

UNO in tutto

Il motto di Sri Aurobindo: “ricorda che la tua vera natura è divina, offri il dolore della vita e l’impegno della sadhana alla realizzazione del divino che è in te”

a cura di Gioia Croci

Nell’attesa e in preparazione dell’incontro con le più autorevoli scuole e tradizioni indiane dello yoga, che vivremo nel maggio 2008 ad Assisi, ascoltiamo e riflettiamo sul pensiero di Aurobindo.

Conoscere e approfondire la sua “visione” della condizione umana è confortante e fonte di ispirazione: a partire dalla constatazione della dolorosa frammentazione in cui il piccolo sé ci costringe a vivere, veniamo condotti a intravedere una ben altra e luminosa Realtà che attende solo di essere compresa e vissuta.

Anche il più articolato pensiero filosofico può riassumersi nell’incisività di un motto: quello di Aurobindo è “remember... offer”, «ricorda che la tua vera natura è divina... offri il dolore della vita e l’impegno della sadhana alla realizzazione del divino che è in te».

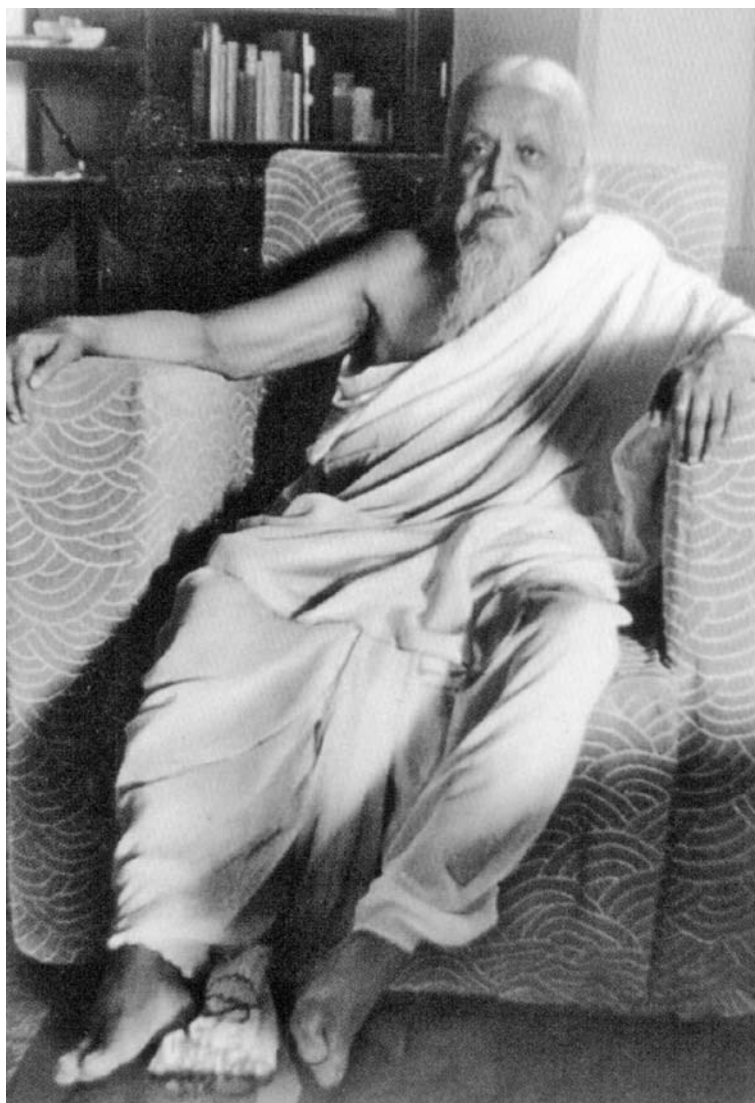
Un invito che diventa un augurio per ognuno di noi.

