Dio e l'altro per i difetti che il sadhaka si rende conto di avere. Egli dice a Dio: «Il mio più grande difetto è che la mia mente desidera la ricchezza degli altri», e poi aggiunge: «Non sono abbastanza forte per rimanere ai tuoi piedi». Accettando questi difetti il devoto ne riconosce la natura e così si confessa a Dio: «La mia mente e tutte le sue modificazioni nascono da Te, perciò solo Tu sai cosa fare di loro». Chi vede con chiarezza i propri difetti deve sapere che la fonte della conoscenza si sta ora riversando nel suo cuore.

Talvolta c'è la tentazione di confrontare i propri difetti con quelli altrui. Vedere i difetti degli altri rende più facile accettare i propri, ma è un errore concentrarsi sui difetti degli altri. In questo modo contaminate i vostri pensieri e influenzate negativamente la vostra coscienza. Un colino incontrò un giorno un ago. Vedendo il buco dell'ago disse: «Oh mio Dio, tu hai un buco!». Quando poi abbassò lo sguardo su se stesso e vide i suoi innumerevoli buchi se ne vergognò profondamente.

Non è facile essere obbiettivi. Nonostante pratico una sadhana da più di trent'anni, non appena entro nella mia stanza di meditazione vedo molte debolezze dentro di me e a volte mi chiedo, con le lacrime agli occhi, se sto facendo veramente progressi. Può essere allora difficile dare consigli ai miei allievi perché mi rendo conto con chiarezza delle mie lacune. Una volta il mio discepolo Amrit mi chiese quale fosse il beneficio principale di questa sadhana. Io risposi subito: «La tua mente diventa così acuta che fai continuamente autoanalisi, progredendo fino al livello più alto».

Gli occhi impuri vedono molto lontano; essi guardando soprattutto i difetti degli altri e sono così acuti da scorgere anche i difetti più nascosti. Portare invece l'attenzione dentro di noi è di grande beneficio alla vostra pratica perché, anziché cercare i difetti negli altri, osserverete con più attenzione i vostri avendo così la possibilità di emendarli prima che vengano alla luce.

Un giorno un cammello vedendo un cane commentò: «Certo che hai un bel po' di curve sul tuo corpo». «Di cosa stai parlando?» chiese il cane. «Non sai che hai la coda ricurva?» rispose il cammello. Il cane si guardò dietro e poi studiò il cammello. I suoi occhi nel seguire il profilo del corpo del cammello dovettero salire e scendere per diciotto volte, allora il cane concluse che l'accusatore era proprio quello che aveva più curve. Infatti, si dice che il cammello è l'unico animale ad avere un corpo con ben diciotto curve.

Resistere e lottare quando incontriamo i nostri difetti li fa diventare solo peggiori. Invece di combattere contro di loro, è utile sviluppare forze nuove per vanificarli. Un giorno, dopo il

pranzo, me ne stavo seduto sulla mia altalena all'ashram di Malav quando improvvisamente mi venne in mente che la medicina ayurvedica consiglia di camminare per circa cento passi dopo aver mangiato. Era una cosa facile da fare, e inoltre io camminavo poco perché raramente uscivo dalla mia stanza, così decisi di provare. Mi alzai e feci il giro della mia stanza di meditazione sette volte. Dopo di allora continuai la stessa pratica per molti anni traendone un triplo beneficio: il primo dal camminare, il secondo dal japa che facevo mentre camminavo, ed infine dalla pratica sacra di camminare intorno a un luogo di adorazione per sette volte.

Il principio di base è quello di evitare di lottare con i difetti che volete eliminare. Lottare contro di loro sortisce solo il risultato di aumentare la turbolenza della mente; praticare la virtù invece diminuisce l'agitazione mentale. Perciò un modo semplice per rimuovere i difetti è cercare rifugio nella loro virtù opposta. Per esempio: praticate il silenzio per combattere la loquacità, fate esercizio fisico per combattere l'abitudine di mangiar troppo e ricorrete sempre a compagnie pure ed ispirati per combattere le tendenze negative della mente.

