

**Non Ritardare
l'Illuminazione**

Sri Bagavath

**Sri Bagavath Publications
Tiruchendur**

Editore: Sri Bagavath Publications,
102, Court Street, Tiruchendur – 628 215.
Tamil Nadu - India

Prima edizione: Marzo 2007

Seconda edizione: Marzo 2010

© Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta o trasmessa in qualsiasi forma o con qualsiasi mezzo, senza preventiva autorizzazione dell'Editore.

Circa l'Autore

Non è facile scrivere di Maestri Illuminati come Sri Bagavath, giacché il mondo spirituale in se è un mondo misterioso

Ma fortunatamente ho avuto lo speciale privilegio di appartenere alla cerchia ristretta dei suoi amici per trent'anni. Abbiamo viaggiato lungo la stessa strada che porta all'Illuminazione. Quindi conosco qualcosa su di lui.

Egli nacque da una famiglia con inclinazioni spirituali e iniziò la sua ricerca spirituale a diciotto anni. Mentre costruiva la sua professione di avvocato era anche attratto dagli insegnamenti di Ramakrishna Paramahansa, Ramana Maharishi, Gandiji, J. Krishnamurti, Osho e Nisargadatta Maharaj.

Egli partecipò a diversi incontri con J. K. e, una volta all'anno, era solito stare al Ramanashram di Tiruvannamalai assieme con amici spirituali, tra cui io stesso.

Ebbe una connessione intima con un saggio vivente, Raju Swamy, conosciuto come Theni Swamy.

Sebbene Sri Bagavath abbia vissuto numerose esperienze spirituali attraverso lo Yoga e la meditazione, le considerò inadeguate. Egli per 40 anni condusse una ricerca ininterrotta dell'Illuminazione e della Liberazione.

Poi una sera, all'età di 58 anni, raggiunse improvvisamente la sua Illuminazione e la Liberazione. Con sua sorpresa essa avvenne in una frazione di secondo. Egli comprese chiaramente la Realtà.

Tutti i suoi sforzi di quarant'anni cessarono. Non festeggiò l'Illuminazione con canti e danze. Ma piuttosto rifletté su quanto semplice fosse la natura dell'Illuminazione. Egli realmente sa e dice che si possa ottenere l'Illuminazione in un tempo brevissimo, senza alcuna difficile meditazione o pratiche yogiche, e che è sufficiente la semplice comprensione del funzionamento della nostra mente.

Attualmente molti ricercatori stanno ottenendo l'Illuminazione grazie a questo Maestro. Egli è molto semplice e non esita a guidare tutti coloro che lo avvicinano motivati da una sincera ricerca.

V. S. Aranganathan, M. A. M.Ed.

Sri Sai Nivas

Tiruchendur

05.11.2009

PREFAZIONE

*Questo libro
non necessita di una
vera e propria prefazione.*

*Il primo capitolo
servirà allo scopo*

INDICE

Capitolo	Pag
1. Non ritardare l'Illuminazione	1
2. La consapevolezza	15
3. La guerra interiore	31
4. La comprensione dell'Illuminazione	45
5. Il fiorire della Consapevolezza	63
6. La Liberazione	75

1. NON RITARDARE L'ILLUMINAZIONE

L'Illuminazione è considerata come lo stato più alto in campo spirituale. Ogni aspirante spirituale anela il raggiungimento dell'Illuminazione. Ma...

Quanto tempo bisogna praticare per ottenere l'Illuminazione?

10 anni?

12 anni?

20 anni?

o tutta la vita?

Nel campo spirituale c'è una storia di re Janaka. Si dice che una volta re Janaka stava ascoltando alcune lezioni di Vedanta. In una di queste si sosteneva che si può ottenere l'Illuminazione nel breve tempo che si impiega tra l'infilare un piede nella prima staffa e l'altro nella seconda, mentre si monta a cavallo.

È vero ciò?

Re Janaka lo chiese al maestro che gli aveva insegnato le scritture Vediche.

Ma purtroppo l'insegnante non era un illuminato. Così non riuscì a cancellare il dubbio del re.

Il re era molto desideroso di verificare la verità delle parole delle scritture. Chiese quindi ad altri insegnanti di spiegargli la verità di quelle parole.

Ma nessuno riuscì a rispondergli tranne il saggio Astavaj. Krishnamurtirar che gli fece capire la verità. Quindi Janaka comprese che si poteva raggiungere l'Illuminazione in pochi secondi. Comprese la verità raggiungendo da solo l'Illuminazione in poco tempo.

Così re Janaka dimostrò che si può raggiungere l'Illuminazione in qualche secondo.

E' dunque possibile anche per noi raggiungerla come nel caso del re, come è descritto nelle scritture Vediche?

J. Krishnamurti era solito dire qualcosa di simile durante i suoi primi discorsi.

<<Stai piantando semi di uva. Li coltivi, li innaffi e li curi. A suo tempo si svilupperà una vigna che produrrà grappoli d'uva. Ci vuole tempo.

Bisogna aspettare per i grappoli. Ma ora sto dicendo qualcosa di diverso.

Ti chiedo di venire con i semi d'uva e dopo la fine del mio discorso fra un'ora, potrai tornare a casa con i grappoli d'uva.

Non c'è bisogno di tempo di produrre frutti. Si può ottenere l'Illuminazione istantaneamente.>>

J. Krishnamurti era solito parlare così a quel tempo.

Ma durante i suoi ultimi discorsi si esprimeva diversamente.

<<Vi ho parlato così per più di 60 anni. E mi avete ascoltato per altrettanti anni. Ma non siete cambiati. Dove è l'errore? Chi ne è responsabile?>>

J. Krishnamurti era sicuro che non ci fosse bisogno di tempo per il cambiamento- riferendosi all'Illuminazione- e così chiedeva: *"dove risiede l'errore?"*

Abbiamo praticato tanti metodi spirituali per anni.

Tuttavia l'Illuminazione ci sfugge.

Perché?

Siamo sinceri nella nostra pratica.

Siamo molto seri ma ancora lo stato di Illuminazione ci sfugge.

Perché?

Se è vero che uno può raggiungere l'Illuminazione in pochi secondi perché non l'abbiamo ancora raggiunta?

Infatti l'affermazione Vedica é vera, non è falsa . Siamo ritardando la nostra Illuminazione solo a causa del nostro approccio sbagliato ad essa.

Perché il nostro approccio è così sbagliato?

Non lo stiamo praticando forse secondo le istruzioni di persone autorevoli?

Queste persone non sono affidabili?

Le loro istruzioni sono errate?

Queste persone sono corrette fino a un certo punto.

Le loro istruzioni sono potenti.

Il risultato delle loro istruzioni é benefico.

Esse sono molto utili per gli aspiranti spirituali.

È indubbio che fanno fare grandi progressi a un ricercatore nel campo spirituale.

Ma lo aiutano solo fino a un certo punto. Lo preparano per l'Illuminazione.

Tutte le pratiche ci danno qualche tipo di esperienza.

Queste possono essere celestiali e meravigliose.

Ma l'Illuminazione non si manifesta come un'esperienza, perché l'Illuminazione non è un'esperienza.

Tutte le esperienze durano solo per un certo tempo. È la natura di tutte le esperienze. A un ricercatore spirituale esse accadono e permangono qualche tempo. Poi svaniscono così come sono apparse.

Ma non è questo il caso dell'Illuminazione. L'Illuminazione, una volta conseguita, non scompare più. Dura per sempre.

Se qualcuno ottiene Illuminazione non ha bisogno di nessuna pratica per conservarla.

È la natura dell'Illuminazione.

C'è quindi qualche pratica speciale per ottenere l'Illuminazione?

Non ce ne vorrà alcuna, invece. Tutte le pratiche danno come risultato solo esperienze bellissime e variate. Non c'è nessun collegamento tra Illuminazione e le pratiche spirituali.

Qual è quindi la via per l'Illuminazione, se la pratica non lo è?

Essa arriva solo attraverso **la comprensione**. Bisogna capire che cosa è l'Illuminazione e quali sono gli ostacoli al suo conseguimento.

La semplice comprensione di che cosa sia l'Illuminazione di per sé porta all'Illuminazione. Comprendere la verità della stessa Illuminazione agisce e porta istantaneamente all'Illuminazione

Se uno capisce che cosa sia l'Illuminazione, la questione è finita. Non vi è bisogno di esercitare alcuna pratica sull'idea ottenuta attraverso la comprensione. La comprensione stessa è azione. Non possiamo separare l'azione dalla comprensione.

Qual è la natura di tale comprensione?

È possibile solo per una mente matura o solo per persone sagge? **Ha bisogno di grande intelligenza?**

No!

Chiunque può avere la comprensione. È molto semplice. Per questa comprensione è sufficiente l'intelligenza necessaria per capire un libro di racconti. Tale tipo di intelligenza normale è sufficiente per questa comprensione.

Ora che cosa è la comprensione?

Qual è la natura di questa comprensione che porta l'Illuminazione?

È intellettuale?

o pratica?

Ad esempio ti chiedo come arrivare a casa tua. Mi rispondi spiegandomi la direzione da prendere, descrivendo la strada, la posizione e l'aspetto della tua casa. Quindi ho un'idea sulla tua casa e su come arrivarci. Mi sono fatto solo un'idea intellettuale su di essa .

Poi ci vado realmente e quindi vengo a conoscere praticamente la tua casa, la sua struttura, la sua posizione e il modo per arrivarvi.

Dapprima mi faccio un'idea intellettuale della tua casa. Poi, dopo la mia visita, ne ho avuta la conoscenza pratica e reale.

La conoscenza intellettuale è diversa dalla conoscenza pratica. La conoscenza intellettuale è immaginaria ma la conoscenza pratica è reale.

È così nel caso della comprensione, quella che porta l'Illuminazione?

No, non è così.

Nel campo della comprensione che porta all'Illuminazione, non c'è nessuna distinzione tra comprensione intellettuale e comprensione pratica.

Nell'ipotesi di raggiungere la tua casa, c'è prima una comprensione intellettuale di essa. Poi, otteniamo una comprensione pratica e reale. La comprensione intellettuale viene prima e in seguito avviene quella effettiva, pratica.

Avviene così nel campo delle attività materiali.

Ma non è così nel caso dell'Illuminazione. Qui non c'è alcuna differenza tra la comprensione intellettuale e quella reale.

È solo intellettuale. La chiarezza intellettuale è sufficiente per l'Illuminazione. Non abbiamo bisogno di trasformare la chiarezza intellettuale in chiarezza pratica.

Non esiste chiarezza pratica oltre alla chiarezza intellettuale. Non abbiamo bisogno di aspettarci nulla più della chiarezza intellettuale.

Abbiamo un sacco di false idee sull'Illuminazione. Ecco perché stiamo ritardando l'Illuminazione. È sufficiente avere la giusta idea di che cosa sia l'Illuminazione. La semplice idea intellettuale di cosa sia Illuminazione in sé, fa fiorire l'Illuminazione stessa.

Si prenda ad esempio uno studente che ha da fare una somma aritmetica. Fare la somma è un processo totalmente intellettuale. Egli risolve la somma solo attraverso il processo intellettuale. Allo stesso modo la comprensione della natura dell'Illuminazione è puramente intellettuale.

L'Illuminazione avvenuta a Buddha, è considerata come un evento grande e raro.

Ma è accaduto in pochi secondi, sotto l'albero di Bhothi. Non è considerata un'Illuminazione ordinaria. Ancora oggi essa è considerata straordinaria.