Una rivelazione interiore o una discesa dall’alto sono le vie sovrane della *siddhi* yoghica. Uno sforzo della mente superficiale esteriore, o dell’essere emotivo, una *tapasya* o un’altra, può sembrare che producano qualche realizzazione di questo genere, ma i risultati sono generalmente incerti e frammentari se si paragonano a quelli ottenuti seguendo le due vie radicali. Per questa ragione, nel nostro *Yoga*, insistiamo sempre sull’indispensabile condizione di un’“apertura”, affinché la *sadhana* porti i suoi frutti – un’apertura della mente, del vitale e del fisico interiori verso l’intimo, verso la parte più profon-

da in noi, lo psichico, e un’apertura verso l’alto, verso ciò che è al di sopra della mente.

La ragione fondamentale è che questa piccola mente, questo piccolo vitale e questo piccolo corpo, che crediamo essere noi, non sono altro che un moto di superficie e non il nostro vero “sé”. Essi non rappresentano che una parte della personalità

Sri Aurobindo



¹ la discesa dello Spirito verso la Materia; l’ascesa, il tendere della Materia verso lo Spirito.

SRI AUROBINDO



1884



1906



1920



estriore, messa in avanti per una breve esistenza, per il gioco dell'Ignoranza.

Tale personalità è provvista di una mente ignorante che brancola alla ricerca di frammenti di verità, di un vitale ignorante che si precipita qua e là alla ricerca di frammenti di piacere, di un fisico oscuro, essenzialmente subcosciente, che riceve l'urto degli oggetti e ne subisce, più che dominare, il dolore o il piacere che ne risultano. Tutto ciò viene accettato finché la mente non se ne disgusti e si metta in cerca della reale Verità di se stessa e delle cose; fino a quando il vitale non ne ha abbastanza e comincia a chiedersi se non esista qualcosa che sia vera beatitudine, e fino a quando il fisico non si stanca e non vuol essere liberato da se stesso, dai suoi dolori e dai suoi piaceri.

Allora diventa possibile per l'ignorante particella di personalità il ritorno al suo vero Sé e, nello stesso tempo, a realizzazioni più vaste – oppure all'estinzione del sé nel *Nirvana*.

Il vero Sé non si trova da nessuna parte in superficie, ma profondamente nell'intimo del nostro essere, e in alto. Interiormente, l'anima sostiene la mente, il vitale e il fisico interiori, i quali hanno una capacità di estensione universale che può appor-tarci ciò che ci necessita ora: **un contatto diretto con la verità di noi stessi e delle cose, un sapore di beatitudine universale, una liberazione dalla nostra piccolezza sempre prigioniera** e dalle sofferenze del rozzo corpo fisico. Persino in Occidente è oggi assai frequente ammettere l'esistenza di "qualcosa" dietro la superficie; ma ci si sbaglia sulla natura di questo "qualcosa" e lo si chiama "subcosciente" o "subliminale" quando in realtà è a suo modo molto cosciente e non è subliminale, ma soltanto velato.

Secondo la nostra psicologia, questo essere interiore è unito alla piccola personalità esterna da certi centri di coscienza², che possiamo scoprire con lo *Yoga*.

Soltanto una piccola parte dell'essere interiore filtra da quei centri e passa nella vita esteriore; quel poco è la parte migliore di noi stessi, e a essa dobbiamo l'arte, la poesia, la filosofia, i nostri ideali, le nostre aspirazioni religiose, i nostri sforzi verso

la conoscenza e la perfezione.

Ma **la maggior parte di questi centri interiori sono chiusi o addormentati; aprirli, risvegliarli e renderli attivi è uno degli scopi dello yoga.**

Man mano che si aprono, i poteri e le possibilità dell'essere interiore si animano; ci apriamo dapprima a una coscienza più vasta, quindi a una coscienza cosmica; non siamo più delle piccole personalità separate, con una vita limitata, diventiamo i centri di un'azione universale in diretto contatto con le forze cosmiche. Inoltre, invece di essere, involontariamente, il gioco di quelle forze, come lo è la persona di superficie, possiamo sino a un certo limite divenire coscienti e padroni dell'azione della natura: questo limite dipende dallo sviluppo dell'essere interiore e dalla sua apertura verso l'alto, ai livelli spirituali superiori. In pari tempo, l'apertura del centro del cuore libera l'essere psichico, il quale comincia a renderci coscienti del Divino in noi e della Verità superiore al di sopra di noi.

