IO SONO QUELLO

Sri Nisargadatta Maharaj

Essenza
delle conversazioni
1 – 20

Indice dalle conversazioni

1) L'IO SONO 4

2) L'ossessione del corpo 9

3) Solo il presente è reale 14

4) Il mondo reale è oltre la mente 20

5) Ciò che nasce deve morire 22

6) Meditazione 27

7) La mente 32

8) Il Sé è al di là della mente 38

9) Le risposte della memoria 48

10) Il testimone 52

11) Consapevolezza e coscienza **60**

12) La persona non è la realtà **66**

13) Il SUPREMO, la mente e il corpo **76**

14) Apparenze e realtà **87**

15) Il JANIN **98**

16) L'assenza di desideri è la beatitudine suprema **105**

17) L'eterno presente **121**

18) Per sapere cosa sei, scopri cosa non sei **126**

19) La realtà è nell'oggettività **134**

20) Il SUPREMO è al di là di tutto **144**

1° Conversazione

L'IO SONO

(7 maggio 1970)

[…]

Appena ti svegli inizia l'esperienza:
"IO sono... un corpo… nel mondo"

Può sembrare che si sviluppi in sequenza,
ma di fatto accade simultaneamente,
è un'unica idea, di avere
"un corpo... nel mondo".

[…]

Non ti importa di sapere se sei solo un corpo
o qualcos'altro? O forse niente del tutto?

Non vedi che tutti i tuoi problemi,
sono i problemi del tuo corpo…

il cibo, il vestiario, la casa, la famiglia, gli amici,
la reputazione, la notorietà, la sicurezza,
la sopravvivenza…

Tutto ciò non ha più significato,
nel momento in cui
ti rendi conto che potresti non essere
soltanto un corpo.

[…]

Penetra nelle profondità dell'IO SONO
e lo scoprirai.

Come fai a ritrovare
una cosa smarrita o dimenticata?

La tieni in mente finché non te la ricordi.

[…]

Quando la mente rimane immobile
nell'IO SONO,
entra in uno stato
che non può essere espresso a parole
ma di cui puoi fare esperienza.

Ti basta provare e riprovare,
dopotutto l'IO SONO è sempre con te.
Non lo cogli perché
gli hai sovrapposto ogni genere di cose:
corpo, sentimenti, pensieri, idee, possessi, ecc.

ma sono tutte identificazioni fuorvianti
ed è a causa loro che credi di essere
ciò che non sei.

VISITATORE:
Ma allora, cosa sono?

Non ti serve sapere cosa sei
Ti basta sapere cosa non sei.

Infatti, se per conoscenza
si intende una descrizione
in termini di ciò che è già conosciuto,
percepito o concettualizzato
non può esserci conoscenza di Sé.

Perché ciò che sei
non può essere descritto
se non per negazione assoluta.

Puoi soltanto dire
"Non sono questo… Non sono quello"

[…]

Come ogni fiore ha il suo colore,
anche se tutti i colori
sono riflessi dalla stessa luce,

così nella consapevolezza unica e indivisibile,
appaiono molteplici
quelli che fanno esperienze,

ciascuno separato nella memoria,
ma identico nell'essenza.

Questa essenza è la radice,
il fondamento, la possibilità,
senza spazio e senza tempo,
di tutte le esperienze.

VISITATORE:
Ed io come ci arrivo?

Non hai bisogno di arrivarci
perché sei già quell'essenza,
sarà lei a venire da te,
se le darai la possibilità.

Abbandona l'attaccamento all'irreale
e il reale si metterà da solo al suo posto,
con rapidità e armonia.

Smetti di immaginare di essere
o di fare questo e quello,
e in te sorgerà la comprensione
di essere la SORGENTE
e il centro di tutto.

Ciò porterà con sé un grande amore,
che non è scelta o predilezione
e neppure attaccamento

ma un potere che rende ogni cosa
amabile e degna di essere amata.

2° Conversazione

L’ossessione del corpo

(9 maggio 1970)

VISITATORE:
Voi siete seduto di fronte a me,
ed io sono qui, ai vostri piedi.
Qual è la vera differenza tra noi?

Non c'è nessuna vera differenza.

VISITATORE:
Eppure, deve esserci qualche differenza,
se sono io che vengo da voi e non viceversa.

Proprio perché immagini differenze,
vieni qui in cerca di individui "superiori".

[…]

VISITATORE:
Le vostre parole sono sagge,
la vostra condotta è nobile,
la vostra grazia non ha limiti.

Non so niente di tutto questo,
e non vedo differenze tra te e me.

La mia vita
è una successione di avvenimenti
proprio come la tua.

Solo che io sono distaccato,
e vedo svolgersi il film per quello che è,
un fenomeno di passaggio,

mentre tu, ti attacchi alle cose
e ti muovi insieme a loro.

VISITATORE:
Che cosa vi ha reso così distaccato?

Niente in particolare.
È successo che diedi fiducia al mio maestro.

Mi disse che non sono altro
che me stesso (l’IO SONO),
e gli ho creduto.

E poiché gli ho creduto
mi sono comportato di conseguenza,
e ho smesso di occuparmi
di ciò che non era né me stesso, né mio.

[…]

Il fatto è che tu non osservi
con sufficiente attenzione.

Guarda bene e vedrai ciò che vedo io.

VISITATORE:
E voi cosa vedete?

Vedo ciò che potresti vedere anche tu,
QUI E ORA,
se non concentrassi l'attenzione,
nella direzione sbagliata.

Tu non presti attenzione a te stesso.

La tua mente s'identifica sempre
con gli oggetti, le persone, le idee
ma mai con te stesso.

Mettiti al centro dell'attenzione,
diventa consapevole della tua esistenza.

Guarda come funzioni,
osserva le motivazioni
e i risultati delle tue azioni.

Esamina la prigione
che hai costruito intorno a te,
per inavvertenza.

Conoscendo ciò che non sei,
arrivi a conoscere te stesso
e scoprirai chi sei veramente.

[…]

Hai soltanto bisogno
di sbarazzarti della tendenza
a definire te stesso.

Ogni definizione si riferisce
unicamente al tuo corpo
e alle sue espressioni.

Quando sparirà l'ossessione del corpo,
ritornerai spontaneamente
al tuo stato naturale.

L'unica differenza tra noi,
è che io sono consapevole del mio stato naturale,
mentre tu sei confuso.

Come l'oro lavorato e trasformato in gioielli,
non è più pregiato della polvere d'oro
se non per il valore che gli dà la mente

così noi siamo una sola cosa nell'essenza,
e diversi soltanto in apparenza.

Lo scopriamo se siamo seri,
lo scopriamo cercando, indagando,
interrogandoci ogni giorno,
a ogni ora del giorno,

dedicando l'intera vita
a questa scoperta.

3° Conversazione

Solo il presente è reale

(11 maggio 1970)

VISITATORE:
A quanto vedo, non c'è niente di sbagliato
nel mio corpo e nel mio essere.
Non li ho fatti io e non occorre migliorarli.

Piuttosto, qualcosa non funziona
nel "corpo interiore" chiamiamolo mente,
coscienza o con qualsiasi altro nome.

Secondo te,
cosa c'è che non va nella tua mente?

VISITATORE:
È inquieta, avida di piaceri
e impaurita dai dispiaceri.