Satsanga

Il satsanga è come un lago, potete bagnarvi dentro. Immergervi nei pensieri puri e nelle buone compagnie purifica i vostri stessi pensieri e le vostre azioni. Fin quando i vostri pensieri e le vostre azioni sono impure, voi non potrete riconoscere Dio e il Guru, anche se loro stanno proprio davanti a voi. Una volta che il Guru versa la grazia su di voi, non c'è altro che dobbiate fare. A proposito, il mio nome, Kripalu, vuol dire "il misericordioso".

Quando si è convinti che Dio esiste per davvero allora la preghiera diventa stabile e con il satsanga nasce *shradda*, la fede. *Sat* significa «Dio», e *sanga* significa «amicizia». Qualsiasi cosa vi aiuti ad innamorarvi di Dio si può chiamare satsanga.

La forma più attiva di satsanga è la relazione tra il Guru e il discepolo. Essa è fonte di crescita e trasformazione per chiunque segua gli insegnamenti del Guru. Sfortunatamente, in occidente le dinamiche di quella relazione non sono ben comprese. Quando incontrate un vero Guru e vi rimettete costantemente ai suoi insegnamenti, le vostre colpe e le vostre impurità vengono gradualmente eliminate. Ovviamente ciò non avviene unicamente attraverso gli sforzi del Guru, ma tramite la vostra consapevole determinazione di lavorare per rimuovere i vostri difetti. Quando alla fine vi siete liberati delle impurità, realizzerete che Dio è sempre stato con voi.

Per ottenere il massimo vantaggio dal satsanga, dovete imparare la differenza fra buone e cattive compagnie. Finché non siete entrati in compagnie di verità, non si produrranno reali trasformazioni nella vostra vita.

Una volta, dopo aver tenuto una conferenza sulla *Bhagavad Gita*, decisi di fare quattro passi con un avvocato che vi aveva partecipato. Dopo avere camminato un po', incontrammo alcune persone che posero all'avvocato un problema giuridico. «Scusatemi Guruji» disse l'avvocato, «questo è discorso mondano che non capirete. È come quando voi ci parlate di Dio e noi non capiamo». «Questo non è vero.» risposi, «Lei non può dire che io non conosca niente del mondo. Io vi ho rinunciato. Se io non avessi saputo cos'è il mondo, come avrei potuto abbandonarlo? Consideri quella ciotola di riso nelle sue mani. Se lei non distinguesse la pula dal riso, potrebbe mangiare la buccia e gettare via il riso».

Nel vero satsanga le impurità della mente gradualmente sbiadiscono, e la mente diviene pura. Solo ciò che può veramente cambiare la direzione della nostra mente ha effettivo potere. Osservando su di noi tali influenze, cominciamo a capire ciò che per noi è buono e ciò che non lo è, ciò che è vero e ciò che è falso.

C'era una volta un devoto che viaggiava alla ricerca di Rama. Ovunque andasse il suo cuore gridava: «Dove sei mio Signore? Dove sei?». Un giorno incontrò un santo il quale gli disse: «Rama sta nel tuo cuore». Grato di tale informazione, il pellegrino pensò: «Se Rama sta nel mio cuore, io andrò a trovarlo là». Perciò si sedette sotto un albero, chiuse gli occhi e cominciò a meditare cercando Rama. Dopo un po' gli apparvero due occhi abbaglianti, un'enorme bocca e le brutte fattezze della faccia di un demone. Quindi ebbe sentimenti di lussuria, rabbia, gelosia e paura. Spaventato e sgomento aprì gli occhi e disse: «Se Rama è nel mio cuore, perché non riesco a vederlo?».

Ciò che il pellegrino non aveva capito è che Rama stava nascosto appena dietro quei demoni. Soltanto quando avete rimosso le impurità potete raggiungere Rama. Su questo percorso, piuttosto che temere i demoni, voi dovete affrontarli.