È lo è davvero.

Perché dopo questo non si possono avere dubbi di sorta su alcunché. Tutti i dubbi sono chiariti. Diventiamo luce noi stessi.

Ma questa Illuminazione in apparenza straordinaria è in realtà ordinaria. Perché voi ed io possiamo raggiungere la stessa cosa molto facilmente in pochi secondi.

Basta che non ci si confonda sulla nostra possibilità di raggiungere oppure no lo stato di Buddha durante la nostra vita.

E' possibile e lo è in pochi secondi. Se noi sappiamo cosa si intende con Illuminazione, il solo sapere cosa essa sia, è sufficiente per ottenerla.

Abbiamo letto molte cose sull'Illuminazione.

"Noi crediamo di essere questo corpo e la mente. Ma non lo siamo. Siamo qualcosa di più. Noi siamo in realtà 'Atman' – lo Spirito al di là del corpo e della mente. 'Atman' è la base del nostro corpo e della mente. Poiché la nostra mente funziona esteriormente, pensiamo di essere solo corpo e mente. Pertanto non abbiamo alcuna idea o conoscenza di Atman, che è noi stessi.

Se riusciamo a dirigere la nostra attenzione interiormente verso la radice del nostro essere, potremmo essere in grado di conoscere questo nostro essere – l'Atman che noi siamo. Se riusciamo a conoscerci come 'Atman', questo è l'Illuminazione,. Questo è 'Gnana'. Quindi capire la nostra vera natura è Illuminazione."

-i testi spirituali dicono cose del genere.

"Mentre dormiamo stiamo sognando. Nel sogno, per esempio, noi stiamo correndo un pericolo insieme ad amici. Bisogna fuggire il pericolo.

*In quel momento qualcuno bussava alla porta. Immediatamente ci svegliamo dal sonno e il sogno finisce lì. Comprendiamo che non siamo in pericolo e che non abbiamo nulla da fare per gli amici. Sappiamo che siamo al sicuro nel letto di una stanza protetta. Allo stesso modo l'**Atman** è sempre sicuro e puro. È solo in uno stato di sogno che ci sentiamo in pericolo."*

Così è come i libri spirituali descrivono il ruolo dell'**Atman**.

È evidente che, secondo questi testi, l'Atman è puro, risplendente e senza ignoranza.

Da queste descrizioni possiamo sapere qualcosa sull'Atman e la sua purezza. Ma ciò non ci dà l'Illuminazione. Perché l'Illuminazione è un'altra cosa.

Si può ottenere l'Illuminazione se si sa che cosa essa sia. Proprio la conoscenza di cosa sia l'Illuminazione, porta l'Illuminazione.

Così per il momento, non facciamo affidamento sulle descrizioni delle scritture in merito a cosa sia l'Illuminazione.

Riteniamo di essere persone normali con tutte le nostre qualità mentali buone e cattive. Quindi naturalmente riteniamo che non si possa raggiungere l'Illuminazione fino a quando non ci si liberi dalle cattive qualità mentali.

Quindi pensiamo di poterci illuminare solo dopo la purificazione del nostro cuore e della nostra mente. Così lottiamo per la purificazione di entrambi.

Si dice che lo stesso Buddha avesse fatto tante pratiche meditative, eseguite molte penitenze e si fosse sottoposto a svariate austerità. Si dice che, solo dopo la purificazione del cuore e della mente, Egli raggiungesse l'Illuminazione.

Ma in verità, né le qualità della mente né le qualità del cuore la impediscono.

Sono le nostre conclusioni, invece, che bloccano la nostra Illuminazione.

Conclusioni?

Le nostre conclusioni sono i soli ostacoli per il nostro risveglio.

Come?

Abbiamo già qualche idea su che cosa sia l'Illuminazione. Non solo questo, abbiamo così tante altre idee su svariate altre cose. Ad esempio abbiamo idee su ciò che sia bene e cosa sia male. Abbiamo idee sulle varie meditazioni e sui loro effetti, così come sulla vita, la morte e sulla vita dopo la morte, sul peccato, sul karma e così via.

Allo stesso modo ci siamo creati altre idee su ciò che molti leaders spirituali e persone illuminate hanno detto.

Le nostre idee su tutto ciò ci hanno fatto pervenire ad alcune conclusioni che quindi riteniamo siano corrette.

A meno che non ci si liberi da queste conclusioni, non possiamo fare alcun passo in avanti.

Essendo però tutte le nostre conclusioni solo intellettuali, non sarà difficile per noi liberarcene. Se però ci aggrappiamo a loro inflessibilmente, non ce ne potremo mai distaccare.

Se non saremo attaccati alle nostre conclusioni, sarà possibile liberarcene e riorganizzarle di conseguenza.

Bisognerà mantenere sulle nostre conclusioni un atteggiamento libero, accogliente e aperto, in modo da poterci intrattenere con altre nuove e capirle.

L'Illuminazione in sé è un processo intellettuale. Questo stesso fatto può non essere accettato da molte persone, perché esse hanno idee diverse sull'Illuminazione.

Così sarà difficile per loro accettare il fatto che l'Illuminazione arrivi all'interno del campo intellettuale.

Per il momento bisogna che non ci si confonda con questa affermazione. Esamineremo in dettaglio la questione più avanti.

Per ora comprendiamo i nostri bisogni fondamentali.

Ci sono prerequisiti per la comprensione di ciò che porta all'Illuminazione?

Sì, ci sono alcuni prerequisiti per questa comprensione.

Questi sono:

- 1. L'aspirante spirituale bisogna che abbia qualche serio interesse nella vita spirituale. (Non è però necessario che abbia fatto pratiche meditative dure).*
- 2. Bisogna che abbia qualche familiarità con i normali libri disponibili nel campo spirituale. (Non è però necessario che abbia padronanza di tutta la letteratura spirituale). E' sufficiente che abbia alcune conoscenze di base in questo campo.*
- 3. Bisogna che abbia mente aperta ad accettare idee ragionevoli. Sarebbe bene che non fosse inflessibile con le sue conclusioni e le idee che ha già.*
- 4. Bisognerebbe che non coltivasse l'idea pessimistica che egli non possa raggiungere l'Illuminazione in questa sua vita.*

Se si possiedono i suddetti requisiti ordinari, semplici e ragionevoli, si possono facilmente ottenere l'Illuminazione e la Liberazione anche in pochi secondi.

Poiché tale Illuminazione non coinvolge nessuna pratica, non si pone la questione di tempo. Il tempo è necessario solo per la pratica e lo sforzo.

Pratica e sforzo ci daranno solo esperienze. Le esperienze possono essere straordinarie e meravigliose. Ma non ci daranno l'Illuminazione.

Non è richiesto fare o avere nulla di ciò per l'Illuminazione. Quello che è richiesto invece, è di avere una comprensione intellettuale di che cosa sia l'Illuminazione.

Pertanto, è meglio non ritardare la nostra Illuminazione. Possiamo averla in pochi secondi, se siamo aperti.

2. La coscienza

Prima di sapere che cosa sia l'Illuminazione, comprendiamo che cosa siano la mente e la coscienza. La mente può essere classificata, per comodità di esposizione, come:

- 1) La mente conscia
- 2) La mente subconscia
- 3) La mente conscia più profonda

Prima di tutto comprendiamo che cosa sia la **mente conscia**. Con il termine "mente conscia" si intendono le nostre emozioni ed esperienze quotidiane.

Dal momento in cui ci svegliamo, fino a quando torniamo a letto passiamo attraverso tante esperienze con il nostro corpo e la mente.

Ad esempio, sperimentiamo gioia, tristezza, rabbia, paura, odio, amore o noia. Quotidianamente sperimentiamo queste emozioni. Siamo consapevoli di queste esperienze.

La mente che è consapevole delle nostre esperienze è chiamata la mente conscia.

Ma la **mente subconscia** è alquanto diversa. Essa è il magazzino dei nostri atteggiamenti mentali. Non possiamo conoscere direttamente la struttura della mente subconscia.

Nella nostra vita passiamo attraverso molte esperienze. Tutte le esperienze che abbiamo avuto sono registrate nella mente come nostra conoscenza.

Potremmo aver letto molti libri su vari argomenti ed essere pervenuti a numerose conclusioni sui vari aspetti della nostra vita. Tutto ciò é memorizzato nella nostra mente subconscia.

Potremmo avere ereditato molte cose dai nostri genitori, attraverso il patrimonio genetico. Anche ciò é registrato nella mente subconscia.

Il nostro carattere, le nostre convinzioni, le aspettative, i nostri interessi, le simpatie e le antipatie, le paure, i nostri desideri sono tutti registrati nella mente subconscia.

Ma non possiamo conoscere direttamente la natura e la struttura della mente subconscia.

D'altra parte ogni esperienza conscia che stiamo vivendo, proviene dalla mente subconscia. Essa funziona come un magazzino. Fornisce esperienze coscienti a seconda delle circostanze in cui si trova.

Noi non possiamo guardare direttamente in questo archivio mentale. Possiamo sperimentare solo la consapevolezza che proviene dal magazzino della mente subconscia.

Ad esempio, se incontriamo nostri amici mentre andiamo in ufficio, ci sentiamo felici. La felicità proviene dalla mente subconscia.

Allo stesso modo, se incontriamo qualcuno che non ci piace, sperimentiamo antipatia. Anch'essa emerge dalla nostra mente subconscia.

Così la coscienza è il prodotto della mente subconscia.

Quindi ora sappiamo che cosa si intende con i termini mente conscia e mente subconscia.

Ora vediamo che cosa è la **mente conscia più profonda**.

Che cosa è questa mente più profonda?

La mente conscia più profonda è il luogo segreto della nostra mente. Può anche essere considerato come una camera segreta all'interno del campo della stessa mente subconscia.

Qualunque cosa sia, è sufficiente che la si consideri come un luogo segreto nella nostra mente, nella parte più profonda di essa.

Ci sono varie scuole di pratiche yogiche nel campo spirituale. Attraverso tali pratiche si può entrare in questa camera segreta della mente. In altre parole uno può vibrare o attivare alcuni aspetti all'interno della mente conscia più profonda.

Quindi alcuni possono ottenere qualche potere occulto e altri qualche esperienza spirituale come trance o un'eccitazione spirituale.

Ci sono parecchi sistemi di meditazione attraverso i quali possono scaturire quelle cose. Se si lavora sinceramente e duramente, è sicuro che si otterrà l'una o l'altra cosa.

E' questo lavoro duro, sincero e sistematico che produrrà risultati positivi e desiderabili dalla mente conscia profonda.

La nostra mente conscia profonda è la camera segreta della mente in cui si trova il tesoro segreto.

Ora comprendiamo che cosa sia la coscienza.

Noi abbiamo già visto che cosa sono la mente conscia, la mente subconscia e la mente conscia più profonda.

Ora che cosa si intende con la parola coscienza?

La coscienza può essere descritta molto bene proprio come la mente conscia. Ciò di cui noi siamo ora consapevoli è proprio la coscienza.

Siamo consapevoli che proviamo dolore; siamo consapevoli che proviamo felicità. Questa sensazione conscia è chiamata coscienza.

Ora analizziamo che cosa si intende per coscienza fisica e coscienza mentale.

Che cosa si intende con questa classificazione?

Per esempio sfioro una fiamma con la mano e avverto immediatamente la sensazione di bruciore. Lo sento attraverso il mio corpo. Questa è la sensazione fisica o coscienza fisica.