E che male c'è
se cerca il piacevole e si sottrae allo spiacevole?

Il fiume della vita
scorre tra le sponde del piacere e del dolore.

Il problema sorge solo
quando la mente rifiuta di fluire con la vita
e si arena sulle sponde.

Per fluire con la vita
intendo l'ACCETTAZIONE,
accogliere ciò che viene
e lasciare andare ciò che va.

[…]

VISITATORE:
Eppure, tra il corpo e il SÉ si frappone
una nuvola di pensieri e sentimenti
che non servono né al corpo né al sé.

Questi pensieri e sentimenti, sono inconsistenti,
passeggeri e insignificanti…
polvere mentale che soffoca e acceca,
confonde e nuoce.

Sicuramente,
né il ricordo di un evento
né la sua anticipazione,
possono essere confusi con l'evento stesso.

C'è qualcosa di eccezionale e di unico,
nell'avvenimento presente,

che l'evento precedente e il successivo
non possono avere.

[…]

Per un attimo, il passato è stato presente
e così sarà per il futuro.

Che cosa rende così diverso il presente?

Ovviamente, la mia presenza.

Io sono reale,
perché sono sempre "ADESSO" nel presente,
e ciò che ora è con me, fa parte della mia realtà.

Il passato è nella memoria,
il futuro nell'immaginazione.

[…]

VISITATORE:
Ritorno alla domanda iniziale.
Tra la sorgente della vita e la sua espressione
che è il corpo, c'è la mente con i suoi stati
in continuo cambiamento.

Il loro flusso è incessante, insignificante e doloroso.
Desiderio e paura sono la trama e il tessuto della vita, ed entrambi sono composti di dolore.
La domanda è: può esistere una mente felice?

Il desiderio è il ricordo del piacere
e la paura è il ricordo del dolore.

Tutti e due rendono irrequieta la mente.

I momenti di piacere
non sono altro che intervalli
nel flusso del dolore.

Come potrebbe essere felice la mente?

[…]

VISITATORE:
Il dolore è un fatto cosmico o solo mentale?

L'universo è completo,
e dove c'è completezza,
dove non manca niente,
cosa può causare dolore?

VISITATORE:
L'universo potrebbe essere completo
nella sua totalità, ma incompleto nei dettagli.

Anche una parte della totalità,
considerata in rapporto alla totalità,
è completa.

Solo se la consideri isolatamente,
diventa incompleta e quindi fonte di dolore.
[…]

Per sua stessa natura,
la mente è fatta per dividere e contrapporre.

Può esistere una mente diversa?

Una mente capace di unificare e armonizzare,
di vedere il tutto nel particolare
e il particolare interamente legato al tutto?

VISITATORE:
Un’altra mente? E dove posso cercarla?

Nell’andare oltre la mente
che limita, divide e oppone.

Nel porre fine al processo mentale
per come lo conosciamo,
quando questo finisce,
nasce l’altra mente.

VISITATORE:
In quella mente,
il problema delle gioie e delle sofferenze
non c'è più?

Non per come le conosciamo,
desiderabili o detestabili.

Diventa piuttosto una questione di AMORE,
che cerca di esprimersi e incontra degli ostacoli.

La mente che tutto comprende
è AMORE in azione,
che combatte contro le circostanze.

Inizialmente frustrato, alla fine vittorioso.

VISITATORE:
È l'amore a fare da ponte tra spirito e corpo?

E cos'altro?
La mente crea l'abisso,
il cuore lo valica.

4° Conversazione

Il mondo reale è oltre la mente

(13 maggio 1970)

[…]

VISITATORE:
Capisco che in ultima analisi
sia un errore parlare di una cosa,
come causa unica di un'altra cosa,
ma nella vita di tutti i giorni,
non intraprendiamo mai un'azione
senza mirare a un risultato.

Sì, a causa dell'ignoranza,
le attività che mirano a un risultato
sono le più numerose.

Se la gente sapesse
che niente può accadere
se l'universo non lo fa accadere,
otterrebbe molto di più,
con un impiego di energie molto minore.

[…]

Il mondo reale
è al di là della comprensione mentale,
noi lo vediamo attraverso la RETE dei desideri,
diviso tra piacere e dolore,
giusto e sbagliato, interiore ed esterno.

Per vedere l'universo quale è,
devi andare oltre la RETE.
Non è difficile perché la rete è piena di buchi.

VISITATORE:
Che cosa intendete per "buchi"?
E dove li trovo?

Osserva la RETE
e le sue molteplici contraddizioni.
Sei tu che fai e disfi ad ogni passo.

Vuoi pace, amore e felicità
ma fai di tutto per creare dolore, odio e guerra.
Vuoi la longevità e mangi troppo,
vuoi l'amicizia e non esiti a sfruttare il prossimo.

Questa è la RETE di contraddizioni
in cui sei impigliato, guardale e rimuovile.
Il solo fatto di osservarle, le farà sparire.

5° Conversazione

Ciò che nasce deve morire

(15 maggio 1970)

[…]

VISITATORE:
Che cos'è la morte?

È il cambiamento del processo vitale
in un determinato corpo.

Finisce l'integrazione
e inizia la disintegrazione.

VISITATORE:
E colui che conosce?
Svanisce con la scomparsa del corpo?

Colui che conosce il corpo,
appare alla nascita
e scompare al momento della morte.

VISITATORE:
E non rimane niente?

Rimane la vita.

La coscienza ha bisogno di un veicolo
e di uno strumento per manifestarsi.

Quando la vita produce un altro corpo,
nasce un altro conoscitore.

VISITATORE:
C'è un nesso causale,
nella successione tra un corpo-conoscitore
o corpo-mente e l'altro?

Sì, c'è qualcosa
che si può definire "corpo di memoria"
una registrazione di tutto ciò
che è stato pensato, voluto e fatto.

È come una nuvola
costituita da immagini messe insieme.

VISITATORE:
E come spiegate la sensazione
di vivere un'esistenza separata?

È il riflesso della realtà, che è unica,
su un corpo separato.

[…]

Nella morte muore soltanto il corpo.

La vita, la COSCIENZA e la realtà non muoiono,
anzi la vita non è mai così viva
come lo è dopo la morte.

VISITATORE:
Ma si rinasce?

Ciò che nasce, deve morire.
Solamente il non-nato è immortale.

Vai alla ricerca di quella cosa
che non dorme e non si sveglia mai,
il cui pallido riflesso
è il nostro senso dell'IO.

VISITATORE:
E come faccio a trovarla?

Come fai a trovare qualcosa?

Dedicandoci il cuore e la mente,
devi avere interesse per quella cosa
e tenerla fermamente presente.

Ricordare ciò che è necessario ricordare
è il segreto del successo.

Ci arrivi con la SERIETÀ.

VISITATORE:
Vuoi dire che basta solo la volontà di trovarla?
C'è sicuramente bisogno
sia delle capacità, sia delle opportunità.

Queste verranno con la serietà.

La cosa più importante in assoluto,
è essere liberi dalle CONTRADDIZIONI.

La meta e la via
non devono stare su livelli differenti.

La vita e la luce
non devono entrare in contrasto.

Il comportamento
non deve discordare dalla fede.

Chiamala onestà, integrità, rettitudine.

