

“Io” è una Porta

di Philip Renard

17 settembre 2010 - 3ème Millénaire n. 72

Traduzione della Dr.ssa Luciana Scalabrini

Prima Parte

D: Una delle espressioni più correnti su un cammino di realizzazione del Sé è: “Lasciar andare all’ego”. Quale ne è il significato esatto?

Beninteso, esso non si riferisce alla forma banale dell’ego che tutti conoscono, come l’egocentrismo o l’egoismo. Infatti l’egoismo è chiaramente respinto da tutti, anche da quelli che non seguono un cammino spirituale.

Il lasciar andare rispetto a questa forma “primaria” dell’ego è insufficiente su una via di liberazione.

L’ego, nominato dagli insegnanti delle vie di liberazione come ostacolo fondamentale, è un’attività pensante che funziona attraverso proiezione, identificazione con un oggetto esteriore, che di conseguenza sarà visto e giudicato. E’ una rappresentazione di sé, valutata attraverso un continuo paragone con altre rappresentazioni sedicenti indipendenti, considerate inferiori o superiori a se stessi.

L’ego infatti si compone di atti di paragone. E’ visto come la coscienza di sé, con tutte le sue inibizioni della spontaneità o della vita che ne derivano. Si attacca alla scissione interiore, al solco delle abitudini che osserva un’altra parte dello stesso ego da un punto di vista critico, e lo bombarda di opinioni conflittuali.

La principale caratteristica dell’ego è il suo attaccamento alle proprie opinioni su di sé. Un’immagine di sé è stata

“Io” è una Porta

costruita e rifiuta di sciogliersi, cercando piuttosto di perpetuarsi. Ecco ciò che chiamiamo la “persona”; è la rappresentazione di un’immagine di se stessi.

Ogni attività cosciente dell’entità corpo-mente, quando arriva alla “persona”, fa apparire l’ipotesi di un “io” che fa qualcosa e questo “io” sarebbe un’entità-continua, che dura.

Preferisco chiamare questo l’io piuttosto che l’ego, perché è più facile riconoscerlo come qualcosa più sottile dell’“ego primario”, anche se i due si compenetrano uno nell’altro. La differenza principale, potremo dire, è che per l’ego primario gli altri vi disturbano e sono disturbati da voi, mentre per l’io sottile voi siete per voi stessi il vostro problema.

Buddisti e Vedantini sono d’accordo sul fatto che l’io dovrebbe essere abbandonato se volete la liberazione, ma sono in disaccordo sulla terminologia e sul modo in cui la credenza nell’io può essere distrutta.

I Buddisti dicono: “Non c’è nessuna entità, niente me o io, solo una sequenza causale di processi psichici e fisici condizionati”. Del resto non parlano di un io, e arrivano a disapprovare l’utilizzo del termine “io”. Per esempio “Quando guardiamo la natura di quello che si crede essere “mio” o “io” e si tiene per fermo questo concetto, si tratta di una visione ristretta, confusa, sbagliata”.

Al contrario, se gli insegnanti dell’Advaita Vedanta concordano totalmente con i Buddisti sull’inesistenza dell’entità “io”, continuano ad esprimersi in termini di “me” e di “io”, anche quando si riferiscono a gradi di realtà superiore. Perché?

Proveremo a dare una risposta alla luce della “grande triade” degli insegnanti del XX secolo: Ramana Maharshi, Krishna Menon (Atmananada) e Nisargadatta Maharaj. Tutti e tre usano la parola io per designare il principio più (o pressappoco)

elevato, rispettivamente come l'“Io, Io”, il “Principio-Io” e l'“Io sono”.

Questo può, se lo si vede dal punto di vista del rifiuto dell'Io come una realtà, essere la causa dell'incomprensione, per l'insufficienza della lingua.

Ascoltiamo prima il più vecchio dei tre, Ramana Maharshi. La sua influenza fu la più grande, e non per niente che Ma Ananda May lo chiama “il Sole”. Fu riconosciuto come la voce autentica dell'Advaita e il suo messaggio ha la potenzialità della liberazione in questa vita. Tutto nel suo insegnamento mirava al significato autentico dell'Io”. Invitava il visitatore o l'adepto in cerca di una guida a farsi lui stesso la domanda “Chi sono?” che conserva la forma di auto investigazione (vichara). Metteva in luce la natura potente della domanda quando è posta in modo giusto, facendo sciogliere pensieri e identificazioni. Lasciava che l'effetto della domanda fosse sperimentato direttamente dall'addetto in cerca di guida.

Comprendeva così che per la maggioranza delle persone l'esperienza stessa esigeva anche delle fondamenta solide per una giusta comprensione. La giusta interpretazione dell'esperienza è importante come l'esperienza stessa. Spiegava così a più riprese, in modo dettagliato, la relazione tra l'io e ciò che è realmente l'“Io”, il Sé ultimo.

Mostrava la necessità di uccidere o distruggere l'io (ahm-kara) o il pensiero-io (aham vritti), come spesso lo chiamava. Ho spesso pensato che fosse un cattivo uso del linguaggio, perché sembrava invitare al conflitto. In generale, una persona si trova già ad affrontare la lotta con se stesso e penso che quella terminologia aggressiva esiga una spiegazione. Se lo scopo finale è la pace, l'aumentare il conflitto interiore non può essere intenzionale.

Egli poteva anche esprimersi in modo diverso. Se qualcuno

“Io” è una Porta

gli domandava come poteva essere eliminato l’io, per esempio rispondeva: “Non avete bisogno di eliminare il falso io. Come l’io potrebbe eliminarsi da solo? Tutto quello che avete bisogno di fare è trovare la sua origine e stare là”.

Disse anche, un’altra volta, sul tema dell’uccisione dell’ego: “L’ego può permettere a se stesso di uccidersi? Se cercate l’ego, scoprirete che non esiste. Questo è il modo di distruggerlo” e: “Come può essere uccisa una cosa che non esiste?”.