Nel mio lavoro subisco una perdita finanziaria. Ciò mi provoca grande agonia mentale. Sento la pena del mio dolore.

Questa è la sensazione che sento attraverso la mente. Questa sensazione mentale non può essere toccata dalla mia mano o da qualsiasi altra parte del corpo. Questa è la sensazione mentale o coscienza mentale.

Così la coscienza può essere classificata come coscienza fisica e coscienza mentale. Quindi il contatto di una cosa fisica attraverso i nostri organi fisici crea la coscienza fisica. Allo stesso tempo gli atteggiamenti mentali creano coscienza mentale.

Ora procediamo verso una nuova dimensione.

Chiediamoci se possiamo essere consapevoli della nostra mente subconscia.

Siamo consapevoli della nostra mente conscia. Ma, possiamo essere consapevoli della mente subconscia?

Già sappiamo che non possiamo essere consapevoli direttamente della mente subconscia e che possiamo essere consapevoli solo della coscienza, prodotta dalla mente subconscia.

Così possiamo essere consapevoli della mente subconscia solo quando entra nel campo della coscienza.

Ora è possibile per noi essere consapevoli della mente conscia più profonda?

È lo stesso come nel caso della mente subconscia. Non possiamo essere direttamente consapevoli della mente conscia profonda. Possiamo esserlo solo quando produce qualcosa nel campo della coscienza.

Così siamo consapevoli soltanto della nostra coscienza.

Essa può essere prodotta sia dalla mente subconscia, sia dalla mente conscia più profonda. Ma non è importante saperlo. Quello di cui siamo consapevoli è solo la coscienza, la nostra mente conscia.

Ora ancora una volta torniamo alla nostra precedente trattazione in cui abbiamo classificato la coscienza come fisica e mentale.

Che cosa è la coscienza mentale?

Abbiamo visto che il dolore è una sensazione mentale, una sensazione di dolore.

Allo stesso modo sentiamo felicità mentalmente. Sentiamo calma mentalmente. Sentiamo odio mentalmente. Sentiamo amore e affetto mentalmente.

Qual è la natura di questo sentimento?

Quale è l'organo attraverso cui percepiamo queste sensazioni mentali?

C'è qualche organo sensorio speciale attraverso cui sentiamo quelle sensazioni?

Le sensazioni fisiche sono percepite dai sensi fisici. Come percepiamo le sensazioni mentali?

C'è qualche organo sensorio speciale attraverso cui sentiamo queste sensazioni?

Cosa succede quando percepiamo le sensazioni mentali?

Ognuna delle sensazioni mentali provoca un cambiamento chimico nel sistema nervoso del corpo. Le nostre paure causano un cambiamento chimico nel sistema nervoso del corpo. Anche il dolore provoca un altro cambiamento chimico. Allo stesso modo la felicità provoca un ulteriore cambiamento chimico nel sistema nervoso del nostro corpo.

Quindi tutte le nostre sensazioni mentali causano un cambiamento chimico nel sistema nervoso del corpo. Le variazioni chimiche che esse causano, inoltre, variano a seconda della qualità dei sentimenti che sperimentiamo.

In altre parole tutte le nostre sensazioni mentali sono espresse come sensazioni fisiche.

Non percepiamo però le sensazioni mentali direttamente. Percepiamo solo le espressioni corporee dei nostri sentimenti mentali.

Percepiamo solo i cambiamenti chimici nel sistema nervoso del corpo, causati dalle sensazioni mentali.

Quindi le sensazioni definite mentali sono di fatto sensazioni fisiche. Anche se le abbiamo chiamate *sensazioni mentali* esse sono in realtà sensazioni fisiche.

Qualsiasi sensazione mentale che non causa alcun cambiamento chimico nel corpo, non è assolutamente una sensazione.

Anche un pensiero ordinario provoca una sensazione di vibrazione del sistema nervoso del nostro corpo.

Se vogliamo definire qualcosa come una sensazione, bisogna che abbia un'espressione corporea. In caso contrario non può essere chiamata sensazione.

Così non c'è alcuna differenza fondamentale tra coscienza fisica e coscienza mentale. La mente conscia può essere considerata a tutti gli effetti come coscienza del corpo, perché percepiamo la mente conscia solo come coscienza corporea.

Non possiamo sperimentare direttamente nello stesso modo la nostra mente subconscia e la mente conscia più profonda. Possiamo invece sperimentarle come nostra coscienza fisica. Se vogliamo sperimentare qualsiasi cosa, bisogna che si esprima come coscienza fisica. Veniamo a conoscenza della nostra mente conscia più profonda solo attraverso la sua espressione fisica nel corpo.

Il nostro corpo include il cervello e il sistema nervoso ad esso connesso.

Se vogliamo percepire qualcosa, ciò può avvenire solo attraverso il corpo. Allo stesso modo se vogliamo riconoscere o sapere qualcosa, ciò può essere fatto solo attraverso la nostra mente.

Ora, Qual è il rapporto tra Illuminazione e coscienza?

Ci sono tante pratiche yogiche e tecniche di meditazione nel campo spirituale. Se si eseguono sinceramente e assiduamente, si possono ottenere meravigliose esperienze. Queste esperienze non possono essere sperimentate da una mente ordinaria. Solo attraverso una sincera pratica si possono ottenere tali esperienze meravigliose.

Si fanno molte esperienze nel campo spirituale. Ma queste non durano a lungo.

Avvengono e durano per giorni e in certi casi anche per mesi. Ma comunque si dissolvono così come sono apparse.

Durante l'espressione di tali esperienze ci possiamo sentire come esseri divini e ci possiamo percepire liberi da preoccupazioni mentali. Quando queste esperienze svaniscono potremmo pensare che se queste fossero rimaste con noi permanentemente avremmo potuto ritenerle segno d'Illuminazione.

Conosciamo le qualità di quelle esperienze. Perché noi stessi le abbiamo sperimentate. Riteniamo che esse siano molto eccitanti e soddisfacenti.

Nel corso di tali esperienze non possiamo odiare nessuno. C'è solo amore , amore e nient'altro che amore. È una bella esperienza e se durasse per sempre, non ci sarebbe più niente da fare. Noi non vorremmo niente di più. Tutte le nostre azioni vibrerebbero con la vita e con lo spirito senza spazio per alcuna monotonia.

Ma sfortunatamente non durano molto a lungo. Così noi facciamo ancora più meditazioni e pratiche yogiche per ritornare in quello stato e conservarlo. È naturale presumere che se tale tipo di esperienza potesse essere mantenuta permanentemente, potremo considerare di essere nello stato di Illuminazione.

Non è sbagliato pensare così perché ogni persona ragionevole potrebbe pervenire a questa conclusione.

Ma purtroppo, l'Illuminazione non è così. L'Illuminazione non è uno stato di esperienza.

Sappiamo già che tutti i nostri sentimenti avvengono a livello corporeo e che tutte le nostre esperienze coscienti accadono entro l'area del nostro corpo.

Le esperienze spirituali, ancorché meravigliose, sono solo esperienze fisiche. Attraverso le nostre pratiche spirituali si apre la camera segreta della nostra mente conscia più profonda e da questa affluiscono nel corpo esperienze spirituali straordinarie.

Esse attivano il sistema nervoso del nostro corpo ed è per questo che le viviamo in questo modo meraviglioso. Anche se esse provengono dai recessi profondi della mente, noi le sperimentiamo nel nostro corpo.

Dopodiché esse svaniscono così come sono apparse. Siccome lasciano un ricordo piacevole, attraverso la nostra pratica vogliamo ottenerle di nuovo. Così ci impegniamo in pratiche spirituali, trascurando ogni altra attività mondana.

Abbiamo le conoscenze scientifiche in merito al funzionamento del corpo nel corso delle nostre varie esperienze fisiche?

Il corpo stesso possiede una grande intelligenza propria e funziona in accordo con questa.

Esiste anche una scienza che esplora le funzioni del nostro corpo nel campo di esperienze spirituali. Quelle esperienze, ancorché spirituali, sono fondamentalmente esperienze corporee. Queste sono esperienze che si producono nel sistema nervoso del nostro corpo.

Esperienze spirituali meravigliose possono essere raggiunte facilmente durante il periodo iniziale delle nostre pratiche spirituali.

Ma ci vorrà tempo, se vogliamo averne ancora. Così noi proviamo e riproviamo con sempre maggiore impegno a fare pratiche meditative per riconquistare le esperienze spirituali.

Avevate già notato questo fatto?

Facciamo un esempio. Supponiamo che abbia avuto il tuo indirizzo di casa e voglia arrivarci con l'aiuto di quell'indirizzo. La prima volta sarà difficile, perché avrò da chiedere ad altri informazioni sulla strada per arrivarci.

Ma la seconda volta mi sarebbe più facile raggiungerla. Perché allora avrei una conoscenza migliore di casa tua. Non avrei più bisogno di chiedere informazioni. Allora saprei come arrivarci.

Ma non è così nel caso delle esperienze spirituali. Non abbiamo alcuna idea chiara sulle esperienze spirituali quando iniziamo a praticarle.

Ma allo stesso tempo possiamo ottenere molto facilmente alcune meravigliose esperienze spirituali. Tuttavia non è così facile ottenerle di nuovo per la seconda volta.

E, anche se le sperimentiamo ancora una volta, la qualità della nuova esperienza non sarà così ricca come durante la prima.

Perché?

Non avrebbe da essere più facile per la seconda e le volte successive?

Così come abbiamo avuto successo la prima volta perché non è più facile riprodurle la volta successiva?

La ripetizione di tali esperienze è per noi difficile. Riconquistarle è arduo.

Noi crediamo di poter trattenere quelle emozionanti esperienze per sempre. Ma non conosciamo la scienza delle esperienze corporee.

Il nostro corpo è progettato per avere limitate esperienze fisiche. Ha qualche capacità di sperimentare qualcosa fino a un certo limite d'intensità. Non possiamo forzarlo a sperimentare qualcosa oltre il suo limite di tolleranza. Se lo si forzerà a superarlo, esso cadrà a pezzi.

Godere sempre di più delle esperienze spirituali, danneggerà il nostro corpo. Avere per sempre emozionanti esperienze spirituali significa favorire la comparsa di disturbi fisici.

Ma il nostro corpo ha una sua propria intelligenza. Così fa in modo di evitare la ripetizione di esperienze spirituali intense. Quindi bisogna stare attenti a queste esperienze spirituali.

Senza dubbio ci sono alcune pratiche speciali attraverso le quali si può mantenere la salute fisica. Ma questa è un'eccezione alla regola generale.

È bene avere esperienze spirituali. Ma allo stesso tempo il desiderio di continuarle per sempre è la strada per la distruzione. Tutto bisogna che abbia un limite.

L'Illuminazione non è un'esperienza. Ma la maggior parte degli aspiranti spirituali si aspetta l'Illuminazione come una ***"esperienza divina eterna"***.

Essi si aspettano che la loro Illuminazione si manifesti come esperienza ed è per questo che non l'hanno finora raggiunta.

Quindi il nostro primo passo per l'Illuminazione è capire che:

"L'Illuminazione non avviene attraverso le nostre esperienze".

E' necessario che si arrivi a comprendere questo fatto per nostro conto, direttamente.

3. La guerra interiore

Un'altra cosa che abbiamo da capire è la funzione della nostra mente, soprattutto nel gioco del piacere e del dolore.

Il gioco del piacere e del dolore assume un ruolo importante nella nostra vita quotidiana.