Non devi indietreggiare, disfare, sradicare,
abbandonare il terreno conquistato.

La tenacia nello scopo e l'onestà della ricerca
ti porteranno alla meta.

VISITATORE:
Tenacia e onestà sono grandi doti certo,
ma in me non ne vedo traccia!

Tutto verrà, man mano che procedi,
fai il primo passo.

Le benedizioni vengono da dentro,
voltati all'interno.

L'IO SONO lo conosci,
stai con esso tutto il tempo che puoi,
finché ti diventerà naturale.

Non c'è una via più semplice
e migliore di questa.

6° Conversazione

Meditazione

(16 maggio 1970)

VISITATORE:
Tutti i maestri consigliano di meditare.
Qual è lo scopo della meditazione?

Conosciamo il mondo esterno
fatto di sensazioni e azioni,

ma sappiamo ben poco
del nostro mondo interiore
di pensieri e sentimenti.

Il primo scopo della meditazione
è diventare coscienti della nostra vita interiore
e di entrare in intimità con essa.

Il fine ultimo
è raggiungere la sorgente della vita
e della coscienza.

La pratica della meditazione
influisce profondamente sul carattere.

Siamo schiavi di ciò che non conosciamo,
ma padroni di ciò che conosciamo.

Ogni volta che scopriamo in noi stessi
vizi o debolezze
e ne comprendiamo le cause e i meccanismi,

li superiamo per il semplice fatto
di averli riconosciuti.

L'inconscio si dissolve
quando è portato a livello della coscienza.

La dissoluzione dell'inconscio sprigiona energia,
la mente si sente adeguata e si calma.

VISITATORE:
A cosa serve una mente calma?

Quando la mente è calma,
riusciamo a riconoscerci come puri testimoni.

Ci distacchiamo dall'esperienza e da chi la fa,
e ce ne stiamo in disparte
nella pura consapevolezza,
che è nel mezzo e al di là di entrambi.

La personalità che si basa
sull'auto-identificazione,
che ci fa immaginare
di essere "questo" o "quello",

continua a funzionare,
ma solo come parte del mondo oggettivo.

Ciò che si interrompe
è l'identificazione col testimone.

[…]

VISITATORE:
Lo scopo della meditazione
non è quello di fermare le energie ai livelli superiori?

Non è tanto una questione di livelli,
quanto di qualità (GUNA).

La meditazione è un'attività SATTVICA,
e mira alla completa eliminazione
del TAMAS (passività)
e del RAJAS (passionalità).

Il SATTVA (armonia) è perfetta libertà
dall'indolenza e dall'irrequietezza.

VISITATORE:
Come rafforzare e purificare il SATTVA?

Il SATTVA è sempre puro e forte.
È come il sole,

può sembrare oscurato da nuvole e nebbia,
ma solo dal punto di vista di chi l'osserva.

Occupati delle cause dell'oscuramento,
non del sole.

VISITATORE:
A cosa serve il SATTVA?

A cosa servono la verità, la bontà,
l'armonia e la bellezza?

Sono fine a sé stesse.

Si manifestano spontaneamente e senza sforzo,
quando le cose sono lasciate libere
senza interferenze

e non vengono evitate, volute o concettualizzate
ma semplicemente percepite
in piena consapevolezza.

Questa consapevolezza è il SATTVA,
che non si serve di cose o persone,
ma le porta a compimento.

VISITATORE:
Dato che non posso migliorare il SATTVA,
devo occuparmi esclusivamente
del TAMAS e del RAJAS?
E come me ne occupo?

Osservando la loro influenza
su di te e dentro di te.

Sii consapevole dei loro meccanismi,
osserva come influenzano i tuoi pensieri,
parole e azioni.

Gradualmente,
la presa che avranno su di te
si allenterà ed emergerà
la luce del SATTVA.

Non è un'impresa difficile
o di lunga durata.

La SERIETÀ
è l'unica condizione per riuscirci.

7° Conversazione

La mente

(20 maggio 1976)

[…]

Ciò che ha un inizio o una fine
è soltanto apparenza.

Del mondo si può dire che appare,
ma non che è.

L'apparizione può durare molto a lungo
secondo una determinata scala temporale
e molto poco secondo un’altra,
ma alla fine il risultato è lo stesso.

Tutto ciò che è legato al tempo
è momentaneo e irreale.

VISITATORE:
Di certo voi vedete il mondo intorno a voi,
se come sembra,
vi comportate in modo assolutamente normale.

È a te che sembra così.

Ciò che nel tuo caso
occupa l'intero campo della coscienza,
nel mio è soltanto un puntino.

Il mondo dura ma solo un momento.

È la tua memoria
a farti pensare che è continuo.

Io invece non vivo di ricordi,
io vedo il mondo così com'è,
una momentanea apparizione
nella coscienza.

[…]

VISITATORE:
Come fate a sapere che siete nello stato supremo?

Perché ci sono.
È l'unico stato naturale.

VISITATORE:
Potete descriverlo?

Solo per negazione.

Come non causato, indipendente,
non collegato, indiviso, non composto,

incrollabile, indiscutibile,
irraggiungibile attraverso lo sforzo.

Ogni definizione al positivo
proviene dalla memoria e perciò è inapplicabile.

Eppure,
il mio stato è assolutamente vero
e dunque possibile,
realizzabile e raggiungibile.

[…]

Io sono nel mio stato (*Swarupa*),
perennemente nel PRESENTE.

Passato e futuro
sono solo nella mente,
IO SONO ADESSO.

VISITATORE:
Anche il mondo è adesso.

Quale mondo?

VISITATORE:
Il mondo intorno a noi.

Tu hai in mente il tuo mondo, non il mio.

[…]

Il mio mondo è reale, vero,
lo percepisco così come è,

mentre il tuo appare e scompare
a seconda del tuo stato mentale.

Il tuo mondo è qualcosa di estraneo
e ne hai paura.

Il mio mondo è me stesso.
Io sono a casa.

[…]

Il tuo mondo è mentale, soggettivo,
racchiuso nella mente,

frammentario, temporaneo, personale,
attaccato al filo della memoria.

VISITATORE:
Anche il vostro è così?

Oh, no...
Io vivo in un mondo di realtà
mentre le tue realtà sono immaginarie.

Il tuo mondo è personale, privato,
non condivisibile, intimamente tuo,

nessuno può entrarci, vederlo come lo vedi tu,
sentirlo come lo senti tu, provare le tue emozioni
e pensare i tuoi pensieri.

Nel tuo mondo, sei veramente solo,

intrappolato nel tuo sogno
che cambia in continuazione
e che tu scambi per la vita.

Il mio è un mondo aperto,
comune e accessibile a tutti.

Nel mio mondo c'è comunione,
introspezione, amore, qualità vera.

L'individuale è il totale,
la totalità è nell'individuo.

Tutti sono UNO e l'UNO è tutti.

VISITATORE:
Il vostro mondo è pieno di cose e persone
come il nostro?

No, è pieno di me.

VISITATORE:
Ma voi vedete e ascoltate come noi?

Si, in apparenza sento, vedo, parlo e agisco
ma per me sono solo le cose che accadono,
come per te la digestione o la sudorazione.

Se ne prende cura
la macchina del corpo-mente
e me ne lascia fuori.