Anche se logorato dalla ricerca, questo devoto continuò a fare la stessa domanda. Incontrando un altro santo ancora chiese: «Dove posso trovare Rama? Tu conosci il suo indirizzo?».

«Sì, lo conosco» rispose il santo, «Se vai in giro chiedendo a chiunque, tu non lo troverai mai. Ma dove gli uomini si riuniscono a cantare e a pregare, lì troverai Rama. Egli dimora nel satsanga». Trovata finalmente la risposta, il devoto si unì volentieri agli altri per cantare nel satsanga, e lì egli fece immediatamente la conoscenza del Signore Rama.

Rama è in quel cuore che si fa tenero e invoca Dio, Rama è in quegli occhi che cercano il Divino; tuttavia noi dobbiamo cercare. Solamente abbandonando “io e mio” e mettendo al loro posto “Tu e Tuo”, solo così noi troveremo Dio. Questa rinuncia è indispensabile per fondersi nella immanenza di Rama, nella coscienza di Dio.

L'amore di Dio è disponibile a tutti in egual misura. Quanto ne ricevete dipende da quanto siete collegati a Dio; come per l'elettricità, qualunque cosa sia collegata alla rete viene

alimentata. Il flusso di amore nasce anche dall'essere in compagnia dei santi o dal leggere le sacre scritture che richiamano alla memoria la loro presenza e le loro buone qualità. Questo amore fluisce sempre in armonia con il vostro desiderio di Dio. Ciò che è difficile da comprendere è che l'amore di Dio o del Guru comincia a fluire verso di voi nella misura in cui il vostro amore per loro aumenta, anche se avete creduto che la vostra separazione da Dio era una strada senza ritorno!

Dio stesso si prende cura di noi

Alla fine dobbiamo renderci conto di quanto lavoro spiacevole facciamo nel tentare di guidare da soli le nostre vite. Riconoscendo invece che ci sono due energie disponibili per dirigere le nostre vite, abbiamo due scelte: possiamo dirigerle noi stessi o possiamo arrenderci a Dio che è la forza che lavora attraverso di noi.

Quando piantiamo un seme, da esso nasce un albero con tronco, rami, foglie e fiori. Poi noi dimentichiamo il seme di quella creazione. Se c'è un seme in questo universo, questo è la presenza di Dio da cui noi emergiamo come rami, foglie e fiori.

Nella vita la maggior parte di noi sperimenta come l'amore dei nostri genitori ci ha protetto quando eravamo bambini. Da ciò possiamo evincere che esiste una forza più grande che ci protegge anche da grandi. Quella forza è Dio. Dio è la causa e l'universo intero è il suo effetto.

Pensate veramente che un fiore o una foglia si sostengano da soli? Le loro radici li sostiene e li aiutano a crescere. La nostra radice è Dio onnipotente, Egli protegge l'universo intero. Perciò se c'è qualcosa che vi preoccupa, state commettendo un errore. Non c'è niente di cui preoccuparsi. Tutto ciò di cui abbiamo bisogno è di avere fede e fiducia in Dio.

In una piccola città c'era un santo che viveva in un tempio. Era anziano e molto amorevole. Per chiedere cibo andava di solito nei villaggi vicini con la sua ciotola da mendicante. A lui fu sempre dato del cibo, ma un giorno gli fu data una gran qualità di cereali avvolti in un grande pacco.