Supponiamo che abbia subito una pesante perdita finanziaria nel mio lavoro. Ciò mi ha creato grande agonia mentale.

Qualcuno della mia famiglia ha avuto una malattia incurabile. Anche ciò mi ha causato grande agonia mentale.

La causa dell'agonia mentale può essere diversa, ma la sofferenza mentale è la stessa. La causa può essere diversa, ma l'esperienza mentale è identica.

Supponiamo ora che torni in possesso della mia perdita finanziaria. Ciò mi dà grande piacere mentale.

Qualcuno apprezza il mio lavoro. Anche questo mi dà grande piacere mentale.

Allo stesso modo, se il mio familiare è guarito dalla sua malattia prima definita incurabile, ciò mi provoca grande piacere mentale.

Le cause per il mio piacere mentale possono essere differenti. Ma il piacere mentale è lo stesso.

Una spiacevole situazione ci provoca agonia. La situazione piacevole, invece, provoca piacere nella nostra mente. Questo é naturale. La nostra mente è predisposta a produrre tale tipo di sentimenti.

Se qualcuno ha piacere dalla perdita di una sua proprietà, è anormale. È normale piuttosto che lui diventi triste.

Così una persona normale in una determinata situazione avrà la stessa sensazione di piacere o di dolore.

Questo è il normale funzionamento della mente. Supponiamo ancora che qualcuno abbia perso tutte le sue proprietà e che non abbia alcuna possibilità di riappropriarsene. Egli non può cambiare la situazione. E questa provoca in lui grande agonia mentale. Per questo soffre molto. L'agonia mentale è anche dolorosa.

Ma egli può forse ottenere qualche sollievo dalla sua agonia mentale?

Che cosa può fare con la sua agonia mentale? È nella natura della mente produrre agonia mentale. Chiunque nella stessa situazione soffrirebbe allo stesso modo.

È la natura della situazione ed è la natura della mente.

Non c'è alcun dubbio su ciò. Ma noi siamo disposti ad accettare la natura della nostra mente?

Anche se è la natura della nostra mente non possiamo accettare il dolore che essa genera. Vogliamo sollievo dal nostro dolore. Noi vogliamo la pace mentale, altrimenti diventiamo pazzi.

La nostra mente subconscia, come abbiamo già visto, è la causa delle le nostre esperienze.

Quando ci troviamo in una determinata situazione, la nostra mente subconscia risponde in accordo con questa. Tutte le risposte, prodotte dalla nostra mente subconscia sono espresse come esperienza conscia.

Così ciò che noi sperimentiamo come agonia mentale è l'espressione del prodotto della mente subconscia.

La mente subconscia è la nostra struttura mentale. Così che non si possono che produrre esperienze secondo la natura della nostra mente subconscia.

Non possiamo controllare direttamente la mente subconscia. Quindi la sua espressione è automatica. Noi non possiamo ordinare che tipo di sentimento e di esperienze vogliamo che produca. Essa, infatti, agirà secondo le situazioni in cui si trova.

I nostri desideri coscienti e le aspirazioni non possono essere percepiti dalla mente subconscia. Essa, infatti, non è alla portata della nostra mente conscia.

Possiamo avere spiacevoli sensazioni relative alla nostra agonia, che è il prodotto dalla mente subconscia. Ma queste spiacevoli sensazioni coscienti non raggiungeranno la mente subconscia.

Noi possiamo anche cercare di controllare il funzionamento della mente subconscia. Ma non possiamo veramente controllarla. La mente conscia ha solo un potere molto limitato sulla mente subconscia.

Per esempio, ci mettiamo in una situazione spiacevole. Ci arrabbiamo con qualcuno. La nostra rabbia è l'espressione della mente subconscia. Così diventiamo arrabbiati con qualcuno.

Anche se ci sentiamo arrabbiati con quella persona, se egli è un nostro superiore, non siamo in grado di esprimere la nostra rabbia verso di lui. Così noi non possiamo mostrare la nostra rabbia verso l'esterno.

Anche se siamo arrabbiati con lui, controlliamo la nostra rabbia dentro di noi.

Noi possiamo ridurre consciamente l'espressione esterna fino a un certo punto. Ma, al contrario, la mente conscia non può avere alcun controllo sulla mente subconscia. Essa non può ordinare alla mente subconscia di non produrre la rabbia. Questa non sente la voce della mente conscia. In una data situazione produrrà comunque rabbia.

Ma la nostra mente conscia non accetterà la verità: cercherà sempre di avere il controllo della mente subconscia.

La nostra mente conscia vuole condurre una vita perfetta e quindi noi vogliamo essere esseri umani perfetti. Vogliamo perfezione in ogni aspetto.

Così noi vogliamo modellarci secondo la nostra teoria sulla perfezione.

Vogliamo perfezione nelle nostre parole e azioni. Vogliamo mente perfetta e pensiero perfetto. Sappiamo che cosa è la perfezione. Abbiamo la nostra personale teoria di perfezione. L'abbiamo costruita secondo la visione di uomini saggi e scritture spirituali.

Quindi riteniamo che l'amore sia buono, il perdono sia buono, la pazienza sia buona; che l'odio sia male, la vendetta sia male e che l'invidia sia cattiva.

Allo stesso modo abbiamo un lungo elenco di ciò che è bene e di ciò che è male.

La nostra mente conscia si sforza sempre per il mantenimento del bene e la rimozione del male. Ma per quanto ci si provi, il nostro sforzo non raggiungerà direttamente la mente subconscia.

La nostra mente subconscia funziona nella sua profondità proprio come è stata concepita. La nostra mente subconscia avrà mescolanza di qualità buone e cattive. Ed essa esprimerà le caratteristiche di tali sentimenti secondo le circostanze esterne in cui veniamo a trovarci.

La nostra mente subconscia non ha nessuna sua teoria di perfezione. È solo un magazzino, dove è presente ogni cosa.

Essa funziona come una macchina - come un robot. Non seguirà la teoria di perfezione che è mantenuta dalla mente conscia.

Ognuno vuole essere libero da odio e rabbia. Ma rabbia e odio si manifestano senza che vi sia la volontà di farlo.

Tutti vogliono la pace della mente. Ma in contrasto con questa volontà, sorgono ansia e preoccupazione.

La nostra mente subconscia è progettata in questo modo. Il contenuto della mente subconscia affluisce nella mente conscia secondo la situazione in cui ci si viene a trovare. La mente subconscia risponde alla situazione e produce i sentimenti che ritiene necessari.

Non consulterà la mente conscia prima di produrre i sentimenti. Essa esprime tutti i sentimenti secondo la propria natura. La sua natura può essere di produrre dolore. La sua natura può essere di produrre paura. Funziona secondo la sua natura.

Ma quando abbiamo la teoria della perfezione nella nostra mente conscia, percepiamo la situazione come spiacevole. Perché ci siamo dispiaciuti contro la nostra volontà. A noi non piace il dolore. Quindi siamo contro i nostri propri sentimenti.

Così la mente conscia è sempre in guerra con la mente subconscia. Questa produce qualcosa e la mente conscia vuole alterarlo. La lotta diventa un affare di routine.

Che cosa bisogna fare in questa situazione?

Io mi sono arrabbiato a causa di una negligenza del mio vicino. In accordo con il mio modello credo che la rabbia sia male. Non voglio mostrare rabbia, anche a fronte delle cattive azioni degli altri.

Se, ad esempio, il vicino chiede perdono per il suo atto negligente, siamo immediatamente liberi dalla nostra rabbia. Quando la situazione cambia, cambia anche la sensazione prodotta dalla mente subconscia.

Ma è possibile per noi cambiare la situazione ogni volta, in modo che si possa essere liberi dei nostri sentimenti cattivi?

È giusto che ci si dica: *"Io sono un uomo educato, se la situazione mi è favorevole?"*

"Non credo che mi stia comportando male. Mi comporterei come un gentiluomo se la situazione fosse accettabile".

E' corretto dirsi questo?

Così si svolgono normalmente le cose nel mondo.

La nostra domanda, invece, è diversa:

"Possiamo essere perfetti tutto il tempo anche se la situazione non cambia?"

Le situazioni saranno di vario genere. Noi non possiamo disporle secondo la nostra volontà. Ogni e qualsiasi situazione sorgerà a seguito di avvenimenti frutto di una catena di eventi.

Noi non possiamo modellare le cose secondo la nostra volontà.

Possiamo avere controllo solo su certe cose. Ma la maggior parte delle cose sono oltre la nostra portata e controllo. Così, possiamo avere la nostra mente conscia e la mente subconscia in perfetto ordine senza cambiare la situazione?

Bisogna mettere ordine tra la mente conscia e quella subconscia. Come possiamo pacificare il conflitto tra il conscio e la mente subconscia?

Possiamo cambiare la struttura e la natura della mente subconscia?

Voi ed io non possiamo cambiare la natura della mente subconscia, perché non ne conosciamo il contenuto. Possiamo identificare la natura del suo contenuto solo quando si manifesta come esperienza conscia.

È un traffico unidirezionale. Solo la mente subconscia può utilizzare la via verso la coscienza. Ma, viceversa, la mente conscia non può entrare a sua volta nella mente subconscia.

Così non possiamo cambiare la natura della nostra mente subconscia. L'unica cosa che ci resta è la mente conscia.

La mente conscia è la nostra mente ordinaria. Possiamo ponderare consciamente i problemi e la nostra situazione. Noi stessi siamo coscienza. Non siamo altro che coscienza. La coscienza siamo noi e noi stessi siamo coscienza.

Così possiamo pensare e agire per noi stessi.

Svolgiamo le nostre attività quotidiane con l'aiuto della nostra mente conscia. In altre parole la mente conscia svolge le attività quotidiane. Dallo studente al più grande scienziato, tutti svolgono il loro lavoro con la mente conscia.

La mente funzionante è la mente conscia. Essa sta facendo ogni cosa nel mondo. Pianifica ed esegue qualsiasi cosa. Giorno dopo giorno la capacità della mente conscia aumenta. Nel campo delle scienze si accresce sino a limiti estremi.

Alla stessa stregua cerca di avere il controllo sulla mente subconscia. Anche se i suoi tentativi falliscono, ci riprova sempre. Vuole avere controllo sulla mente subconscia e controllo dei sentimenti della mente subconscia.

In questa situazione molti saggi ci porgono il loro aiuto.

Essi ci offrono varie pratiche religiose e spirituali. Ci sono numerose pratiche in campo spirituale. Senza dubbio sono potenti. Le pratiche spirituali forniscono grande aiuto per mantenere la relazione tra la mente conscia e la mente subconscia.

Anche se noi non possiamo ottenere un compromesso completo tra la mente conscia e la mente subconscia, quelle pratiche ci danno le basi fondamentali per il successo.

Anche se le pratiche spirituali ci sono di grande aiuto, esse hanno alcune limitazioni.

Quando facciamo le nostre pratiche spirituali, la relazione tra la mente conscia e mente subconscia è tenuta sotto controllo.

Ma questa situazione non durerà a lungo. Inoltre non possiamo fare pratica spirituale tutto il tempo senza alcuna pausa.

Ad esempio quando una persona è in adorazione di Dio o canta bajans non riesce ad arrabbiarsi facilmente anche se la situazione lo giustificherebbe.

In quel particolare momento la nostra pratica conscia può portare la mente subconscia sotto controllo

Anche se alcuni hanno eseguito pratiche spirituali giornalmente per anni, non sono riusciti nell'impresa di portare la loro mente subconscia sotto controllo permanente. Anche se ciò è utile, lo è solo fino ad un certo punto.