Come tu non hai bisogno
di preoccuparti della crescita dei capelli,
così io non devo occuparmi
delle parole e delle azioni.

Semplicemente accadono
e mi lasciano indisturbato.

Perché nel mio mondo
non c'è mai niente di sbagliato.

8° Conversazione

Il SÉ è al di là della mente

(30 maggio 1970)

VISITATORE:
Da bambino ho provato abbastanza spesso
stati di felicità che sfioravano l'estasi,
poi sono passati,
ma da quando sono venuto in india sono riaffiorati,
specialmente dopo avervi incontrato.
Eppure, per quanto siano meravigliosi
non sono duraturi, vanno e vengono
e non so mai quando torneranno.

Come può esserci qualcosa di stabile
in una mente che è la prima a non esserlo?

VISITATORE:
Come posso renderla stabile?

Come fa una mente instabile a rendersi stabile?
È ovvio che non può.

La natura della mente è quella di vagabondare
da una parte all'altra.

L'unica cosa che puoi fare
è spostare l'attenzione della coscienza
al di là della mente.

VISITATORE:
E come faccio?

Rifiuta tutti i pensieri tranne uno,
il pensiero "IO SONO".

All'inizio la mente si ribellerà,
ma poi se avrai pazienza e perseveranza,
cederà e si manterrà calma.

Quando sarai calmo,
tutto comincerà ad accadere spontaneamente
in modo naturale,
senza alcuna interferenza da parte tua.

[…]

VISTATORE:
Ma io voglio essere felice!

Non è possibile trovare la vera felicità,
in cose che cambiano e passano.

Piacere e dolore
si alternano inesorabilmente.

La felicità viene dal SÉ (swarupa)
e puoi trovarla solo nel SÉ.

Scopri il tuo vero SÉ, trovalo dentro di te
e tutto il resto verrà di conseguenza.

VISITATORE:
Se il mio vero essere, il SÉ che è in me,
è pace e amore, perché è così irrequieto?

Non è irrequieto il tuo vero essere,
è il suo riflesso nella mente che appare irrequieto,
perché la mente è irrequieta.

È come il riflesso della luna
sull'acqua increspata dal vento.

Il vento del desiderio agita la mente,
e il "me" che è solo un riflesso del SÉ nella mente
appare incostante.

Ma le idee di movimento e di irrequietezza,
di piacere e di dolore, sono tutte nella mente.

Il SÉ è al di là della mente,
consapevole ma non coinvolto.

VISITATORE:
Come lo raggiungo?

Tu sei il SÉ, qui e ora,
lascia perdere la mente.

Sii consapevole e non coinvolto

e realizzerai che rimanere attento ma distaccato
mentre osservi gli avvenimenti che vanno e vengono,
è un aspetto della tua vera natura.

[…]

VISITATORE:
Mi sento irrequieto, come posso trovare pace?

A cosa ti serve la pace?

VISITATORE:
A essere felice.

Non sei felice adesso?

VISITATORE:
No.

Cosa ti rende infelice?

VISITATORE:
Ho ciò che non voglio e voglio ciò che non ho.

Perché non fai il contrario?

Tieni a ciò che hai,
e non curarti di ciò che non hai.

VISITATORE:
Io voglio il piacere e non il dolore.

[…]

Guidato dalla memoria,
hai tentato di inseguire il piacere
e di evitare il dolore.
Ci sei riuscito?

VISITATORE:
No, affatto.
Il piacere non dura e il dolore ritorna.

Quale dolore?

VISITATORE:
Il desiderio del piacere e la paura del dolore
sono entrambi due stati che provocano tormento.
Può esserci un piacere inalterabile?

Ogni piacere, fisico o mentale,
ha bisogno di un mezzo,

sia i mezzi fisici che quelli mentali
sono materiali, si logorano e si esauriscono.

Il piacere che arrecano è necessariamente limitato
quanto a intensità e durata.

Il dolore sta alla base di tutti i tuoi piaceri,
e tu li desideri perché soffri.

D'altra parte,
la ricerca stessa del piacere è fonte di dolore.

È un circolo vizioso.

VISITATORE:
Riesco a vedere il meccanismo
della mia confusione,
ma non so come uscirne.

Il fatto stesso di esaminare il meccanismo
ti mostra la via d'uscita,

dopotutto la CONFUSIONE è solo nella tua mente

che finora non si è mai ribellata alla confusione
e non l'ha mai tenuta in pugno.

Si è ribellata soltanto al dolore.

VISITATORE:
Quindi sono destinato a restare confuso?

Sii attento, osserva, indaga,
impara tutto ciò che puoi sulla CONFUSIONE,

studiane i meccanismi e guarda
che effetti ha su di te e sugli altri.

Quando hai ben chiaro cos'è la confusione,
te ne sei liberato.

[…]

VISITATORE:
Desidero fortemente la permanenza
ma non la trovo da nessuna parte.

Ma tu, tu stesso,
non sei permanente?

VISITATORE:
Io sono nato e morirò.

Puoi dire per certo
che non c'eri prima di essere nato?

E quando sarai morto, potrai dire:
"Adesso non ci sono più"?

[…]

La permanenza è soltanto un'idea
prodotta dal tempo,
il quale a sua volta dipende dalla memoria.

Per permanenza tu intendi
una memoria infallibile, in un tempo infinito.

Vuoi rendere eterna la mente,
il che è impossibile.

VISITATORE:
Allora che cosa è eterno?

Ciò che non cambia nel tempo.

Non puoi rendere eterna
una cosa transitoria,
soltanto l'immutabile è eterno.

VISITATORE:
Il senso generale di quello che dite, lo afferro,
ma non aspiro a una conoscenza maggiore,
voglio soltanto la pace.

Puoi avere tutta la pace che vuoi,
basta che tu la chieda.

VISITATORE:
Ma la sto chiedendo!

Devi chiederla con tutto il cuore,
e vivere una VITA INTEGRA.

VISITATORE:
In che modo?

Distaccati da tutto ciò
che rende irrequieta la mente.

Rinuncia a tutto ciò
che ostacola la pace mentale.
Se vuoi la pace, meritala.

VISITATORE:
Di sicuro, tutti la meritano!

Solo chi non la disturba.

VISITATORE:
In che modo disturbo la pace?

Essendo schiavo dei tuoi desideri
e delle tue paure.

VISITATORE:
Anche quando sono giustificati?

Le reazioni emotive
nate dall'ignoranza o dalla disattenzione
non sono mai giustificate.

Cerca di avere una mente chiara
e un cuore puro.

Ti basta rimanere tranquillamente attento
mentre indaghi sulla tua vera natura.

Questa è l'unica via che porta alla pace.

9° Conversazione

Le risposte della memoria

(2 giugno 1970)

[…]

Il mondo che riesci a percepire
è davvero molto piccolo e del tutto personale.

Prendilo come un sogno e passaci sopra.

VISITATORE:
Come posso considerarlo un sogno?
Un sogno non dura.

E quanto durerà il tuo piccolo mondo privato?

VISITATORE:
Dopotutto, il mio piccolo mondo
è pur sempre una parte di quello totale.

L'idea di un mondo totale
non fa forse parte del tuo mondo personale?

[…]

VISITATORE:
Ammetto che il mondo in cui vivo
è soggettivo e parziale.
Ma voi, in che mondo vivete?