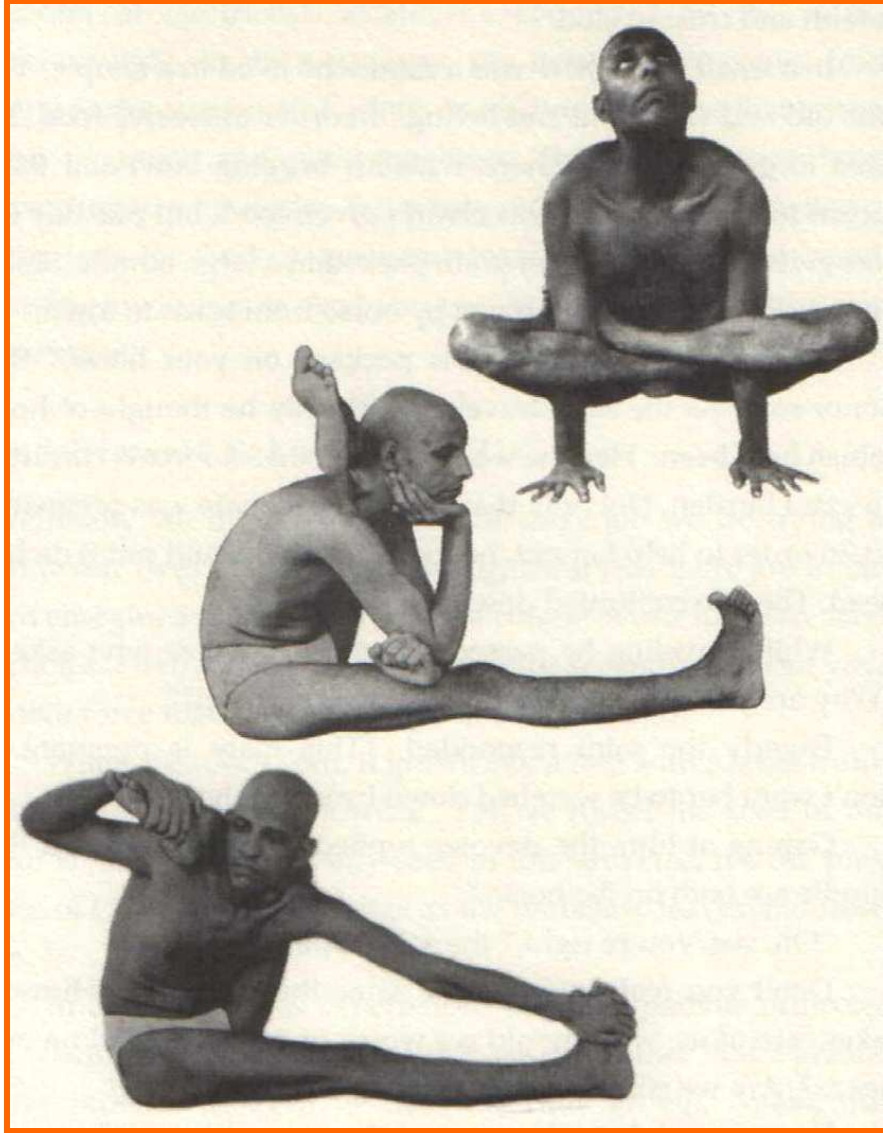
Essendo vecchio, il santo si spostava di villaggio in villaggio a cavallo. «Guruji, potete caricare questo pacco sul vostro cavallo» disse il donatore. Ma quando si mise in viaggio il santo pensò che era da egoisti stare seduti con un carico supplementare su quella vecchia cavalla che era anche incinta. Allora per aiutare l'animale prese il fagotto e se lo mise in testa, poi continuò il suo cammino.

Al vederlo un devoto gli chiese perplesso: «Perché portate quel fagotto in testa?». «Questa cavalla è incinta» rispose educato il santo, «perciò non voglio che il peso di questo

pacco gravi su di lei». «Ma Guruji, voi e il pacco state entrambi sul cavallo» disse sorpreso il devoto. «Oh sì, hai ragione» rispose il santo.

Non vi rendete conto che noi facciamo la stessa cosa? Se Dio stesso si prende cura di noi, perché dobbiamo preoccuparci e portare il carico sulla nostra testa? State improvvisamente sentendo solidarietà per Dio?

Possiamo dire che chiunque si preoccupa troppo è veramente matto. Non è necessario ridurre il carico a Dio, quindi, non è necessario preoccuparsi di niente.



Bapuji in tre asana yoga