Tutte le nostre pratiche spirituali sono molto buone. Non vi è alcun dubbio su ciò. Ma c'è anche un aspetto sbagliato nelle pratiche spirituali che è difficile notare.

Ci viene data, infatti, la falsa speranza di poter controllare la mente subconscia permanentemente attraverso le pratiche spirituali.

Ci dà anche la falsa speranza che si possa ottenere l'Illuminazione attraverso le pratiche spirituali.

Se non coltiviamo più questa speranza cercheremo altri modi per trovare un rimedio permanente.

Le pratiche spirituali sono molto utili. Ma sono utili solo fino ad un certo punto. Dopo di che, le stesse pratiche che ci hanno fatto progredire, ci imprigionano in una particolare condizione per sempre.

Poi, dopo un lungo periodo, si comprende che si è stati invischiati in uno stato sbagliato e monotono. Le pratiche spirituali sono buone. Bisogna però farne un uso limitato e poi bisogna che ci si allontani da esse.

Ma allora, se non siamo in grado di porre fine al conflitto tra la mente conscia e la mente subconscia attraverso le nostre pratiche spirituali, che altro possiamo fare?

Ecco cosa: la via della **comprensione**.

Quando funziona la comprensione, l'intero problema si risolve immediatamente. La guerra tra la mente conscia e mente subconscia si conclude definitivamente. Solo attraverso questa comprensione, la guerra permanente volge al termine.

Tale è la natura della comprensione.

Buddha provò tante pratiche spirituali, egli si sottopose a molte penitenze. Alla fine scoperse e comprese le limitazioni delle pratiche spirituali.

In una frazione di secondo ottenne questa comprensione sotto l'albero di Bothi.

Questa comprensione è molto rara, perché lui stesso la raggiunse senza l'aiuto di qualcun altro.

Ma è molto facile se si è semplici, aperti e onesti nell'approccio a ciò che è effettivamente l'Illuminazione.

4. La comprensione dell'Illuminazione

Ora stiamo entrando nel cuore della nostra discussione.

Non bisogna che ciò ci impressioni. E' semplice come vedere la luce del sole.

L'unica cosa alla quale prestare attenzione è che bisogna essere pronti ad accettare una cosa ordinaria come una grande rivelazione, se lo merita davvero.

Perché la cosa che ci accingiamo a scoprire può sembrare una cosa ordinaria. Ma non ne possiamo conoscere le potenzialità.

Nel capitolo precedente abbiamo discusso del conflitto tra la mente conscia e la mente subconscia e sui vari modi per tentare il controllo del conflitto.

Abbiamo visto che le pratiche religiose e spirituali sono di molto aiuto per mettere ordine tra la mente conscia e la mente subconscia. Abbiamo anche visto che tali pratiche ci danno la falsa speranza di poter ottenere la perfezione totale attraverso di esse.

Ora stiamo procedendo verso la nuova visione che è la via della comprensione.

Che cosa è questa comprensione?

Qual'è la natura della sua funzione?

Consideriamo ancora una volta la natura del conflitto tra la mente conscia e la mente subconscia.

La mente conscia ha una teoria di perfezione. Vuole comportarsi come un gentiluomo senza avere alcuna cattiva qualità. Ma poiché la mente subconscia non ne ha alcuna, funziona secondo la propria natura. Questa può essere grezza, violenta, irremovibile ed anche possedere alcune altre buone qualità.

La mente subconscia non agisce direttamente. Agisce attraverso la mente conscia. Rende la mente conscia violenta o grezza contro la volontà della mente conscia stessa. Dal momento che la mente conscia è il prodotto della mente subconscia, non ha alcun controllo su di essa.

La mente conscia può tentare di modificarla, sopprimerla o controllarla. Ma non può avere successo e il conflitto continua all'infinito. Abbiamo anche già visto che le pratiche spirituali non ci offrono il rimedio definitivo. Quindi abbiamo cercato un'alternativa che ci possa fornire completo successo.

Poniamoci una domanda diversa. Che cosa accadrebbe se la mente conscia gettasse via la teoria della perfezione?

Che cosa accadrebbe se la mente conscia non avesse alcuna teoria in proposito?

Pensiamo per un attimo, ad esempio, che la mente subconscia produca odio. Cosa succederà? La mente conscia diventa "odio" essa stessa, senza alcuno sforzo per diventare amore.

Quando la mente subconscia produce rabbia, la mente conscia diventa essa stessa "rabbia" senza alcuno sforzo per pacificarsi.

Cosa significa questo?

La mente conscia non produce alcuna azione separata e volitiva a parte quella prodotta dalla mente subconscia.

Ma se noi adottassimo le nostre cattive qualità come nostro comportamento, non andremmo a creare una vita incivile?

Discuteremo questo aspetto più tardi, per ora teniamo la questione in sospenso.

Quando la mente subconscia esprime le cattive qualità, anche la mente conscia le adotta senza alcuna protesta. Questo perché la mente conscia non ha alcuna teoria contraria.

Ora qual'è la nostra posizione?

Quando c'è la rabbia, la mente conscia va in collera volontariamente.
Quando c'è odio siamo volontariamente in odio. Non abbiamo alcuna teoria contro ciò.

Quando c'è dolore diventiamo lo stesso dolore, senza alcuna resistenza.

Quindi c'è il flusso dei nostri sentimenti dal subconscio alla mente conscia senza alcuna resistenza. Non c'è alcun conflitto tra la mente conscia e la mente subconscia. La mente conscia funziona come il servo della mente subconscia. Funziona come il servitore obbediente della mente subconscia.

In precedenza si agitava contro il suo padrone. Ora non si agita più.
Funziona come il servo obbediente del maestro.

Si può pensare che non si può essere liberi dall'odio, a meno che non ci si agiti contro di esso. Possiamo pensare di non poter essere liberi dalla rabbia a meno che non le si resista. Potremmo ipotizzare che forniamo un'indebita opportunità allo sviluppo di ulteriore rabbia e odio quando non resistiamo alla loro crescita.

Crediamo che sia compito di ogni persona civile diventare un essere umano perfetto e che bisogna vivere con nobili principi.

Non lo stiamo contestando.

Facciamo alcuni esempi per comprendere la natura della nostra mente. Abbiamo visto che la nostra mente conscia ha una teoria su ciò che è bene e ciò che è male e che ne ha steso un elenco.

Ciascun aspirante spirituale ha sviluppato una teoria in proposito e compilato un elenco di suo gusto.

Egli potrebbe, ad esempio, non gradire di avere odio nella sua mente e quindi vorrebbe poterlo eliminare.

Ma nel caso del dolore, ciascuno, che sia un aspirante spirituale oppure no, vuole eliminare il dolore dalla sua mente. Nessuno è disposto ad accettare il dolore. Nessuno vuole vivere in uno stato di dolore. Ognuno vuole sbarazzarsi del dolore.

Riguardo a ciò non c'è nessuna differenza tra un ricercatore spirituale e una persona normale.

Quando la mente subconscia produce dolore la mente conscia vuole essere libera da esso. Lotta per la rimozione del dolore.

Qual è la struttura di base di questa lotta?

Quando la mente subconscia incontra una situazione non voluta o indesiderata, reagisce a questa situazione. Esso produce dolore o agonia mentale come reazione alla situazione.

La reazione è il dolore. La reazione è della mente conscia. Ma la reazione arriva dai recessi della mente subconscia. Non produciamo dolore con un nostro sforzo cosciente. Al contrario: il dolore proviene inevitabilmente dalla nostra mente subconscia.

La reazione spontanea verso la situazione è subconscia e involontaria. Ma la nostra sensazione di dolore è conscia. Siamo consciamente consapevoli del nostro dolore, della nostra agonia.

Così, la nostra reazione subconscia è il dolore e la sensazione conscia di esso è il nostro dolore.

Quello che avviene poi è che noi resistiamo al dolore. La resistenza al dolore è una reazione alla reazione. È una reazione conscia contro una reazione subconscia.

La reazione subconscia è il nostro dolore e la nostra reazione conscia è resistergli.

Il ricercatore spirituale ha sviluppato e adottato la teoria di "essere esente da rabbia". Quando in lui sorge rabbia, egli reagisce basandosi sulla sua teoria e così combatte contro la rabbia.

Allo stesso modo anche l'uomo comune lotta contro la sua sensazione di dolore. Egli coltiva un pensiero: di non avere dolore. Anche dal punto di vista dell'uomo comune esiste la teoria secondo la quale "Bisogna essere liberi dal dolore".

Similmente, ognuno vuole essere libero dalla paura. Perché ciò è molto doloroso.

Così la nostra mente subconscia reagisce secondo la situazione. La mente conscia reagisce volontariamente alla reazione della mente subconscia. In realtà è la stessa mente conscia ad essere la reazione alla mente subconscia.

Quando la mente conscia crea la reazione, conferma la reazione originale. Confermiamo dolore se reagiamo contro il dolore.

Confermiamo la paura, se reagiamo contro la paura.

Quando la mente subconscia crea dolore, la mente conscia vuole negarlo. Tale negazione è una reazione negativa.

Nello stesso modo se la mente subconscia reagisce e produce piacere, la mente conscia vuole conservarlo e cerca di goderne appieno. La volontà di mantenerlo è una reazione positiva.

È la natura della mente conscia di avere reazioni positive o negative in seguito alle reazioni prodotte dalla mente subconscia. Attraverso le nostre reazioni positive e negative confermiamo l'esistenza della reazione originale che è la mente conscia stessa.

Così la mente conscia conferma se stessa attraverso le sue reazioni positive e negative. Quindi rinforziamo il dolore con la nostra reazione negativa al dolore.

La coscienza è un flusso di sensazioni che proviene dalla mente subconscia. Esso scorre come coscienza. Poi svanisce.

Solo a causa delle nostre conferme positive o negative ridiamo vita al flusso della coscienza che sta svanendo. Senza conferme il flusso della coscienza, che proviene spontaneamente dalla mente subconscia, svanirebbe altrettanto spontaneamente.

Abbiamo bisogno di non eliminarli.

Bisogna capire che questo è un dato di fatto. Quindi bisogna capire che non bisogna sforzarsi per cambiare alcunché.

Vuol dire che va accettata incondizionatamente la nostra coscienza. Significa che non esiste nessun stato futuro da raggiungere. Quindi bisogna avere la semplice comprensione che non c'è da aspettarci nient'altro che la coscienza disponibile.

Ora.

Che cosa accadrà alla mente conscia che non genera più alcuna ulteriore reazione contro la reazione prodotta dalla mente subconscia? Vi è forse altro lavoro o sforzo da fare da parte della mente conscia?

Tutto ciò che proviene dalla mente subconscia diventa la mente conscia stessa. La mente subconscia fluisce come coscienza.

Avviene quindi in modo naturale una purificazione e una trasformazione della natura e della struttura della mente subconscia stessa.

Così se la mente conscia funziona senza alcun desiderio di respingimento o di trattenimento del flusso della coscienza, entriamo in una nuova dimensione della nostra mente.

In questo stato accettiamo tutto ciò che si presenta come la nostra coscienza naturale. Perché non possiamo farci nulla. È la natura e la struttura della nostra mente subconscia.

Qualunque cosa arriva è in accordo con la natura della nostra mente subconscia.

Siccome non abbiamo alcun controllo sulla mente subconscia bisogna che si accetti tutto ciò che essa produce.