“Scoprirete che non esiste”. Ecco sempre e ancora l’essenza del suo argomentare. Tuttavia Ramana parla spesso dell’io e lo descrive come se esistesse. Così si comincia a chiedere: “Ma allora che cosa esiste e cosa non esiste?”.

La citazione seguente è illuminante: “C’è il Sé assoluto da cui una scintilla sorge come da un fuoco. La scintilla è chiamata ego. Nel caso di un uomo ignorante egli s’identifica immediatamente a un oggetto come questo appare. Non può essere indipendente da quella associazione con gli oggetti. Questa associazione è ajnana o ignoranza, la cui distruzione è l’obiettivo dei nostri sforzi. Se la sua tendenza a oggettivarsi è distrutta, sarà puro e si fonderà con la sorgente”.

Se lasciamo da parte per ora la parola uccidere l’associazione con gli oggetti è la frase chiave, la tendenza dell’io a identificarsi con gli oggetti. Questo è l’errore. Chi è che è associato con cosa? Cosa o chi commette l’errore? Ramana Maharshi parla a più riprese di quell’associazione come un nodo (granhi), il “nodo nel Cuore”.

“Anche se il corpo nella sua insensibilità non può dire “Io” (cioè sentire l’“Io”) e anche se la Coscienza-Esistenza (Sat-Chit, il Sé) non si evolve e sta senza base, tra i due c’è un io come un corpo (l’identificazione “io sono il corpo”). Sappiate

che questo solo è il modo tra la Coscienza e il non-sensibile (Chit-jada-granthi), la schiavitù (banda), l'ego (ahamkara), lo stato mondano (samsara), la mente (manas) e così via”.

Per Ramana quel nodo deve essere tagliato. Ma ancora una volta: che significa questo atto di apparente violenza? E' sempre, alla fine, il significato di una visione penetrante. Solo guardare.

Voi pensate sempre di stare guardando, ma ora vi si domanda di guardare come fosse la prima volta. Se seguite quest'indicazione, osserverete dove si trova quella “persona-io” (che è il nodo detto sopra). Dove trovo quella persona io? Ramana aveva usato un ottimo esempio: “L'ego è un legame non materiale tra il corpo e la Coscienza Pura. Non è reale. Finché non guardiamo attentamente, continua a porre problemi. Ma quando lo cerchiamo, troviamo che non esiste.

In un matrimonio hindu, la festa durò cinque o sei giorni. Uno straniero fu preso per errore per il testimone di nozze dai parenti della sposa. Perciò lo trattarono con tutti gli onori. Vedendolo trattato con tanto riguardo, anche gli amici dello sposo lo consideravano come un uomo da rispettare in modo particolare. Così lo straniero si prese buon tempo. Nondimeno sapeva com'era la situazione reale.

A un certo punto si rivolsero a lui per una questione. Lo consultarono. Lo straniero evase il problema e si defilò. “Così è l'ego. Se lo cerchiamo, scompare”.

Seconda Parte

Essendo la Coscienza connessa alla materia non-sensibile, la scintilla che proviene in apparenza dalla Coscienza commette l'errore e si attacca immediatamente al legame con il non-sensibile. Questo è chiamato attaccamento.

Mettendo una grande attenzione alla realtà di questo legame, appare la sua inesistenza. Di conseguenza l'“io” esiste, perché non è investigato.

Si tratta di un modo d'insistere. Una insistenza sulla fine di qualcosa (per questo si utilizzano termini come “distruggere”, attraverso la visione della sua inesistenza.)

Si trova anche un altro aspetto, per me ancor più importante. La terminologia secondo cui qualcosa deve prima estinguersi può essere interpretata come un avvenimento nel tempo, una sequenza. Il messaggio sembra: “prima questo, e solo dopo la libertà”. E' chiaro per me che Ramana quindi insista con forza sull'eterno presente, l'aspetto di luminosità intrinseco all'“Io”, che è già ora presente e disponibile in me.

Nonostante il nodo creato dalla Coscienza con il suo oggetto, il corpo fisico, la Coscienza è sempre restata pura, non mescolata con niente. Siamo sollecitati a riconoscere e a comprendere che l'io è sempre stato il “prodotto” della Coscienza come tale.

“L'ego funziona come il nodo tra il Sé che è la Coscienza pura (Chit) e il corpo fisico inerte e non-sensibile (jada). L'ego è quindi chiamato il chit-jada granthi. Nella vostra investigazione della Sorgente di aham-vritti, prendete l'aspetto essenziale Chit dell'ego; per questo motivo, la ricerca deve condurre alla realizzazione della Coscienza pura del Sé”.

L'aham-vritti di cui si tratta qui (il pensiero io) è anche chiamato aham idam da Ramana: la combinazione dell'“Io”

(aham) con un oggetto, un pensiero su qualcosa, su “questo” (idam). Aham-idam è perciò costituito di pura Coscienza, o puro “Io” e di tutto quello di cui la Coscienza è cosciente di, per così dire, tutto quello che è un oggetto di “Io”. La maggior parte del tempo, questo oggetto (idam) è sostituito da un altro ogni millesimo di secondo. Nel pensiero-io si produce così un continuo cambiamento di “questo”, attraverso il quale l’“Io” s’identifica con numerosi oggetti (io sono questo, aham-idam) mentre opera una separazione (io e questo, cioè anche aham-idam).

Nella combinazione aham-idam, idam si riferisce sempre ad una molteplicità, un’alternanza continua. Ma l’aham resta identico a se stesso, unico. Questo è importante. Quello che chiamiamo oggetto (materiale, o percepibile dai sensi o psichico, un pensiero) risulta sempre dalle esistenze simultanea del soggetto e dell’oggetto, aham e idam (Io e questo). Sperimento ora la presenza di questo oggetto particolare, poi sperimento la presenza di un nuovo oggetto, poi sperimento la presenza di un altro ecc.

In altre parole, ogni volta che immaginiamo che ci siano solo oggetti sottoposti alla nostra attenzione, c’è anche simultaneamente Io in quanto soggetto.