Il mio mondo è esattamente come il tuo.
Io vedo, ascolto, sento, penso, parlo e agisco
in un mondo che percepisco proprio come te.

Ma per te è tutto, per me è quasi niente.

Sapendo che il mondo è una parte di me,
non gli presto più attenzione
di quanta tu ne dia al cibo che hai mangiato,

mentre lo prepari e quando lo mastichi
è separato da te e ce l'hai in mente,
ma quando l'hai ingoiato non ci pensi più.

Io ho ingoiato il mondo,
e non ho più bisogno di pensarci.

VISITATORE:
E non diventate completamente irresponsabile?

Come potrei?

Come posso far del male
a ciò che è tutt'uno con me?

Al contrario, se non penso al mondo,
tutto ciò che faccio gli è di beneficio.

Come il corpo si regola da solo
senza rendersene conto,

così io sono incessantemente attivo
nel regolare il mondo.

VISITATORE:
Tuttavia, siete consapevole
dell'immane sofferenza del mondo?

Certo che lo sono,
e molto più di te.

VISITATORE:
E allora cosa fate?

Lo guardo con gli occhi di Dio
e trovo che tutto va bene.

VISITATORE:
Come potete dire che tutto va bene?
E le guerre, lo sfruttamento,
il conflitto perenne tra stato e cittadino?

Tutte queste sofferenze
sono create dall'uomo,
e sta all'uomo porvi fine.

Dio aiuta l'uomo
mettendolo di fronte ai risultati delle sue azioni
e chiedendogli che l'equilibrio venga ristabilito.

Quella del karma
è una legge che opera per la giustizia,
è la mano guaritrice di Dio.

10° Conversazione

Il Testimone

(6 giugno 1970)

VISITATORE:
Ho tanti desideri e ci tengo a soddisfarli.
Come posso ottenere ciò che voglio?

Sei sicuro di meritare ciò che desideri?

In un modo o nell'altro,
devi impegnarti per soddisfare i tuoi desideri.

Mettici energia e attendi i risultati.

VISITATORE:
Da dove prendo l'energia?

Il desiderio stesso è energia.

VISITATORE:
Allora, perché non tutti i desideri vengono soddisfatti?

Forse non erano abbastanza intensi e costanti.

VISITATORE:
Il mio problema è questo.
Voglio le cose, ma sono pigro
quando si tratta di agire.

Quando il desiderio non è ben definito e intenso,
non riesce a prendere forma.

Inoltre, se i tuoi desideri sono personali,
per il tuo appagamento,

l'energia che ci metti è necessariamente limitata.
Non può essere più di quella che hai.

VISITATORE:
Eppure, le persone comuni
ottengono spesso ciò che desiderano.

Si, ma solo dopo averlo desiderato
fortemente e a lungo,

e anche in quel caso il risultato è limitato.

VISITATORE:
E i desideri non egoistici?

Quando desideri il bene comune,
tutto il mondo lo desidera con te.

Fai tuo il desiderio dell'umanità e agisci per esso,
in quel senso non puoi fallire.

[…]

Pensa con chiarezza e profondità,
penetra nell'intera struttura dei tuoi desideri
e delle loro ramificazioni.

Sono una delle parti più importanti
del tuo comportamento mentale ed emotivo,
e influenzano profondamente le tue azioni.

Ricorda, non puoi abbandonare
ciò che non conosci.

Per andare oltre te stesso,
devi conoscerti.

VISITATORE:
Che cosa significa conoscere me stesso?
Una volta che mi conosco,
cosa vengo a conoscere esattamente?

Tutto ciò che non sei.

VISITATORE:
E non quello che sono?

Ciò che sei, lo sei già.

Quando conosci ciò che non sei,
te ne liberi e rimani nel tuo stato naturale.
Accade tutto spontaneamente
e senza sforzo.

VISITATORE:
E che cosa scopro?

Scopri che non c'è niente da scoprire.

Tu sei ciò che sei, e questo è tutto.

VISITATORE:
Ma alla fine, chi sono IO?

L'ultima negazione,
di tutto ciò che non sei.

VISITATORE:
Non capisco...

È la tua idea fissa
di dover essere "questo o quello",

"qualcuno o qualcosa",
che ti acceca.

VISITATORE:
Come mi libero di questa idea?

Se hai fiducia in me,
credimi quando ti dico
che sei la pura CONSAPEVOLEZZA

che illumina la COSCIENZA
e il suo contenuto infinito.

Realizza questo e vivi di conseguenza.

Se non mi credi,
indaga dentro di te e chiediti:

CHI SONO IO?

Oppure fissa la mente
sull'IO SONO,
che è puro e semplice ESSERE.

VISITATORE:
Da cosa dipende la mia fiducia in voi?

Dalla tua capacità
di penetrare nel cuore degli altri.

Se non sai leggere nel mio,
guarda nel tuo.

VISITATORE:
Non riesco a fare né una cosa, né l'altra.

PURIFICATI
vivendo una vita equilibrata e utile.
Osserva attentamente
i tuoi pensieri e i sentimenti,
le parole e le azioni,

questo chiarirà la tua visione.

VISITATORE:
Devo prima rinunciare a tutto
e condurre una vita errante?

Non puoi rinunciare.
Potresti abbandonare casa
e mettere in difficoltà la tua famiglia,

ma gli attaccamenti sono nella mente,
e non ti lasceranno
finché non conoscerai la tua mente
in ogni dettaglio.

Per prima cosa conosci te stesso,
tutto il resto seguirà.

[…]

VISITATORE:
Bene, mi avete detto che sono la realtà suprema
e vi credo. Che mi resta da fare?

Te l'ho già detto.
Scopri tutto ciò che non sei.
Corpo, sentimenti, pensieri, idee, tempo,
spazio, essere e non-essere,
"questo" o "quello".

Tu non sei niente di concreto o astratto
che puoi indicare.

Affermarlo soltanto a parole non serve.

Potresti ripetere la formula all'infinito,
senza ottenere mai alcun risultato.

Devi osservare te stesso in continuazione,

in particolare, la mente
attimo per attimo,
senza lasciarti sfuggire nulla.

Questa testimonianza è essenziale,
per separare CIÒ CHE SEI
da CIÒ CHE NON SEI.

[…]

Vai dentro di te, verso l'interiorità
e scopri COSA NON SEI.

Nient'altro ha importanza.

11° Conversazione

Consapevolezza e coscienza

(10 giugno 1970)

VISITATORE:
Cosa fate nel sonno?

Sono consapevole di dormire.

VISITATORE:
Ma il sonno non è uno stato di incoscienza?

Si, sono consapevole di non essere cosciente.

VISITATORE:
E quando siete sveglio o sognate?

Sono consapevole di essere sveglio o di sognare.

VISITATORE:
Non capisco, vorrei precisare i miei termini.
Per "stato di sonno", intendo non essere coscienti,
per "stato di veglia", l'essere coscienti,
per "stato di sogno", l'essere "coscienti
della propria mente, ma non dell'ambiente esterno.

Per me è quasi lo stesso,
con una sola differenza.

In ognuno dei tre stati,
tu dimentichi gli altri due,

mentre per me c'è un solo stato,
che include e trascende i tre stati mentali

della veglia, del sogno e del sonno.