Il controllo su di essa può aver successo per un certo tempo. Ma è impossibile che diventi permanente.

Quando siamo pienamente disposti ad accettare incondizionatamente la nostra coscienza, la coscienza stessa scorre e svanisce spontaneamente.

Ora rivolgiamoci una domanda correlata.

Nel campo spirituale c'è un particolare stato che bisognerebbe raggiungere?

Le nostre pratiche meditative e yogiche possono produrre molte cose positive nella nostra mente conscia. Queste possono durare per un certo tempo. Tali esperienze possono essere meravigliosamente belle. Ma sono limitate ad una certa durata. Qualunque sensazione pervenga alla mente cosciente si dissolverà spontaneamente.

Qualunque cosa arrivi se ne andrà. Attaccarsi a tale stato di esperienze è una schiavitù per la nostra Liberazione.

Così quando la nostra mente conscia accetta tutto e permette a tutto di fluire, entra nello stato di Liberazione.

Liberazione significa Liberazione dallo sforzo; Liberazione dal futuro e Liberazione dalla lotta.

Nello stato di Liberazione non rifiutiamo o lottiamo contro la nostra paura o contro il dolore. Allo stesso modo non inseguiremo il piacere che può provenire da una pratica sensuale o spirituale.

Sentiamo che non siamo attaccati a nulla.

Questa Liberazione non ha alcuno stimolo di fuga. Si manifesta, invece, come la capacità di affrontare i nostri sentimenti poiché comprendiamo che tutte le nostre azioni contro questi non sono altro che fughe. E anche che la lotta contro i nostri sentimenti non è altro che uno spreco di energia.

La Liberazione significa l'apertura della mente verso tutti i nostri sentimenti.

Questa è la comprensione dell'Illuminazione.

Questa comprensione è una cosa semplice. L'altra cosa necessaria è che si **capisca che abbiamo capito** che cosa sia l'Illuminazione. Significa che si è compreso di aver compreso.

Nei tempi antichi i Maestri, conosciuti come "Guru", erano importanti e godevano di grande considerazione. Il compito di un Guru non finiva con l'insegnamento della verità agli studenti. Ne aveva un altro da compiere, cioè quello di dare conferma agli studenti che avevano capito la verità.

Allo stesso modo non è sufficiente che si capisca la verità su cosa sia l'Illuminazione.

Bisogna che ci si confermi che si é capito che cosa sia l'Illuminazione.

C'è una storia significativa nell'antica letteratura spirituale.

Un uomo stava andando a una montagna in cerca di un prezioso diamante conosciuto come Sindhamani. Gli fu detto che trovare tale diamante era molto difficile e che la ricerca avrebbe potuto richiedere molti anni.

Con tutte le istruzioni ricevute l'uomo salì la montagna e iniziò la sua ricerca. Fu molto fortunato perché riuscì a trovare il diamante in un'ora. Ma egli pervenne alla conclusione che il diamante trovato in un'ora non potesse essere proprio quello prezioso. Così pensando buttò via il prezioso diamante e per anni si mise alla ricerca di un altro.

Quello che abbiamo scoperto è la comprensione dell'Illuminazione.

Bisogna provarla e confermarla a noi stessi.

Vediamo un semplice esempio.

Ho un piccolo pezzo di carta nella mano. Non avverto alcuna perdita di peso quando esso mi cade giù, perché la carta è leggera. Ma se invece reggo in mano un oggetto di peso, posso facilmente notarne la caduta, perché riesco a identificare la perdita di peso.

Questo è il motivo per il quale nella letteratura spirituale è scritto che dolore e sofferenza ci porteranno facilmente alla verità.

Noi siamo sempre consapevoli di qualcosa o di qualcos'altro. La nostra coscienza si muove da una esperienza cosciente ad un'altra.

Come abbiamo visto nell'analogia, la nostra coscienza ordinaria è come la carta di poco peso. Così non attira seriamente la nostra attenzione. Quindi non diamo importanza a tale consapevolezza.

Ma se la coscienza che sperimentiamo è un dolore, possiamo provare la pena che produce. Lo prenderemo sul serio perché è doloroso. Non possiamo far altro che prenderlo sul serio.

La natura della coscienza è il fluire. Tutto si muove. I nostri pensieri muovono. Le nostre sensazioni si muovono. Anche la nostra coscienza è in movimento.

Se ci aggrappiamo al flusso positivamente per conservarlo o negativamente per rimuoverlo, gli facciamo percorrere un circolo vizioso intorno a sé. Comportandoci diversamente, invece, qualunque ne sia il contenuto, fluirà via e scomparirà.

Arriva, fluisce e svanisce così come è arrivato.

Ma è quando ci si aggrappa ad esso attraverso le nostre simpatie o antipatie che il regolare flusso della coscienza è disturbato. Quando si vuole rimuovere il dolore, il dolore riprende vita e si separa dal flusso regolare. Allo stesso modo se vogliamo conservare il piacere, separiamo anch'esso dal flusso regolare.

Come abbiamo visto, la nostra coscienza ordinaria è come una carta senza peso. Essa si muove di momento in momento. Non noteremo il movimento e il cambiamento della coscienza ordinaria, così come nel caso della caduta di una carta leggera.

Ma non è così nel caso di dolore. Quando percepiamo dolore ne avvertiamo il peso. Ed è per questo che, anziché fluire, inizia a percorrere un circolo vizioso. Così se nella nostra coscienza vi è del dolore o qualsiasi altra pena, ne sperimentiamo il peso.

Quando la comprensione opera, permettiamo ad ogni cosa di fluire. Noi non fermeremo nulla attraverso le nostre simpatie o antipatie. Quando siamo nell'ignoranza blocchiamo il regolare flusso della coscienza.

Permettere ad ogni cosa di fluire è la vera intelligenza. E' la comprensione.

Quando permettiamo alla nostra tristezza o al dolore di fluire, sentiamo un senso di sollievo.

Sentiremo come una perdita di peso. Il flusso di coscienza ordinaria, invece, non causa una sensazione di rilascio. Perché non c'è alcuna sofferenza da alleviare.

Ma nel caso di dolore e sofferenza, il flusso di coscienza provoca una sensazione di Liberazione. Sentiremo la perdita di peso. Quindi possiamo facilmente sapere che "la comprensione" sta operando all'interno di noi stessi.

La comprensione che permette alla nostra coscienza di fluire, è la comprensione dell'Illuminazione. L'Illuminazione non è altro che permettere al flusso di fluire. Permettere alla nostra coscienza di fluire è l'Illuminazione.

Se pensiamo che Illuminazione sia un particolare stato di coscienza, ci stiamo ingannando. Aggrapparci a un particolare stato di coscienza è ignoranza mentre permettere a tutta la nostra coscienza di fluire è Illuminazione.

Se si avverte un pressante dolore e agonia mentale, il rilascio di ciò avviene attraverso l'accettazione totale della mente conscia. Così potremo avere conferma di avere capito.

Allo stesso modo chi è serio nel suo approccio spirituale, può ottenere la conferma di aver capito.

Anche la discussione personale con una persona illuminata fa chiarezza su tale comprensione. Quindi si può facilmente ottenere la conferma. E, se si è confermati, lo si è per sempre.

5. Il fiorire della coscienza

Quando la nostra mente subconscia invia gli impulsi a fare una cosa sbagliata, che cosa bisogna fare?

È buono per la mente conscia accettare gli impulsi e comportarsi in modo sbagliato? È corretto per la mente conscia eseguire l'impulso e fare un torto?

Qui bisogna pensarci su e considerare vari altri fattori. Stiamo vivendo in una società dove molte persone stanno vivendo la loro vita. Ognuno ha il proprio interesse. Ci sono vari tipi di persone e diversi tipi di lavori.

Una società può essere mantenuta senza alcun attrito solo per effetto di alcune norme sociali, altrimenti ci sarebbe una spaventosa confusione e caos totale.

Quando viaggiamo, bisogna seguire le regole del traffico.

Allo stesso modo bisogna accettare l'ordine sociale. Solo così la società funzionerà pacificamente.

La nostra coscienza, come abbiamo visto, è solo la nostra espressione fisica. Essa va e viene all'interno del corpo.

Le espressioni coscienti sono percepite all'interno del corpo e della mente. Si tratta solo di un'azione interiore.

Possiamo avere la sensazione di odio, agonia o paura all'interno della nostra mente. Per questo non bisogna fare nulla. Se, invece, facciamo qualcosa contro la nostra agonia o la paura non è altro che favorire guai all'interno di noi stessi. Così, all'interno della nostra mente, bisogna accettare tutto, così come arriva.

Ma bisogna applicare la stessa regola per le situazioni esterne?

Supponiamo che un bimbo cada a terra. E' necessario che lo si aiuti. Non bisogna diventare insensibili, accettando ogni cosa esterna a noi, così come viene. La nostra azione esteriore sarà determinata dalla situazione esterna che si viene a creare.

Bisogna agire esternamente come una persona diligente. Se la situazione richiede il nostro sforzo per lavorare e modificare la situazione, bisogna lavorare per il cambiamento della situazione. Non bisogna accettare la situazione così com'è, né bisogna permettere che la situazione rimanga così.

Ma la nostra attività mentale interiore differisce nel senso che bisogna accettare ogni cosa come la nostra natura. Noi bisogna assumersi alcuna responsabilità per cambiare i nostri sentimenti interiori.

Che cosa faremo se i nostri sentimenti interiori saranno strettamente correlati alle cose esteriori?

Per esempio, mi sento arrabbiato per i comportamenti sbagliati del mio vicino. Cosa bisogna fare?

La rabbia è naturale. Bisogna accettarla. Non bisogna che dichiari guerra contro la mia rabbia. Dal momento che è un sentimento interiore, bisogna accettarlo interiormente. Ciò significa che possa litigare con il mio vicino? No, non è così.

E' bene che m'intenda col vicino. E' necessario mantenere buoni rapporti con tutti. Bisogna conformarsi con i comportamenti sociali che ciascuno è tenuto a seguire.

Ma interiormente non bisogna avere una qualche condotta da tenere e da confermare. Se supponiamo di trovarci sulla terrazza di un edificio a molti metri dal suolo e di chiederci:

<<cosa succederebbe se saltassi giù da questa terrazza? >>

In realtà non accadrebbe nulla perché non concretizzeremo mai questo pensiero, che lasceremo semplicemente andare via come una nuvola di passaggio.

Allo stesso modo tutti i nostri sentimenti coscienti non sono altro che nuvole di passaggio. Non è necessario combattere contro alcuno pensiero di passaggio.

Ogni cosa viene spontaneamente. Se noi non la disturbiamo positivamente o negativamente, scompare spontaneamente come è venuta.

Ma l'azione esteriore è diversa. Bisogna agire secondo la situazione in cui ci si trova. E' bene agire da persona prudente in quella situazione. E' necessario che si faccia ciò che è giusto e buono.

Per le azioni esterne esiste il bene e il male; il giusto e lo sbagliato.

Ognuno ha il compito di fare la cosa giusta. Altrimenti l'esito inevitabile sarebbe la comparsa del caos nel mondo.

Ma interiormente non abbiamo alcun compito di correggere la nostra coscienza. Non c'è nessuna 'coscienza giusta' o 'coscienza sbagliata'. Non c'è nessuna 'buona coscienza' o 'cattiva coscienza'.

C'è solo una coscienza di passaggio. Essa inizierà spontaneamente e finirà spontaneamente. Se formuliamo una teoria o un ideale per cambiarla o mantenerla, allora sorgeranno tutti i problemi.