Ma notiamo che non è in quanto Io, perché questa forma personale è un oggetto, con una esistenza solo temporanea, ma che facciamo riferimento al soggetto (Io) senza il quale nessun oggetto è possibile. Allora, molto semplicemente, non accade nulla.

Il consiglio di Ramana è questo: state con il soggetto sempre presente. E anche se più volte siete attirati verso degli oggetti, non è grave. Dal momento in cui conoscete questa tendenza, riconoscete subito il soggetto (l’aspetto luminoso) sempre presente nell’oggetto. E’ sempre lì. Non è mai assente.

“Io” è una Porta

Il consiglio è di stare con aham, Io, che diventa sempre più puro e sempre meno distratto da credenze come “io sono questo” “faccio bene”, “non valgo nulla”, ecc. Seguendo queste indicazioni, riconoscete la presenza del puro Io, sempre soggetto, intrinsecamente luminoso, che spande la sua luce su tutti gli oggetti.

La sua luce? Sì, la sua, perché più cercate la sorgente dell'Io, più potete vedere che l'io è totalmente Io, totalmente non-oggetto, splendente, un continuo “Io, Io, Io, Io”. Da adesso Io è presente ed è radioso in permanenza. Sì, è ancora intriso con ogni sorta di “questo” o “quello”, ma ciò non cambia né il suo splendore né la sua luminosità. Ma gli oggetti sono riconosciuti come tali, e si riassorbono nell'Io puro.

L'effetto della domanda “Chi sono io” è che tutti gli oggetti spariscono e resta solo il vuoto, una essenza di tutti gli oggetti. E’ “Io” nella pura essenza del termine. Stando lì, vi siete fusi in quello che Ramana chiamava Aham sphurana, la prima vibrazione-Io, la sorgente di tutta la manifestazione.

Egli utilizzava spesso l'espressione Aham sphurana come un'indicazione per “Io, Io (Aham Aham), l'emanazione più fondamentale di “Io”. Sphurana è qualcosa come il primo splendore, la vibrazione dell'origine ancora totalmente pura. Aham sphurana è presente in modo continuo, sempre nuovo e fresco ed è esattamente ciò che io sono sempre. In realtà Io non è mai stato divorato o non si è mai impregnato di nulla.

Questa insistenza è cruciale. Se no il malinteso, che si trova nella credenza dell'esistenza di un io realmente cattivo che deve essere distrutto e di un io nuovo che apparirà, non può che approfondirsi. In realtà non ci sono due io; nessun io ha bisogno di essere sostituito da un io pulito e puro.

L'Io è sempre lo stesso, sempre intrinsecamente luminoso e

presente. Il termine “distrutto” usato da Ramana si riferisce al pensiero-io (aham-vritti), l’incatenarsi dell’Io con un oggetto (aham-idam), la tendenza dell’Io a presentarsi come oggetto. In una conferenza, descrivendo la fine dell’incatenamento dell’Io con un oggetto, Ramana utilizza la terminologia “l’Io resta puro”, cioè resta Io nello stato puro, primordiale. Non dice: “vien fuori un altro Io”. Qualcosa è stato sempre là e questo resta nella sua forma pura: Io – Io.

Un’altra volta dice: “L’Io lancia l’illusione dell’io e tuttavia rimane Io” Questo è il paradosso della Realizzazione del Sé. Il realizzato non vede nessuna contraddizione in questo. E poi dice: “Solo la distruzione dell’io (il pensiero-io) è liberazione. Ma non può essere raggiunta che conservando sempre l’attenzione sull’Io- Io. C’è un solo Io sempre; ma ciò che appare di tanto in tanto è il falso pensiero-io; mentre l’Io intuitivo abita il Sé luminoso, anche prima che si manifesti”.

Quando accettiamo il consiglio di mantenere la nostra totale attenzione sul soggetto puro, la pura coscienza esclude tutti gli oggetti.

D: Ma può sorgere la domanda: questa insistenza sul puro Io non è un po’ strana in un approccio non-duale?

Il punto di partenza di due realtà (la Coscienza e la materia inerte) sembra già dualista. E il consiglio di focalizzare l’attenzione su una sola di queste due realtà, la Coscienza pura o il puro Io, può legittimamente qualificare questa via come duale.

D: Come un tale approccio dualista può condurre alla non-dualità?

“Io” è una Porta

Ramana direbbe che, finché sentite l’obbiettivo separato dal soggetto, rimanete con un punto di vista dualista, quindi dovete solo insistere sull’aspetto della coscienza. “Si deve dapprima discriminare la coscienza (chit) dal non sensibile (jada) e essere solo coscienza. Più tardi lasciatela realizzare che il non-sensibile non è fuori dalla coscienza”.

E “Conoscete prima il soggetto, poi le domande sull’oggetto. Il soggetto comprende anche l’oggetto. Questo aspetto particolare è un punto di ogni comprensione. Vedete voi stessi in primo luogo, poi vedete gli oggetti”.

“Io e gli oggetti appaiono insieme ora. Ma gli oggetti sono contenuti nell’Io, gli oggetti devono dissolversi e diventare uno con l’Io. L’Io che resta è il vero Io” Questo Io sempre presente e vero è quello che resta quando la mescolanza di “io sono questo” o “me, questo” è purificata da tutti “questi” attraverso la domanda “Chi sono io?”. L’Io – Io non può divenire manifesto (sphurana) che con la caduta del velo formato da tutti “questi”. La forma fondamentale di manifestazione, sphurana, non è una manifestazione nel senso abituale del termine. Non si può cambiare in un oggetto. Potete solo fondervi con il riconoscimento (Io, Io, continuo, inalterabile, senza forma, senza contenuto, né suono, né colore”.

Ecco ciò che dovete fare: stare in questo luogo, stateci e riposatevi dentro. Tutto ciò che è possibile al di là, l’Assoluto, il Risveglio, o qualsiasi nome usiate, è dell’ordine della Grazia. State in quel luogo “Io – Io”. Qui la vostra ricerca finisce.