[…]

VISITATORE:
Tornando alla questione del sogno,
voi sognate?

Certamente.

VISITATORE:
Che cosa sono i vostri sogni?

Echi dello stato di veglia.

VISITATORE:
E il vostro sonno profondo?

La coscienza cerebrale è sospesa.

VISITATORE:
Allora non siete cosciente?

Ignoro ciò che è intorno, questo sì.

VISITATORE:
Lo ignorate del tutto?

Resto consapevole di non essere cosciente.

VISITATORE:
Voi usate i termini "consapevole" e "cosciente",
ma non significano la stessa cosa?

La CONSAPEVOLEZZA è primordiale,
è lo stato originale, senza inizio, senza fine,
non causato, non sostenuto,
indiviso e immutabile.

La COSCIENZA è per contatto,
è il riflesso su una superficie,
uno stato di dualità.

Non può esserci COSCIENZA
senza CONSAPEVOLEZZA,

ma può esserci CONSAPEVOLEZZA
senza COSCIENZA,
come nel sonno profondo.

La CONSAPEVOLEZZA è assoluta.

la COSCIENZA è relativa al suo contenuto,
la COSCIENZA è sempre coscienza di qualcosa,
è parziale e mutevole.

La CONSAPEVOLEZZA è totale,
immutevole, calma e silenziosa.

È la matrice di ogni esperienza.

VISITATORE:
Come si supera la COSCIENZA
per entrare nella CONSAPEVOLEZZA?

Poiché è la CONSAPEVOLEZZA
che rende possibile la COSCIENZA,

c'è consapevolezza
in ogni stato della coscienza.

Perciò la COSCIENZA stessa di essere coscienti
è già un movimento
verso la CONSAPEVOLEZZA.

La tua ATTENZIONE al flusso della coscienza,
ti porta alla consapevolezza.

Non è uno stato nuovo,

è subito riconosciuto
come lo stato originale e fondamentale,

che è la vita stessa,
ed è anche AMORE e gioia.

VISITATORE:
Dato che la realtà è sempre con noi,
in cosa consiste la realizzazione?

La realizzazione
non è altro che l'opposto dell'ignoranza.

Considerare reale il mondo e irreale il proprio SÉ,
è ignoranza, che è fonte di dolore.

Conoscere il SÉ come l'unica realtà,
e tutto il resto come temporaneo e transitorio
è libertà, pace e gioia.
È molto semplice.

Invece di vedere le cose come le immagini,
impara a vederle come sono.

Quando riuscirai a vedere tutto come è
vedrai anche te stesso per quello che sei.

È come pulire uno specchio.

Lo stesso specchio
che ti mostra il mondo come è
ti mostrerà anche il tuo vero volto.

Il pensiero IO SONO
è il panno per pulire.

Usalo.

12° Conversazione

La persona non è la realtà

(13 giugno 1970)

VISITATORE:
Ci raccontereste come vi siete realizzato?

Ho incontrato il mio maestro a 34 anni
e mi sono realizzato a 37.

VISITATORE:
Cos'è successo? Quale è stato il cambiamento?

Il piacere e il dolore
non hanno più avuto presa su di me.

Mi sono liberato dal desiderio e dalla paura.
Ho scoperto che ero completo
e non mi mancava nulla.

Ho visto che
nell'oceano della pura CONSAPEVOLEZZA,
sulla superficie della COSCIENZA universale,

le innumerevoli onde dei mondi fenomenici
si alzano e si abbassano senza inizio e senza fine.

In quanto COSCIENZA, sono tutte me.
In quanto avvenimenti, sono tutti miei.

C'è un potere misterioso che li governa,
un potere che puoi chiamare CONSAPEVOLEZZA,
SÉ, Vita, DIO o in qualsiasi altro modo.

È il fondamento,
il sostegno ultimo di tutto ciò che è,
proprio come l'oro è la base di tutti i gioielli
ed è una cosa intimamente nostra.

Togli ai gioielli il nome e la forma,
e l'oro diventa evidente.

Liberati dai nomi e dalle forme,
dai desideri e dalle paure che essi comportano.
Che cosa rimane?

VISITATORE:
Il nulla.

Rimane il vuoto.
Ma il vuoto è pieno fino all'orlo.

È l'eterno potenziale,
come la COSCIENZA
è la perenne manifestazione.

[…]

VISITATORE:
E l'immortalità esiste?

L'immortalità
è considerare la vita e la morte
reciprocamente essenziali,

come due aspetti di un'unica esistenza.

Vedere la fine nell'inizio e l'inizio nella fine
è indice di immortalità.

Senza dubbio,
l'immortalità non è continuità.

Solo il mutamento è continuo.
Niente dura.

VISITATORE:
Neanche la consapevolezza?

La CONSAPEVOLEZZA non è nel tempo,
non appartiene al tempo.

Il tempo esiste solo nella COSCIENZA.

Al di là della COSCIENZA,
dove sono il tempo e lo spazio?

VISITATORE:
Nel campo della tua coscienza
c'è anche tuo il corpo?

Certo.
Ma non c'è l'idea di un corpo "mio"
e diverso dagli "altri corpi".

Per me, è un corpo, non il "mio corpo"
è una mente, non la "mia mente".

La mente si prende cura del corpo
e io non ho bisogno di interferire.

Ciò che è necessario
viene fatto in modo normale e naturale.

[…]

È come se vivessi meccanicamente
la vita fisica dello stato di veglia,
reagendo in maniera spontanea e accurata.

VISITATORE:
Questa reazione spontanea
è il risultato della realizzazione o di allenamento?

Di tutte e due.

La DEDIZIONE allo scopo
ti fa vivere una VITA PURA e ordinata,

consacrata alla ricerca della verità,
e alla compassione per il prossimo.

A sua volta la REALIZZAZIONE
rende facile e spontanea la nobiltà della virtù,

rimuovendo per sempre gli ostacoli
costituiti dai desideri, dalle paure
e dalle idee sbagliate.

VISITATORE:
Voi non avete più desideri e paure?

Il mio destino è stato quello
di essere un uomo semplice e comune,
un umile commerciante, poco istruito.

La mia vita è stata ordinaria,
come i desideri e le paure che ho provato.

Quando ho realizzato il mio vero essere,
grazie alla fede nel maestro
e all'obbedienza alle sue parole,

ho abbandonato la mia natura umana,
lasciando che badasse a sé stessa
fino all'esaurimento del suo destino.

Di quando in quando, accade che
una vecchia reazione emotiva o mentale,
riaffiori nella mente,

ma viene subito osservata e abbandonata.

Dopotutto, finché si porta il fardello
di essere una persona fisica,
si è esposti alle sue idiosincrasie e abitudini.

VISITATORE:
Voi temete la morte?

Io sono già morto.

VISITATORE:
In che senso?

Sono morto DUE VOLTE,
non solo al CORPO ma anche alla MENTE.

VISITATORE:
Però non sembrate affatto morto!

Lo dici tu,
come se conoscessi il mio stato meglio di me.

VISITATORE:
Non capisco,
dite di essere senza corpo e senza mente,
ma vi vedo particolarmente vivo e chiaro
nel modo di esprimervi.

Nel cervello e nel corpo
c'è una continua attività
straordinariamente complessa,
ne sei forse cosciente?