Il Sé spirituale supremo non è né dietro la nostra personalità né dietro la nostra esistenza corporea, ma al di sopra, e le supera totalmente. Il più elevato centro interiore è nella testa, il più profondo nel cuore; il centro che però si apre direttamente al Sé è al di sopra della testa, al di sopra del corpo fisico, in ciò che si chiama il corpo sottile, *sukshma sharīra*. Questo Sé ha due aspetti e, quando si entra nella sua realtà, i risultati corrispondono a tali due aspetti. Uno è statico: è una condizione di pace, di liber-



² Chakra

tà, di vasto silenzio; il Sé silenzioso non è turbato da alcuna azione o esperienza; le sostiene imparzialmente e non sembra generarle affatto, ma sembra mantenersi separato, distaccato o indifferente, *udāsīna*.

L'altro aspetto è dinamico: lo si percepisce come un Sé o Spirito cosmico, che non soltanto sostiene, ma genera e contiene tutta l'azione cosmica, non solo la parte dell'azione cosmica che concerne il nostro sé fisico, ma anche tutto ciò che è al di là: questo mondo e tutti gli altri mondi, i regni ultrafisici e le regioni fisiche dell'universo. Inoltre, si sente che il Sé è **uno in tutto**, ma anche al di sopra di tutto, trascendendo e oltrepassando ogni nascita individuale o ogni esistenza cosmica. Penetrare nel Sé universale – uno in tutto – significa liberarsi dell'ego; l'ego diventa una piccola circostanza strumentale nella coscienza, oppure scompare completamente da essa. È l'estinzione o *Nirvana* dell'ego.

Entrare nel Sé trascendente al di sopra di tutto, ci rende capaci di superare completamente la coscienza e l'azione cosmiche stesse; può essere la via della completa liberazione, fuori dall'esistenza nel mondo, chiamata anche estinzione, *laya*, *moksha*, *Nirvana*.

Ma dobbiamo tener presente che l'apertura verso l'alto non conduce necessariamente soltanto alla pace, al silenzio, al *Nirvana*. Non soltanto il *sadhaka* prende coscienza di una pace, di un silenzio, di un'ampiezza immensi, e **finalmente infiniti**, al di sopra di lui, al di sopra della sua testa per così dire, che si estendono per tutto lo spazio fisico e ultrafisico, ma può divenire cosciente di molte altre cose: di una vasta Forza in cui c'è ogni potere; di una vasta Luce in cui è ogni conoscenza; di un vasto *ananda* in cui è ogni beatitudine e ogni estasi.

All'inizio, queste esperienze appaiono essenziali, indeterminate, assolute e semplici, *kevala*; un *Nirvana* sembra possibile in uno qualsiasi di quegli stati.

Ma possiamo pure arrivare a scorgere che questa Forza contiene tutte le forze, questa Luce tutte le luci, e questo *ananda* tutte le gioie e tutte le beatitudini possibili. E tutto ciò può scendere in noi. Ognuna di queste esperienze o tutte quante possono scendere in noi, non solo la pace. Però

è più prudente far scendere dapprima una pace e una calma assolute; le quali offrono maggior sicurezza alla discesa di tutto il resto. Diversamente potrebbe essere difficile alla natura esteriore contenere o sopportare tanta Forza, tanta Luce, tanta Conoscenza o tanto *ananda*. L'insieme di queste esperienze costituisce ciò che noi chiamiamo Coscienza spirituale superiore o Coscienza divina.

L'apertura psichica attraverso il cuore ci mette essenzialmente in contatto con il Divino individuale, con il Divino nella sua intima relazione con noi, ed è soprattutto sorgente d'amore e di *bhakti*. L'apertura verso l'alto ci mette in contatto diretto con il Divino integrale e può creare in noi la Coscienza divina, una nuova nascita, o nuove nascite dello spirito.

(tratto da: Sri Aurobindo, Guida allo yoga, Edizioni Mediterranee)