Dunque, in risposta alla domanda “perché gli insegnanti dell’Advaita usano il termine io come qualcosa di vero? Si può rispondere che è a causa della grande vicinanza con l’Io; è la cosa più vicina che ci sia. Tutti lo riconoscono come “se-stesso”. Ecco tutto ciò che c’è sul tema della Realizzazione del Sé e ognuno di noi deve vedere da sé che l’Io è la presenza che

Philip Renard

è sempre qui; è la Realtà. Non è mai altrove. Non avete bisogno di cercarla, non avete bisogno di andare altrove per sperimentare l'Io. Dovunque andiate, ci siete già. L'Io è una porta, ed è sempre aperta.

Terza Parte

Per me Nisargadatta Maharaj fu uno dei più grandi insegnanti del XX secolo. Ciò che in particolare lo rende così importante è la sua notevole capacità a dimostrare che tutto ciò che poteva essergli chiesto non era fatto che di concetti.

Poi distruggeva quei concetti mettendo in evidenza la loro inutilità. Qualsiasi fosse la domanda, o la risposta con la quale si presentava il visitatore, Nisargadatta dimostrava che si riduceva a un attaccamento a schemi di pensieri o di concetti. Si riferiva allora alla loro origine, e rinviava a quell'origine, alla sorgente.

Tutto, assolutamente tutto, era minato dal fatto stesso di essere un concetto e perciò era falso, compreso ciò che stava dicendo. Insisteva nel fatto che solo il vero è spoglio di ogni concetto. Il solo mezzo per imparare da Lui è, poiché non è più in questo mondo, di leggere i suoi libri. In questa lettura risulta evidente, o divertente, constatare che lui stesso, grande distruttore di concetti, è ricorso sempre a dei concetti.

Nel passaggio di livello in livello, usa molti termini sanscriti per descrivere un livello, poi gli stessi, o press'a poco, per un altro livello, e infine dissolve l'insieme in quello che chiama “lo stato profondo blu e nero della non esperienza”. Purtroppo, per questo, molti ricercatori, avendo già una percezione della realtà che sono, proseguono la loro ricerca a causa del messaggio: “voi non siete che l'Assoluto”. Sostengono sempre che “conoscono già la coscienza”, ma allo stesso tempo esprimono la loro frustrazione per aver mancato “la tappa seguente”.

Ho l'audacia di dire che non c'è una tappa seguente.

Tutto ciò è in rapporto ai limiti di ciò che può essere sperimentato e al fatto di stare lì totalmente. Nessuno dovrebbe

essere indotto in errore da un qualunque discorso sull'Assoluto, né essere sedotto dalla ricerca dell'Assoluto.

Tuttavia, si potrebbe obiettare, Nisargadatta fa dei discorsi sull'Assoluto e dice anche che nient'altro è reale! Questo sicuramente è uno scoglio: sapere che siamo Quello e essere al tempo stesso incapaci di sperimentarlo ha per effetto di farci cercare questa esperienza. E' il costante paradosso a cui Maharaj ci espone.

D: Come fare con questo paradosso?

Maharaj risponde lui stesso la domanda, e con un concetto particolare che descrive con i termini "la conoscenza Io Sono", o ancora lo stato "Io sono".

Abbiamo detto prima che Nisargadatta era importante perché distruggeva uno dopo l'altro tutti i concetti. Ma è importante anche aver introdotto il concetto "Io sono" che considerava dover essere inghiottito, ingerito e dissolto. Lo descriveva come il "rimedio ultimo". E' vero che lo chiamò anche la "malattia stessa" o la "sofferenza stessa". Però con la stessa insistenza, indicò spesso che quel concetto preciso è il rimedio perfetto, e punta verso la libertà. Così, eccoci di nuovo di fronte a un paradosso: qualcosa che è la malattia si trova ad essere al tempo stesso, nella sua natura essenziale, il rimedio.

Una citazione dà la chiave che permette di penetrare nel paradosso. Per me è la più bella citazione che ci sia. Infatti il completo mistero dell'esistenza è descritto in alcune frasi. Vi si trova tutto e i testi di Maharaj possono essere interpretati con questa prospettiva.

"Quel contatto con lo stato "Io sono" è in ogni essere; quello stato d'essere possiede il contatto d'amore per l'Assoluto, e si tratta di una rappresentazione dell'Assoluto. L'Assoluto

“Io” è una Porta

predomina solo. La verità è Brahman (Para Brahman) nella sua unica totalità, nient'altro che Brahman. Nello stato di Brahman assoluto, il contatto con lo stato di essere, l'“Io Sono” cominciò e con lui sono apparsi la separazione e il senso dell'altro. Ma questo stato “Io Sono” è più che un piccolo principio; è il Mula-Maya stesso, l'illusione primordiale. Il grande principio Maya vi fa passare per tutti i suoi giri, tutte le sue trappole e siete così soggetti a tutto ciò che dice. Alla fine, quella luce che è vostra, lo stato d'essere, si spegne. Maya è così potente che vi avvolge del tutto. Maya vuol dire “Io Sono”, “desidero essere”. Non ha alcuna identità fuori dall'amore. La conoscenza di “Io Sono” costituisce l'avversario più irriducibile, ma anche l'amico migliore. Anche se si tratta del vostro più grande nemico, se lo trattate nel modo giusto, si trasformerà e vi guiderà verso gli stati più elevati”.

Il senso dell'“Io sono” è un principio universale, presente in modo simile in ogni essere umano e precede ogni interpretazione del tipo “sono Gianni” o “sono Anna” o “questa o quella persona”.

Nisargadatta (o i suoi traduttori) aveva l'abitudine di usare il senso dell'“Io sono” insieme al termine “coscienza” (chetana). Spesso diceva di questa coscienza che era illusoria. La sostituiva con molti sinonimi, come “conoscenza”, “stato di Krishna”, “Testimone”, “seme”, “Dio”, “essere”, “stato d'essere”, “sattva”, “il principio supremo”. Tutti questi termini evocano un contatto. Senza alcuna ragione, qualcosa appare spontaneamente dentro a qualcosa che è fuori da ogni esperienza, da ogni sapere, da ogni forma. E' solo nel momento in cui lo constatate che potete dire che capita qualcosa, non prima. La manifestazione e la constatazione di questo sono una sola e stessa cosa, chiamata “contatto”. Si tratta della prima vibrazione, la forma più sottile di contatto chiamata

“coscienza” da Nisargadatta, il principio “Io Sono”.