Noi possiamo combattere con i nostri sentimenti per tutta la nostra vita, ma a questo non ci sarà mai fine.

Quindi tutti i nostri sentimenti coscienti possiedono uguale natura. Non c'è un livello superiore o inferiore di coscienza. Non c'è nessuna coscienza ordinaria o divina.

Se cominciamo a catalogare i nostri sentimenti coscienti come giusti o sbagliati, allora il problema diventa inevitabile; l'ignoranza è inevitabile.

La coscienza spirituale, è considerata senza dubbio come divina. Lasciamo che così sia. Lasciamola venire e andare. Se qualcosa arriva, lasciamola venire spontaneamente.

Quello che bisogna si faccia è di non sviluppare alcun attaccamento ai nostri sentimenti, siano essi divini o ordinari.

Quando non siamo attaccati ad alcuno dei nostri sentimenti coscienti che cosa accadrà alla nostra mente?

In questo caso nella nostra mente avviene un cambiamento fondamentale.

Ma noi non abbiamo alcun ruolo in questo cambiamento mentale. Avviene da sé. Sviluppare un cambiamento è nella natura della mente.

Quando la mente conscia e la mente subconscia sono in guerra tra di loro, l'intera vita di una persona normale è in preda ai guai.

In realtà la mente subconscia non compare sulla scena. Influenza la mente conscia e in seguito si mantiene fuori portata. Solo la mente conscia si trova a combattere contro i propri sentimenti. Il compito della mente subconscia è finito quando produce effetti nella mente conscia.

Dopodiché é la mente conscia a combattere contro i propri sentimenti.

La mente conscia lotta contro se stessa. Si tratta essenzialmente di una auto - contraddizione. Questa auto - contraddizione è la ragione fondamentale di tutti i nostri guai. L'auto - contraddizione in se è il vero problema.

Potrebbe sembrare anormale che ci venga chiesto di accettare la nostra coscienza di odio, rabbia e così via. Sembrerebbe sbagliato dire che non bisognerebbe resistere a cattive qualità come odio, rabbia, invidia e così via.

Ma tali caratteristiche sono la nostra coscienza reale. Noi stessi non siamo altro che questa coscienza. Resistendo a tale coscienza, noi stiamo coprendo la coscienza reale con il pensiero: "*bisogna che non abbia più tale sensazione*". Ma la coscienza è reale e il pensiero di controllo è solo un'immaginazione. Perché tutti i pensieri sono immaginari.

Quando coltiviamo il pensiero di controllare le cattive qualità della coscienza, ne traiamo la soddisfazione di ritenerci una persona nobile che resiste a una coscienza ignobile. Ma la coscienza ignobile è la nostra vera natura, così come la stiamo sperimentando.

Coltivando il pensiero di resistere a tale cattiva qualità, noi abbiamo finora sprecato la nostra vita senza alcuna visione diretta del vero problema.

Noi resistiamo alla coscienza con cattive qualità non solo per la soddisfazione, ma anche per alcune altre ragioni.

Immaginiamo e temiamo che se non le resistiamo, la coscienza con cattive qualità sarà espressa come azione esterna.

Se, per esempio ho una coscienza di rabbia. La rabbia è sorta come mia coscienza in una data situazione. Ritengo che se non coltivo il pensiero di controllarla, essa sarà mostrata alle persone a me vicine e quindi si verrebbe a creare intorno a me una situazione critica.

Qui è coinvolta l'azione fisica. Quindi è giusto e necessario avere il pensiero di controllare i nostri sentimenti. In modo che non possa fare alcun danno alle persone a me vicine e contemporaneamente mi protegga dalle loro eventuali reazioni.

Le azioni esterne sono disciplinate da regolamenti e norme sociali. Noi non siamo contrari al pensiero di modulare il nostro comportamento verso altre persone in una data situazione. E' necessario vi sia un pensiero regolatore, altrimenti si potrebbe essere considerati come pazzi.

Tuttavia, quando siamo in collera, il pensiero che la rabbia sia sbagliata e che noi si sia liberi dalla rabbia, **è sbagliato**.

E' molto importante che ciò sia considerato profondamente. Così, qualunque sia la nostra coscienza, sia essa nobile o ignobile, va accettata con tutto il cuore. Va accettata come nuvole di passaggio.

Ciò non significa che si stia approvando le nostre cattive qualità.
Chiediamo, invece, di accettarle solo per la purificazione della struttura
fondamentale dell'intero nostro campo della coscienza.

La nostra coscienza può sembrare strana e cattiva. Ma la sua potenzialità è
differente. Se le permettiamo di fiorire, essa produrrà meraviglie.
L'agitazione contro di essa nel tentativo di renderla migliore, invece, rende
la vita problematica.

E' quindi necessario accettare la nostra coscienza così com'è senza alcun
sforzo per modificarla,

Ciò è la giusta comprensione.

Tale comprensione è la comprensione perfetta.

Questo è ciò che è l'Illuminazione.

Questa comprensione è molto semplice.

Ma bisogna confermare a se stessi che questa è l'Illuminazione.

Chiunque può darsi questa conferma, se egli è semplice e serio.

Essa può anche essere ottenuta da un'altra persona illuminata. In ogni
caso bisogna che sia confermata.

Una volta che è confermata, tutto è finito. Allora l'illuminato diventa il
flusso senza nome della vita stessa. Non ha né inizio né fine.

4. La Liberazione

Quando pensiamo al campo religioso e spirituale è inevitabile pensare a poteri soprannaturali.

Abbiamo molti racconti della vita di saggi che hanno fatto numerosi miracoli nella loro vita.

Che cosa significa ciò?

La nostra mente conscia più profonda ha molti misteri. Possiamo entrare in essa attraverso pratiche di meditazione e yogiche. Allora possiamo gestire tale tipo di poteri misteriosi. Ma gestire tali poteri non significa che si sia illuminati.

L'Illuminazione è differente. La persona illuminata può avere o non avere tali poteri misteriosi.

Ma è fondamentalmente libera da ogni cosa.

Per lei non c'è alcuna necessità di avere tali poteri meravigliosi.

L'illuminato fluisce semplicemente con la vita senza cercare di interferire. Così ogni cosa scorre da se stessa e lui è in armonia con essa.

Avete mai sentito parlare la storia del cacciatore di tesori? E' una storia carina che si racconta nel mondo spirituale

C'era una volta un cacciatore che vagava in una foresta avendo qualche vaga idea sui molti tesori che essa poteva racchiudere.

Mentre si trovava alla ricerca di tesori nella foresta, incontrò un saggio sotto un albero. Chiese dunque al saggio se aveva conoscenza di qualche tesoro nella foresta. Il saggio gli rivelò subito la posizione del tesoro. Il cacciatore

Seguì le indicazioni e scoprì un tesoro d'argento. Quando ritornò dal Saggio per esprimere la sua gratitudine, il Saggio gli indicò come trovare un tesoro d'oro.

Il cacciatore scoprì anche il tesoro d'oro. Allora il Saggio gli indicò il luogo del tesoro di diamanti. Il cacciatore lo trovò e quindi scoperse tutti i tesori su istruzioni del Saggio.

Dopo aver scoperto i tesori, il cacciatore venne colpito da una domanda circa il Saggio che glieli aveva indicati. Chiese quindi al Saggio come mai, pur avendo avuto conoscenza di tutti quei tesori, non se li fosse presi.

Il saggio sorrise e gli disse che egli possedeva un altro tesoro e che tale tesoro era più prezioso degli altri mostrati al cacciatore.

*Il saggio gli disse che la **Liberazione** era il tesoro più grande confrontato con tutte le cose della terra e del cielo.*

La Liberazione è il tesoro più alto nel campo spirituale.

I poteri occulti e altre esperienze spirituali non sono nulla, paragonati alla Liberazione.

I poteri occulti e altre simili esperienze spirituali possono essere considerate come un grande conseguimento in campo spirituale. Ciò è proprio vero: esse sono vere e proprie conquiste.

Ma la Liberazione non è un conseguimento. È piuttosto una libertà da ogni cosa e questo non è un conseguimento. È una libertà da tutte le conquiste, sia della terra sia del cielo.

Nella Liberazione tutto scorre.

L 'Io cosciente' è un flusso dalla mente subconscia alla mente conscia. L 'Io cosciente' è esso stesso un flusso. Esso scompare durante il sonno. Esso scorre solo nel nostro stato di veglia.

L 'Io cosciente non è statico. Esso scorre come gli altri sentimenti. L 'Io' cosciente non è altro che il nostro pensiero.

Il nostro pensiero è presente solo nello stato di veglia e nello stato di sogno. Poiché il pensiero è assente nel nostro sonno profondo senza sogni, anche l' 'Io cosciente' è assente nel sonno profondo. Non vi è 'Io cosciente' separato dal nostro pensiero.

Quando ci sentiamo liberati, anche il flusso del nostro 'Io cosciente' diventerà irrilevante. Gli permetteremo di andare e venire come altri sentimenti.

Non saremo attaccati a nulla compreso il nostro 'Io cosciente'. Non sarà la nostra immaginazione. Sarà la nostra realtà.

Una volta che ti senti liberato, facilmente si può avere la sensazione

di non essere niente in particolare.

Tutto viene e va, secondo le situazioni in cui ci troviamo a vivere.

Conosci la parola "**possessore**"?

Possessore significa colui che possiede qualcosa. La persona che possiede qualcosa è chiamata possessore.

Se vogliamo possedere qualsiasi cosa, ne diventiamo il possessore. Il possessore però è sempre controllato da ciò che egli possiede. È naturale.

Quando possediamo qualcosa, non la possediamo veramente. Al contrario è lei a possedere noi.

A questo proposito c'è una storia divertente.

Due amici, mentre si trovavano sulla riva di un fiume, scossero un fagotto galleggiante nella corrente del fiume.

Non potevano conoscere la natura del fagotto e il suo contenuto perché era alquanto distante da loro.

Uno dei due, che era un abile nuotatore, si tuffò nel fiume e riuscì a raggiungere il fagotto con grande fatica.

Quando lo toccò si accorse che il fagotto era in realtà un orso selvatico trasportato dalla fiume. Immediatamente l'orso si aggrappò a lui cercando di sfuggire alla corrente. Il nuotatore, che non riusciva a più a nuotare iniziò a lottare.

L'amico rimasto a riva, che aveva assistito alla scena, gli urlò: <<Lascia stare il fagotto se non sei in grado di portarlo a riva!>> E questi gli rispose di ritorno: <<Non lo sto tenendo: è lui che tiene me!>>

Quindi il possesso crea il possessore.

Se mi affeziono al mio piacere e alla felicità, questi mi trasformano in un possessore positivo.

Se, viceversa, combatto contro il mio dolore, resto attaccato al mio dolore in modo negativo. Anche l'attaccamento negativo mi trasforma in possessore. Più è potente l'attaccamento più lo sarà il possessore. Se, invece, l'attaccamento è debole, anche il possessore lo sarà.

Il possessore è il nostro 'Io cosciente'. Così come ogni coscienza scorre, anche l' 'Io cosciente' sta fluendo. Quando l' 'Io cosciente' possiede qualcosa, ne diventa il possessore.

L' 'Io cosciente' potrebbe fluire liberamente e facilmente ma il possessore non lo può. Quando diventa il possessore, non è in grado di fluire. Si crea quindi un circolo vizioso intorno alla coscienza.