No di certo,
eppure, a chi guarda da fuori,
sembra che tutto proceda
intelligentemente e con intenzionalità.

Perché non ammettere
che l'intera vita personale possa sprofondare
ben al di sotto della soglia di coscienza,
e al tempo stesso
procedere in maniera sensata e armonica?

VISITATORE:
È normale?

Che cosa è normale?

La tua vita, ossessionata da desideri e paure,
piena di conflitti e tensioni,
priva di significato e di gioia,
è forse normale?

È normale la percezione acuta che hai del corpo?

Essere lacerati dai sentimenti
e torturati dai pensieri,
è normale?

Un corpo sano e una mente sana
non vengono quasi mai percepiti

solo occasionalmente
tramite il dolore o la sofferenza
richiedono attenzione e introspezione.

E allora,
perché non estendere questo atteggiamento
all'intera vita personale?

Si può agire nel modo giusto,
con risposte appropriate a qualsiasi cosa accada,

senza coinvolgere per forza
la consapevolezza.

Quando l'autocontrollo
diventa una seconda natura,

la consapevolezza si dirige
verso i livelli più profondi
dell'esistenza e dell'azione.

VISITATORE:
Ma così non diventi un automa?

Che male c'è nel rendere automatico
ciò che è abituale e ripetitivo?

È già comunque automatico,

ma quando è anche caotico,
provoca dolore e sofferenza
e pretende attenzione.

Lo scopo di una VITA PURA E ORDINATA
è di liberare l'uomo dalla schiavitù del caos
e dal peso del dolore.

[…]

Una persona ha davvero bisogno
di fare dei piani?

Sarà la vita,
di cui è un'espressione,
a guidarla.

Appena comprendi
che la persona è solo un'ombra della realtà,
e non la realtà stessa,

smetti di affliggerti e preoccuparti.

Accetti di essere guidato dall'interno,
e la vita diventa
un viaggio nell'ignoto.

13° Conversazione

Il SUPREMO, la mente e il corpo

(17 giugno 1970)

VISITATORE:
Da come parlate, si direbbe che non siate
del tutto cosciente di ciò che vi circonda.
A noi invece apparite estremamente attento e attivo.

Non possiamo credere che siate
in una sorta di stato ipnotico,
che non lascia ricordi dentro di sé.

[…]

Dipende da dove si dirige la propria attenzione.

La vostra è diretta verso il mondo,
la mia verso la realtà.

È come la luna di giorno,
che è quasi invisibile quando splende il sole.

Per fare un altro esempio,
osserva come mangi,
finché hai il cibo in bocca ne sei cosciente,
quando l'hai ingoiato non ci fai più caso,

In condizioni normali
la mente dovrebbe rimanere in semplice attesa.

L'attività incessante è uno stato malato.

L'universo funziona da solo,
è questo che so.
Cos'altro avrei bisogno di sapere?

VISITATORE:
Quindi un JANIN (saggio / risvegliato)
sa ciò che sta facendo
solo quando vi rivolge la mente,
altrimenti non fa che agire senza esserne coinvolto?

L'uomo comune
non è cosciente del proprio corpo.

Ne riconosce le sensazioni,
le emozioni e i pensieri, ma anche questi,
non appena sopraggiunge il distacco,

si allontanano dal centro della coscienza,
e avvengono spontaneamente e senza sforzo.

VISITATORE:
Che c'è allora al centro della COSCIENZA?

Ciò a cui non può essere dato nome e forma,
perché è privo di qualità
e al di là della COSCIENZA.

[…]

Il SUPREMO dà esistenza alla mente,
e la mente dà esistenza al corpo.

[…]

Per quanto possa essere lunga,
la vita è solo un momento, un sogno.

[…]

VISITATORE:
Io vi pongo una domanda e voi rispondete.
Siete cosciente della domanda e della risposta?

In realtà, non ascolto e non rispondo.

Nel mondo degli accadimenti
accade una domanda e accade una risposta.

Niente accade a me,
tutto semplicemente accade.

VISITATORE:
E voi ne siete il testimone?

Che significa essere il testimone?
Nient'altro che conoscere.

È piovuto e ora ha smesso.
Non mi sono bagnato,
so che è piovuto ma il fatto non mi ha toccato.

Sono stato semplicemente
il testimone della pioggia.

VISITATORE:
A quanto sembra,
anche l'uomo pienamente realizzato
che ha raggiunto lo stato supremo,
mangia, beve e fa tutto normalmente.
Ma ne è consapevole?

Ciò in cui la COSCIENZA accade
viene chiamato "coscienza eterica".

Tutti gli oggetti della COSCIENZA
formano l'UNIVERSO.

Ma ciò che è al di là
dell'universo e della COSCIENZA
e che li sostiene
è il SUPREMO,

uno stato di assoluta stabilità e silenzio.

Chiunque lo raggiunga,
si dissolve in esso.

È verbalmente e mentalmente inesprimibile

Puoi chiamarlo DIO…
PARA BRAHMAN… o realtà suprema…

ma sono solo definizioni della mente
è uno stato spontaneo e privo di nomi,
contenuti o sforzi,

è oltre l'ESSERE e il NON ESSERE.

VISITATORE:
Ma è uno stato cosciente?

Come l'UNIVERSO è il corpo della MENTE,
così la COSCIENZA è il corpo del SUPREMO.

Non è cosciente
ma fa nascere e produce la coscienza.

[…]

La sola maniera di conoscerlo è esserlo,
la mente non riesce ad afferrarlo.

Per percepirlo e conoscerlo
i sensi e la mente non servono.

[…]

Ci sono due elementi,
la persona e l'osservatore (o testimone).

Quando li vedi come unità e vai oltre
sei nello stato SUPREMO.

Non è percepibile
perché è ciò che rende possibile la percezione.

È al di là dell'essere e del non essere,
non è né lo specchio
né l'immagine nello specchio,

è ciò che è,
la realtà senza tempo,
incredibilmente certa, pura e semplice.

VISITATORE:
Il realizzato (JANIN) è il testimone o il Supremo?

È il SUPREMO, naturalmente,
ma può anche essere visto
come il testimone universale.

VISITATORE:
Ma rimane una persona?

Quando credi di essere una persona,
vedi persone ovunque.

In realtà non ci sono persone,
ma solo trame di ricordi e abitudini.

Al momento della realizzazione, la persona cessa.

Resta l'identità, che non è una persona
perché appartiene alla realtà stessa.

La persona non ha un'esistenza sua propria,
è un riflesso nella mente del testimone,
l'IO SONO.

[…]

VISITATORE:
Il SUPREMO è cosciente?

Né cosciente, né incosciente.
Te lo dico per esperienza.

[…]

La COSCIENZA è molto differenziata
nello stato di veglia,

lo è meno nel sogno
e ancora meno nel sonno profondo.

È omogenea nel quarto stato.

Oltre il quarto stato,
c'è l'inesprimibile realtà monolitica,

la dimora del realizzato (JANIN).

VISITATORE:
Mi sono tagliato una mano e la ferita è guarita.
Ma grazie a quale potere?

Al potere della vita.

VISITATORE:
E che cos'è questo potere?

È la COSCIENZA.

Tutto è della COSCIENZA.

[…]

VISITATORE:
Può esserci la vita senza la COSCIENZA?

No, e neppure la COSCIENZA senza la VITA.