L'elemento fondamentale di quella citazione dev'essere trovata nell'ultimo paragrafo “La conoscenza dell'“Io sono” costituisce al tempo stesso l'avversario più irriducibile e il miglior amico”. Tutto vi si trova, e ne risulta che potete essere abbandonati qui con un'angosciosa sensazione di disorientamento. Questo spesso si rinforza con la lettura di altri passaggi per l'accento messo sull'illusione (l'avversario più irriducibile). [*Infatti, ciò che è realmente vero, l'Assoluto, è descritto come “qualcosa che non può essere sperimentato”*].

E' nettamente detto qui che anche se è il vostro più grande nemico, sarete ben avvisati di onorarlo. Illusione o no, lì dove noi siamo, poco importa perché all'ultimo non c'è che Dio, l'eterno principio creatore sorgente di tutte le cose. E' vero che potete essere sedotti dalla forma al punto da attaccarvi, ma è anche per questo stesso principio che potete liberarvi dall'attaccamento.

In uno dei Purana, i vecchi libri dell'induismo, si può trovare un passaggio che somiglia alla nostra citazione. “Quando Essa (l'illusione) è felice, diventa propizia e la causa della libertà dell'uomo”. Il testo evidenzia l'adorazione di quel principio, che dev'essere il più totale possibile; si tratta di dargli tutta la nostra attenzione.

Il senso di “voi siete” è così comune, così ordinario, che facilmente lo trascurate ed è per questo che Nisargadatta insiste sul contrario, cioè di onorare pienamente il senso, adorarlo come il Dio più elevato. Martella sempre perché la calma si crei là dove siamo, perché possiamo adorare pienamente quella coscienza, quel contatto. “Adorate atman (voi siete) come un Dio; non c'è nient'altro. Quella conoscenza “voi siete” vi condurrà al più alto, all'Ultimo. Il “voi siete” sarà presente in voi fino a che respirerete. Adorando “voi siete” come

“Io” è una Porta

l'unico Brahman manifesto (Saguna Brahman) arriverete all'immortalità. Dovete ricordarvene continuamente, “ruminare”, dovete pensarci in permanenza.

Il significato esatto di quella adorazione ci interroga. Infatti, si associa automaticamente a questa parola una preghiera verbale. Adorare consiste nel “portare la propria attenzione su qualcosa con tutto il cuore”. In questo mondo essere innamorati ne è il miglior esempio. La vostra attenzione si proietta totalmente sull'essere amato, che lo vogliate o no. Ne siete riempiti e tutto ciò che va nella direzione di questo amore si fa senza sforzo. Possiamo chiamare questo “adorazione”. E ora siete invitati a praticare questa adorazione: essere innamorati della nostra coscienza ordinaria, sperimentarla in quanto tale, il contatto con lo stato d'essere, il sentimento d'essere.

D: Come supponiamo di mettere in pratica una tale adorazione?

E' con la fusione totale con il vostro stato d'essere, con la vostra vibrazione primordiale. Proiettate la vostra passione in quel “luogo” non localizzabile, incentivate quella vibrazione e non v'inquietate per il fatto che si tratta sempre di una forma di dualità, di una forma d'energia o di “corporalità”. Adoratela, non trattenetevi, datevi pienamente a lei. Allora lei vi mostra, in questa fusione, che “due” cessa d'esistere. Non può essere la vostra nemica “la prima sorgente di ogni gioia è il vostro essere: siate lì. Se siete portati dal flusso della Maya, sarete nella sofferenza. State sempre nel vostro stato d'essere. Nisargadatta mette in evidenza il modo in cui, in seno al “principio supremo”, il principio “Io Sono” l'elemento liberatore, può essere distinto dall'elemento di seduzione, di attaccamento.

A volte lo paragono ad una fonte nel mezzo di un bacino. L'elemento "Io Sono" è l'apertura della fonte. Di lì l'acqua sgorga verso l'alto con forza, creando migliaia di gocce e la forma globale che ne risulta è chiamata fontana. Appena l'apertura della fonte si materializza, non c'è che la forza della propulsione e questo fa apparire la fontana. Allora il consiglio è: restate nell'apertura della fonte, restateci e abbandonatevi alla sua vibrazione senza forma. Non provate in nessun modo a manipolare la forza. Che processo naturale potete fermare? Tutto è spontaneo. Ora siete nella coscienza che si muove, che vibra. Non pensate d'essere separati da questa coscienza viva e vibrante. Restando nell'apertura della fonte, adorando Quello che genera tutto questo, siete liberi. "La ferma determinazione del devoto e l'attrazione di Dio per quella devozione li fanno attirare vicendevolmente. Il momento del loro incontro faccia a faccia è quello dove si fondono l'uno nell'altro. Il devoto perde la sua coscienza fenomenica e, quando ritorna in sé, scopre che aveva perso la sua identità, perduto in ciò che in Dio non può essere di nuovo separato".

"Io sono il Dio, io sono il devoto, e sono l'adoratore; tutto è uguale, un solo principio comune".

Il carattere divino di Maya, la Seduttrice, si attenua dal momento che comprendete la necessità di non lasciarvi trattenere da Lei nelle Sue forme di creazione. Dovete semplicemente notare Quello che la vede. "Meditare su chi sa che siete seduti qui. La sensazione che il vostro corpo è qui è l'identificazione col corpo, ma chi sa che il vostro corpo è qui è l'espressione dell'Assoluto".