Fino a quando c'è il possessore, non ci sarà alcun flusso regolare della nostra coscienza.

Bisogna chiarire a noi stessi che l' 'Io cosciente' non è un ostacolo per il flusso di coscienza. Ma è un ostacolo se diventa il possessore.

Quindi bisogna dissolvere solo il possessore, non c'è bisogno di sciogliere l' 'Io' cosciente.

Inoltre, è impossibile sciogliere l' 'Io cosciente'. Ogni volta che c'è la coscienza c'è l' 'Io cosciente'. Non possiamo separare l' 'Io cosciente' dalla coscienza. Tutto ciò che possiamo fare è di dissolvere il possessore nell' 'Io cosciente'.

Quindi, come possiamo sciogliere il possessore dell' 'Io cosciente'?

Ora è necessario esaminare la natura e la nascita del possessore.

Quando voglio eliminare il mio dolore volitivamente, possiedo il dolore negativamente. Allo stesso modo se voglio mantenere volitivamente il mio piacere, possiedo il piacere positivamente. Così il possessore presuppone una volizione per qualcosa.

Ad esempio egli vuole che il dolore non proceda verso il futuro. E anche che la coscienza sia libera dal dolore. Allo stesso modo vuole che la coscienza del piacere si estenda nel futuro. Quindi la richiesta basilare di tutti i possessori è di avere una coscienza futura.

Il possessore in se stesso è la richiesta per il futuro.

Come abbiamo visto, per il possessore il futuro bisognerebbe che fosse uno "stato libero dal dolore" o uno "stato di piacere continuo".

Il voler modellare il futuro determina l'esistenza del possessore. Ma se chiediamo uno "stato senza possessore" vi è contemporaneamente una richiesta di uno stato futuro. Ciò darà ancora più forza al possessore. Così non possiamo pretendere che vi sia uno stato futuro senza possessore.

Abbiamo visto che l'origine del possessore è la richiesta-aspettativa per un determinato tipo di coscienza nel futuro.

Può essere sia in senso positivo sia in senso negativo.

Tutti vogliono essere liberi dal dolore e sofferenza. È la natura di tutti. È la natura della sofferenza stessa. La sensazione di dolore attiva il desiderio di libertà dal dolore.

Allo stesso modo la sensazione di piacere attiva il desiderio di averne di più. Così il desiderio è naturale e spontaneo. Anche la creazione del possessore stesso è naturale e spontanea.

Quindi ciò che arriva spontaneamente, altrettanto spontaneamente se ne andrà. Non bisogna preoccuparsi per l'apparire o lo scomparire del possessore. Perché questa stessa preoccupazione darà vita e forza al possessore.

Ad esempio la reazione al dolore è naturale. La reazione alla reazione – ossia combattere contro il dolore, è anch'essa naturale, spontanea e automatica. Fa parte della nostra natura lottare contro il dolore. Combattiamo inconsciamente contro il dolore. Noi non possiamo controllarlo e non bisogna farlo.

Se siamo in grado di accettarlo come il nostro stato naturale, siamo assolutamente liberi da richieste future. Quando non c'è nessuna richiesta volitiva per il futuro, tutto scorre come un fiume sacro. Esso si purifica mentre scorre nel suo alveo.

Se vogliamo eliminare il possessore, non faremo altro che creare problemi. Ma se permettiamo a tutto di scorrere, ogni cosa, compreso il possessore, si purificherà. La legge divina di purificazione governa ogni cosa.

Quando la mente conscia diventa silente e non si agita contro la coscienza, la **mente subconscia e la mente conscia più profonda danno il loro aiuto** per la purificazione della coscienza. La purificazione avviene quindi senza il nostro sforzo consapevole. La mente conscia più profonda è sempre disposta ad aiutare la nostra coscienza.

Ma noi non abbiamo intenzionalmente portato in esistenza il possessore. La formazione del possessore è involontaria. Così non abbiamo bisogno di assumerci alcuna responsabilità per rimuoverlo. Se lo consideriamo un flusso naturale involontario, anch'esso fluirà come il resto.

Il possessore diventa quindi un **fluitore**. Il fluitore non può essere considerato come il possessore. Il possessore si dissolve in un fluitore. Fluitore significa una persona che sta fluendo ovvero una personalità che sta fluendo.

Così ci non assumiamo responsabilità di alcunché. Permettiamo a tutto di fluire. **L'irresponsabilità legittima** è la Liberazione.
Si tratta dell'Illuminazione.

Se non possediamo alcuna cosa psicologicamente, siamo liberi da tutto. Tutto.

Ciò che arriva in modo naturale, fluisce in modo naturale e finirà anche in modo naturale. Dato che siamo svincolati da ogni cosa, non interferiamo nello svolgersi dell'azione con le nostre simpatie e antipatie.

Così una persona liberata non ha nessuna aspirazione a possedere alcun potere miracoloso.

Ciononostante si possono raggiungere tali poteri per mezzo della volontà e con sforzi. Se qualcuno sente sinceramente che ciò sia una cosa necessaria per la sua vita, può occuparsene come crede.

Ma la Liberazione non ha nulla a che fare con miracoli e poteri miracolosi.

Qual è poi il rapporto tra Liberazione e la purificazione della mente?

Tutti pensano che la Liberazione arrivi dopo la purificazione della nostra mente. Pensiamo che noi si abbia da purificare mente e cuore. Pensiamo che si abbiano da eliminare tutte le nostre cattive qualità dalle mente e dal cuore.

Allora, e solo allora, pensiamo di poter ottenere la Liberazione.

Siccome ci è stato insegnato questo, la pensiamo allo stesso modo. Ma la verità è esattamente l'opposto. La purificazione sorge solo dopo la nostra Liberazione.

La mente liberata si purifica nel corso della vita quotidiana. Non possiamo ottenerla prima della Liberazione.

Perché gli sforzi per purificarci non sono la via della purificazione. Questa avviene dopo la nostra Liberazione.

La Liberazione può venire e bisogna che avvenga prima della purificazione della nostra mente e la preceda a tutti gli effetti.

Questo fatto può essere ben compreso con l'analogia seguente.

Conosciamo come avviene che un treno passi da un binario ad un altro. C'è uno scambio che lo permette. Quando questo scambio viene attivato prima del passaggio della locomotiva, essa si avvia nella direzione del nuovo binario. Anche quando la locomotiva ha iniziato a marciare sul nuovo binario, le carrozze che traina si trovano ancora a percorrere il vecchio binario. Ma ciò sarà così solo per poco tempo. Man mano che la locomotiva avanza, infatti, tutte le carrozze si avvieranno lungo la nuova direzione.

Quando la locomotiva si avvia lungo il binario successivo, questo sarà considerato come il nuovo percorso, anche se le carrozze non hanno ancora superato lo scambio.

Ciò avviene anche nel caso della Liberazione. Possiamo ottenere Liberazione in qualsiasi momento. Dopo la Liberazione, anche la nostra mente conscia e quella subconscia, nel corso del tempo, entreranno in un'altra dimensione. È un processo naturale e normale. Ogni cosa avverrà spontaneamente da sola. Non abbiamo quindi bisogno di adoperarci per purificare la nostra mente e il nostro carattere.

La Liberazione è di per se sufficiente ad ogni necessità. In occasione della nostra Liberazione, la mente e il nostro carattere sbocceranno per conto loro.

Quando sbocciano i petali di un bocciolo, il profumo sarà percepito da tutti.

Di conseguenza, quando ha conseguito la Liberazione, l'aspirante spirituale non avrà più nulla da fare così come le carrozze trainate dalla locomotiva sul nuovo binario.

Il resto seguirà automaticamente senza la sua volontà e il suo sforzo. La qualità della nostra Liberazione potrebbe non essere visibile agli altri all'inizio. Ma questo non sarà un problema per noi.

Una volta che sentiamo la Liberazione in noi stessi, ci sentiremo anche di non volere più nulla, nemmeno il riconoscimento da parte di altri.

Si possono acquisire, oppure no, alcuni poteri miracolosi nel corso della vita che ci resta. Ma non sarà per questo che ne saremo soddisfatti.

Quando otteniamo la Liberazione, non è solo un inizio ma anche una fine.

La Liberazione non è un'esperienza. È piuttosto la libertà da tutte le nostre esperienze.

Tutte le nostre esperienze vanno e vengono come in un processo meccanico. Tale processo prende vita solo quando vi siamo attaccati.

L'attaccamento a cose morte, dà loro vita. Se, invece, permettiamo loro di andare e venire senza operare scelte attraverso le nostre simpatie e antipatie, esse funzionano come processo necessario alla mente.

Considerandolo un processo meccanico, noi stessi ci sentiamo liberati.

Supponiamo di viaggiare in treno con il nostro bimbo. Il treno non si muove anche se è già scaduto l'orario di partenza. Il bimbo, impaziente, chiede ripetutamente: <<*quando parte il treno?*>>. Cercando di dargli una motivazione, gli diciamo: <<*Se lo spingi, si muoverà!*>>

Il bimbo crede alle nostre parole e comincia a spingere contro il sedile con tutte le sue forze.

In quel momento il treno si avvia.

Il bimbo è molto contento perché crede che il treno si muova grazie agli sforzi che ha fatto per esercitare la spinta con le sue mani.

Noi poi lo incoraggiamo dicendogli: <<*Non smettere di spingere!*>>

Alla fine il treno raggiunge la stazione successiva e noi gli chiediamo di smettere. Il bimbo lo fa proprio mentre il treno si ferma.

Poi ancora una volta gli chiediamo di spingere e, come prima, lui esegue e il treno riparte.

Ma dopo un po' il bimbo capisce che, in realtà, è il treno che si muove da solo, non a seguito delle sue spinte.

Quando anche noi comprendiamo che la nostra mente funziona anch'essa a modo suo, in accordo con la sua natura, come in un processo meccanico, allora diventiamo liberi dalla sua presa e dalle sue stampelle.

Anche se la Liberazione è un avvenimento molto semplice, è necessario che sia confermato da noi stessi oppure da un'altra persona illuminata.

Allora soltanto può essere chiamata: **Liberazione.**

Nota dell'Autore:

Bisogna leggere tutti i capitoli più volte e bisogna capire bene che cosa realmente significano, oppure bisogna ottenere i necessari chiarimenti attraverso una discussione personale con le persone liberate ...

... affinché tu sia illuminato.

Per contattare l'Autore:

Sri Bagavath

102, Court Street,
Tiruchendur – 628 215.
Tamil Nadu - India

Tel: 00944215677; 009487848556

Web: www.nithyapravaaham.com

Email: sribagavath@nithyapravaaham.com

Questa traduzione - assieme ad ogni altro libro dell'Autore – é disponibile e scaricabile gratuitamente dal sito: www.nithyapravaaham.com

Nota alla traduzione italiana

Si è cercato, per quanto possibile, di mantenere inalterata la modalità descrittiva ed espositiva dell'Autore, le cui ripetizioni enfatiche sono tipiche dello stile di comunicazione indiano.

Inoltre negli insegnamenti spirituali, la reiterazione dei concetti ne migliora la comprensione e ne favorisce l'assorbimento.

Infine, sono stati resi in italiano i termini inglesi * utilizzati dall'Autore, i cui significati si desumono dal testo stesso.

* es: mental feeling - tradotto sensazione mentale-

Traduzione dall'inglese a cura di

Alberto Giacomini

cell.: 0039 338 7637854

web: www.joytouch.org email: joytouch@virgilio.it