Il carattere liberatorio del principio "Io sono" è presente tanto nella conoscenza che nella rinuncia. Qui l'approccio dell'*jnana* (la conoscenza, la comprensione) e della *bhakti* (devozione) sono fusi totalmente l'una nell'altra. Ne risulta a

“Io” è una Porta

volte che la discriminazione nell’abbandono non è più necessaria e a volte che la comprensione evita l’errore di un abbandono che non sarebbe che sottomissione alla stessa manifestazione, alle forme transitorie.

L’abbandono non è giusto che nell’abbandono a Quello che è permanente.

“Dapprima, sono stato sedotto da Maya, poi, quando la Maya mi ha abbandonato, non ho più avuto bisogno di Maya e così l’ho rifiutata”.

Notiamo, per esempio, che il corpo seduto qui potrebbe essere chiamato “conoscenza”. Conoscenza è infatti conoscere in quanto tale, ed è lì l’elemento liberatorio, perché la conoscenza è letteralmente l’espressione dell’Assoluto, come abbiamo detto prima. La Coscienza Assoluta o il Conoscere si esprime nel fatto di “conoscere qualcosa”. La coscienza e l’Assoluto non sono quindi due cose diverse. Non c’è che una Coscienza. Ha la natura dell’Assoluto e un carattere dinamico, vivo, esperienziale, il “contatto”.

Necessita di una cosa sola: la presenza di una certa vibrazione è infatti la conoscenza di quella vibrazione e quella conoscenza stessa è la Conoscenza Assoluta. Non c’è nessuna separazione.

Nell’Assoluto, non c’è niente da Conoscere e per questo Nisargadatta lo chiama “stato di non conoscenza” o “non mentale”, stato in cui l’attenzione si dissolve in se stessa.

Quarta Parte

“Non c’è che un solo stato, non due. Quando lo stato “Io sono” è presente, conoscerete molte esperienze, ma l’ “io sono” e l’Assoluto non sono due. Nell’Assoluto lo stato di “Io sono” sopravvive e allora accade l’esperienza”.

Potremmo dire che “lasciarsi intrattenere dalla Seduttrice” equivale a dare peso al vostro passato, alla potenza delle vostre tendenze, ai vasana, invece di sopportare la sofferenza di non oltrepassare la forma presente, il “contatto attuale”.

La natura d’attaccamento del principio “Io Sono” si situa nella creazione della storia personale, la creazione di un “corpo sottile”, un’immagine “Io”, una forma che deve persistere. La forza d’attaccamento stessa potrebbe essere chiamata il “corpo causale”, un deposito contenente tutte le nostre tendenze latenti e il primo inizio dell’individualità. Il “corpo causale” definisce il principio che è in noi, ora, la casa della creazione della forma, che ci seduce per il mantenimento e il consolidamento di quella forma. Ci seduce non riconoscendo la forma come la “pura forma attuale della Coscienza” che muore a ogni istante e immediatamente rinasce in un’altra forma. E’ il significato del termine “corpo causale”. Il corpo causale vi fa perdere la visione che siete sempre nuovi, non-nati, ora, ora, ora. E questa “perdita” succede attraverso l’intermediazione delle tendenze latenti che, fintanto che esistono, vi adattano alle forme, mantenute in modo da far penetrare l’esistenza della forma. Per la sua natura che vela la realtà, e per l’attaccamento, il corpo causale è assimilato, nella tradizione Advaita, all’ignoranza (ajnana o anche avidya).

Molto influenzato nella sua semantica dalla tradizione Samkhya, antica scuola indiana dualista, Nisargadatta, per spiegare come nasce l’attaccamento, usa a volte i termini

“Io” è una Porta

sattva, rayas e tamas, tutti influenzati dal Samkhya. Sono i tre gunas, qualità che colorano e determinano ogni nostra azione: rayas è l’agitazione, che spinge all’attività, tamas l’inerzia, il solido, lo scuro, sattva l’equilibrio, la conoscenza, la lucidità. Nisargadatta descriveva la transizione prodotta da sattva in questo modo: “Durante lo stato di veglia, sapere che voi siete (sattva) è in sé una sofferenza; ma, siccome siete preoccupati per tante altre cose, potete sopportarla.

Quella qualità d’essere (sattva), quella conoscenza “Io sono” non può essa stessa sopportarsi. Non può stare sola semplicemente conoscendo se stessa. E’ perché il guna rayas è lì. Spinge l’essere a gettarsi nelle varie attività, in modo da non rimanere in se stesso. Gli è molto difficile sopportare questo stato.

Il guna tamas è la qualità inferiore. La sua azione consiste nell’aprire la via a quello che si prende per gli autori dei nostri atti, il sentire “sono colui che agisce”. Il guna rajās ci spinge nell’attività e il guna tamas ci attribuisce la paternità di tutti i nostri atti.

Potremmo vedere il carattere originale di rajās come piuttosto libero. Non ha infatti, per se stesso, nessun bisogno di assestarsi in qualsiasi cosa. E’ sotto l’effetto di tamas che tutto si coagulerà. Questa qualità ci rende rigidi, è la causa dei nostri attaccamenti, del nostro isolamento, delle nostre preoccupazioni, ecc. Il nostro attaccamento a una storia personale è dovuto a tamas, storia sovrapposta ad un’attività spontanea.

Il consiglio di Nisargadatta potrebbe essere interpretato così: non potete fare niente altro che lasciare apparire rajās, perché è proprio quello dell’energia di creazione spontanea. Accoglietela e continuate a riconoscere il punto di partenza, il primo “contatto”, che lui chiama una “puntura di spillo”.

Questo è sattva, l'esperienza del contatto, la coscienza. Ho chiamato questo l'apertura della fonte: in questo posto, siete testimoni del matrimonio di sattva e tamas. State nel silenzio (sattva) e nella splendente energia.

Dedicandovi a questo, onorando questa puntura di spillo, questa "coscienza", la vostra ricerca cessa d'esistere. A quel punto, lasciate che il "fare" vi abbandoni, così come il tentativo di passare al di là di quella coscienza, perché realmente non può esservi d'alcun aiuto.

"Non potete mai separarvi da quella coscienza, a meno che la coscienza non sia soddisfatta di voi e si sbarazzi di voi".

La coscienza apre le porte per permettervi di andare al di là della coscienza. Ci sono due aspetti: uno è la coscienza concettuale, dinamica, piena di concetti, l'altra è la coscienza trascendente in cui anche il concetto "Io sono" non c'è più.

Il Brahman qualitativo, concettuale (/Saguna Brahman), quello pieno di concetti e di qualità, è generato dal riflesso della Coscienza (Nirguna Brahman) nel corpo nel suo funzionamento.

Anche se alla partenza è importante e giusto distinguere tra la coscienza relativa (chetana) e la Coscienza (chit), a un certo momento ci si deve aprire alla coscienza in quanto "contatto". Tutte le resistenze allora si dissolvono e con loro ogni dualità. Il contatto è l'Assistente che vi consacra nel vostro abbandono e nel Suo abbandono. Vi mostra che siete sempre stati non contaminati e non alterati, liberi e non separati, senza bisogno di mettervi alla ricerca.

Così da una parte Maharaj insiste "Io, l'Assoluto non sono lo stato "Io sono", ma d'altra parte si trova la "comprensione che questo Io non ne è diverso, su livelli differenti". E così l'Assoluto è l'Io che si manifesta nella forma. Lo stesso Io Assoluto diventa l'Io manifesto e l'Io è la coscienza, sorgente

“Io” è una Porta

di ogni cosa. L'Assoluto-con-coscienza si situa nello stato manifesto.

In modo sorprendente, qui come in altri luoghi, Maharaj insiste nell'usare la parola Io per designare l'Ultimo. In più chiama se stesso molto spesso “Io, l'Assoluto” e dice molto sovente: “Non esiste niente fuori di me. Sono solo a esistere” e “quando lo stato d'esistenza è totalmente ingurgitato, ciò che resta è l'Io eterno”.

Così Io è adeguato a tre livelli: la persona pensa e prova “Io”, il contatto con lo stato d'essere e l'esperienza dell'Io senza pensiero (senza “mio”), e l'Ultimo è “Io” senza esperienza di questo-qui. Questo implica che la Realtà che siamo, sempre presente in quanto tale, c'è già ora. Di conseguenza, nel seno stesso di un' identificazione in una forma si trova un invito a riconoscere il più vicino, cioè Io nella sua natura essenziale.

“Io” è una porta?

L'insegnate risponde: “Figlio caro, non c'è porta per entrare nel Parabrahaman”.

Quinta Parte

Nei brani precedenti di “Io è una porta” si portava l’attenzione sul sorprendente fenomeno dell’utilizzo della parola “io”, che può riferirsi a un’entità limitata e anche a Quello. I due precedenti articoli di Ramana Maharshi e Nisargadatta Maharaj parlavano di questo. Nel terzetto formato dai tre grandi insegnanti autentici dell’Advaita nel ventesimo secolo, cioè Ramana Maharshi, Nisargadatta Maharaj e Krishna Menon, scopriremo qui quest’ultimo.

Krishna Menon è nato nel 1883 a Peringara vicino a Tiruvalla nello stato del Travancore (ora parte dello stato del Kerala). Dopo gli studi di diritto, divenne avvocato ispettore del governo e sovrintendente di polizia del distretto. Disse una volta che, all’inizio della sua vita, pregò molto per incontrare il suo Guru, un Insegnante nel senso più profondo del termine. Un giorno del 1919 incontrò Swami Yogananda, che viveva a Calcutta. Il loro incontro non durò che una sola notte. Krishna Menon fu particolarmente toccato dall’immensa umiltà di quell’insegnante. “Questo paralizzò il mio ego” disse più tardi. In seguito a questo incontro incominciò una sadhana che includeva bhakti, raja-yoga e jnana-yoga.

Più tardi, divenuto lui stesso insegnante, non trasmise che la pratica di jnana-yoga, criticando persino le pratiche di bhakti e di raja-yoga.

Realizzò la sua vera natura nel 1923, prese il nome di Atmananda e cominciò a insegnare. Parallelemente, proseguì la sua attività dentro al dipartimento della polizia fino al 1939. Disse una volta, più tardi, che le professioni di poliziotto e di militare formano un quadro ideale per una sadhana spirituale, perché offrono il massimo di ostacoli e di tentazioni.

Morì a Trivandrun, capitale del Kerala, nel 1959.

“Io” è una Porta

L’approccio di Atmananda fu conosciuta in Occidente con il libro di John Levy *“La natura degli uomini secondo il Vedanta”*. Lui stesso era un discepolo inglese di Atmananda, che stava stabilmente con lui. Levy riformulò l’approccio particolare di Atmananda in uno stile più occidentale conservando però il modo originale e caratteristico di Atmananda.

Io sono stato portato a conoscere Atmananda da un discepolo di Alexander Smit, un olandese discepolo di Walter Keers, che lo era di Atmananda. Alexander mi regalò due piccole opere di Atmananda: *Atma-Darshan* e *Atma-Nirviti*. Questi libri hanno un breve riassunto dell’insegnamento di Atmananda. Le scrisse nella sua lingua natale, il Malayalam, e le tradusse lui stesso in inglese.

Alexander le studiò minuziosamente per due anni e sono riconoscente per il privilegio di aver assistito a quelle riunioni.

Ho così avuto la possibilità di familiarizzare con l’approccio specifico di Atmananda.

In cosa consiste la sua specificità? Nell’uso linguistico, particolarmente sul piano della logica, o logica “soggettiva”, nel suo modo di ricondurre ogni cosa alla sua natura ultima, e in particolare alla sua insistenza categorica su quello che chiama il “Principio-Io”. Questo “Principio-Io” era per lui sinonimo di Realtà Ultima, di Assoluto. Niente lo precede, è ciò che realmente significa la parola “Io”. Diceva così: “La Pura Coscienza e la pace profonda sono la vostra vera natura. Avendo compreso questo in modo giusto, potete abbandonare le parole “Coscienza” e “Gioia” per utilizzare “Io” quando si tratta di rapportarsi alla Realtà. Non accontentatevi di ridurre gli oggetti alla Coscienza. Non fermatevi lì. Riduceteli al Principio-Io. Riducete anche tutti i sentimenti alla pura Gioia, poi riduceteli al Principio-Io.

Atmananda apprezzava le parole Coscienza e Gioia per parlare dell'Ultimo, ma una citazione come quella mostra che, alla fine dei conti, preferiva il termine Principio-Io. Disse una volta che, in confronto al principio-io la parola coscienza è la teoria! Considerava infatti che la parola Io è quella che ha maggior possibilità di essere compresa correttamente. Tutti gli oggetti di percezione possono essere incompresi, finché quello che può essere chiamato “voi-stessi”, ciò che non può essere percepito, “Io”, può essere la causa di una cattiva comprensione.

Considerava il Principio-Io come il vero scopo di ognuno, perché è contenuto in ogni sforzo.

L'uso della parola “Principio” per Atmananda non deve essere visto come un tentativo intellettuale o filosofico per comprendere l' “Io”. E' il suo modo di usare una parola per ciò che Io è in se stesso, Io in quanto tale. Ciò che Io in quanto tale è veramente, precisamente, precede ogni movimento o struttura mentale.

Con espressioni come “in se stesso” o “in quanto tale” la lingua sembra ristretta. Tocca i suoi limiti. Un cosa si riferisce a se stessa. Qualcosa “in quanto tale” non si trasforma in qualcos'altro un istante dopo. E' il punto invariabile nel cambiamento permanente, è la sua vera natura, che non consiste in niente altro. Atmananda utilizzava spesso il termine sanscrito “svarupa”, vera natura, che si riferisce alla permanenza di un elemento, con altri termini che considerava sinonimi, come “contenuto”, “substrato”, “stato puro” e “stato naturale”. Usava quei differenti termini per dire una sola e stesa cosa.

Ogni tentativo di parlare della natura essenziale di qualcosa può, alla velocità della luce, trasformarsi in incomprensione. E' il problema della lingua. Per esempio, una parola come

“Io” è una Porta

“essenza” può suggerire la presenza di un essere o di un nocciolo minuscolo, sottile, nel centro di una forma più grossolana. Come se doveste scoprire l’essenza di qualcosa aumentandone sempre più la grandezza di un microscopio per tentare di osservare ciò che c’è nel nocciolo. Qualcosa di simile è presente nei commenti popolari del passo conosciuto come Chandogya Upanisad in cui Uddalaka insegna a suo figlio tagliando un frutto in pezzi sempre più piccoli.

Atmananda, come maestro spirituale, insisteva molto sul disprezzo che può essere in quella miopia. Infatti quel modo di investigare interiormente sarà sempre la trappola di ciò che egli chiama “oggettivazione”.

Chiamava oggettivo e soggettivo in un modo insolito per l’Occidente. L’oggettivo non indicava per lui imparzialità, ma si riferiva a ciò che può essere osservato, cioè a un oggetto dei sensi e dei pensieri. E così per il soggettivo: non designava un punto di vista o un’opinione di una persona, ma solo a chi è Soggetto, ciò che per definizione non può essere osservato e che in Se stesso illumina ogni oggetto.

Di conseguenza, un’investigazione che consista in ricercare qualcosa di interiore come un’essenza o un nocciolo non ha niente a che vedere con la visione diretta dell’Ultimo. Così non si può dire che la ricerca in fisica è una vera via di conoscenza di sé sia una stessa cosa, come è a volte suggerito in certi gruppi dell’Advaita. La fisica resterà sempre il luogo dell’“oggettivo”. E lo stesso è con il concetto di “che comprende tutto” usato per esprimere nozioni come il Cosmo, lo Spazio o l’Infinito. Atmananda una volta portò un’indicazione, una bella visione delle cose: “Lo Spazio” (Akasha) benché non percepibile dai sensi, è sicuramente concepito dalla mente. E’ perciò realmente oggettivo, per natura. Se diamo allo Spazio quest’ultima colorazione

d'oggettività, cessa d'essere morto e inerte, per illuminarsi e brillare come il suo substrato, la Realtà.

L'insegnamento di Atmananda è tutto centrato sul Soggetto. S'attacca esclusivamente a Quello che conosce, Quello che conosce non è un Conoscitore (non un lui o una lei) ma la Conoscenza in quanto tale (Jnana). Questa "conoscenza in quanto tale" la chiama anche "Esperienza", volendo dire "esperienza in quanto tale, e anche Sensazione in quanto tale (Rasa), tutte e tre sinonimi della Potenza che alla fine è l'Io sono. I testi seguenti illustrano questo punto:

"Il Principio-Io è la sola esperienza che ciascuno possa avere. Malgrado la sua ignoranza, non può che avere l'esperienza di se stesso. Se l'esperienza integra numerosi oggetti, non è l'Esperienza. Voi sovrapponete degli oggetti alla vostra Esperienza, che è una e unica, per sempre" e: "Vi ho già provato che nessuno può conoscere altro che il suo proprio Sé, il Principio-Io. La sola esperienza è "Io" e "Io" è la sola parola che designa l'esperienza". E infine: "Non domando nessuna prova. Ciò che è oggettivo non può esistere indipendentemente da questo "Io" e perciò il "Principio-Io" è la sola Realtà ultima.

Questo modo radicale di esprimersi, per cui ogni cosa può essere ridotta a Quello che conosce, implica che gli oggetti non devono essere eliminati o ignorati, ma al contrario che devono essere considerati come quelli che puntano verso la Realtà. Allo scopo di conoscere il Sé, la maggior parte dei testi dell'Advaita raccomandano come sia meglio imparare a non prestare attenzione agli oggetti dei sensi. Ma Atmananda, concretamente, metteva in luce che niente è di ostacolo. Nessuno è mai veramente risucchiato in un oggetto, o impedito da un ostacolo. "Niente vela la coscienza"

FINE