Sono un tutt'uno,
ma in realtà c'è solo il SUPREMO.

Tutto il resto è una questione di nomi e di forme

e finché rimani attaccato all'idea
che esiste soltanto ciò che ha nome e forma

il SUPREMO ti sembrerà non esistente.

Quando capirai
che i nomi e le forme sono vuote apparenze,
prive di qualsiasi contenuto

e che il reale non ha nome e forma,
essendo pura energia di vita e luce della coscienza

sarai in pace,
immerso nel profondo silenzio della realtà.

[…]

Il mondo e la mente sono stati dell'essere,
il SUPREMO non è uno stato,

pervade tutti gli stati,
ma non è uno stato di qualcos'altro.

È totalmente non causato,
indipendente, completo in sé stesso,

oltre il tempo e lo spazio,
la mente e la materia.

VISITATORE:
Quali sono i segni che lo rendono riconoscibile?

È un punto che non lascia tracce,
non c'è niente con cui riconoscerlo,

deve essere colto direttamente,
abbandonando ogni ricerca
di segni e approcci.

Quando avrai messo da parte
i nomi e le forme,
la realtà sarà con te,

non hai bisogno di ricercarla,
la pluralità e la diversità sono solo
un gioco della mente.

La realtà è UNA
ma non è qualcosa che si cerca.

[…]

VISITATORE:
Il silenzio è una qualità della realtà?

Anche il silenzio è della mente.

Qualsiasi stato o condizione
appartiene alla mente.

VISITATORE:
E il Samadhi?

Non far uso della propria COSCIENZA
è SAMADHI,

quando lasci perdere la mente
e non vuoi nulla,
né dal corpo, né dalla mente.

14° Conversazione

Apparenze e realtà

(20 giugno 1970)

VISITATORE:
Hai detto più volte
che gli avvenimenti non hanno cause,
un fatto semplicemente accade senza un motivo.
Per me tutto ha sicuramente una o più cause,
come posso accettare la vostra prospettiva?

Dal punto di vista più elevato,
il mondo non ha cause.

VISITATORE:
Ma qual è la vostra esperienza a riguardo?

Tutto è privo di causa, il mondo non ha cause.

[…]

VISITATORE:
Per me il mondo esiste in un modo o nell'altro
e contiene molte cose.
Di sicuro ognuna deve avere una o più cause.

Una volta che ti sei creato un mondo
nel tempo e nello spazio,
regolato dalla causalità
sei costretto a cercare e trovare le cause di tutto.

[…]

VISITATORE:
A quanto mi sembra, ammetti l'esistenza delle cose
ma al tempo stesso ne neghi la causalità.
È questo che non riesco ad afferrare.
Se accettate l'esistenza delle cose,
perché ne rifiutate le cause?

Io vedo soltanto la COSCIENZA,
e so che ogni cosa non è altro che COSCIENZA,

come tu sai che il film proiettato sullo schermo
è solo luce.

VISITATORE:
Però i movimenti della luce hanno una causa.

La luce non si muove affatto.

Sai benissimo che il movimento
è un effetto illusorio,
una sequenza di intercettazioni e di colori
nella pellicola.

A muoversi è la pellicola,
ossia la MENTE.

VISITATORE:
Questo non significa che il film sia senza causa.
C'è la pellicola, ci sono gli attori con i tecnici,
il regista, il produttore e i vari addetti.
Il mondo è governato dalla causalità.
Tutto è interconnesso.

Certo, tutto è interconnesso,
ed è per questo che tutto ha innumerevoli cause.

L'intero universo contribuisce a creare
anche la più piccola delle cose.

Una cosa è come è
perché il mondo è come è.

Vedi, è come se tu facessi gioielli d'oro,
e io commerciassi in oro puro.

Tra in vari gioielli non c'è rapporto causale,
quando ne fondi uno per farne un altro,
non c'è rapporto causale tra i due,

il fattore comune è l'oro,
ma non puoi dire che ne è la causa
perché da sé non causa niente.

Viene riflesso nella mente come IO SONO

come il nome e la forma
di quel particolare gioiello

ma tutti i gioielli non sono altro che oro,

allo stesso modo,
la realtà rende possibile ogni cosa,

ma niente di ciò che rende una cosa così com'è,
con un nome e una forma,
proviene dalla realtà.

Ma poi,
perché preoccuparsi tanto della causalità?

Che importanza hanno le cause,
se tutto è TRANSITORIO?

Accogli ciò che viene e lascia ciò che va.

A che scopo attaccarsi alle cose
e cercarne le cause?

VISITATORE:
Dal punto di vista relativo,
tutto deve avere una causa.

A che ti serve il punto di vista relativo,
se puoi osservare dal punto di vista assoluto?

Hai forse paura dell'assoluto?

VISITATORE:
Sì, mi mette paura.
Temo di addormentarmi
sulle cosiddette certezze assolute.
Per vivere in maniera normale e accettabile,
gli assoluti non servono.
Quando ti occorre una camicia,
compri la stoffa, vai dal sarto, e così via...

Parli da ignorante.

VISITATORE:
E cosa ne dice il maestro?

C'è solo la luce,
e la luce è tutto.

[…]

VISITATORE:
Da che punto di vista negate la causalità?

[…]

Da quale stato lo stai chiedendo?

VISITATORE:
Dallo stato quotidiano di veglia,
l'unico nel quale può avvenire una discussione
come questa.

Tutti questi problemi
sorgono durante la veglia,
perché tale è la sua natura.

Ma tu non sei sempre in quello stato.

Cosa puoi fare di buono in una condizione
in cui entri ed esci continuamente?

A cosa ti serve sapere
se le cose sono in rapporto causale,
come ti sembra che siano durante lo stato di veglia?

VISITATORE:
Il mondo e lo stato di veglia affiorano
e svaniscono insieme.

Quando la mente è ferma,
assolutamente silenziosa,

lo stato di veglia non c'è più.

[…]

VISITATORE:
Detesto queste generalizzazioni,
e voi siete così incline a farle vostre!

Senza causalità non c'è ordine
né possibilità di agire sensatamente.

Ti sembra possibile conoscere
tutte le cause di ogni avvenimento?

VISITATORE:
Lo so che è impossibile.

Voglio solo sapere se ci sono cause per ogni cosa,
e se le cause possono essere influenzate,
influenzando a loro volta gli avvenimenti.

Per influenzare gli avvenimenti,
non occorre conoscere le cause.

Come sei tortuoso…

Non sei forse tu l'origine
e la fine di ogni avvenimento?

Se vuoi verificarlo,
risali alla fonte originaria.

VISITATORE:
Ogni mattina apro il giornale e leggo con sgomento
che le sofferenze del mondo, la povertà,
l'odio e le guerre continuano e aumentano.

Le mie domande riguardano il dolore come dato di fatto, le sue cause e i possibili rimedi.

La vostra insistenza sulla non causalità
toglie ogni speranza che il mondo possa cambiare.

Sei smarrito perché credi di essere nel mondo,
e non che il mondo sia in te.

Chi è venuto prima, tu o i tuoi genitori?

Immagini di essere nato in un certo tempo e luogo,
di avere un padre e una madre,
un corpo e un nome.

Ecco il tuo peccato, la tua disgrazia.
Certo che puoi cambiare il tuo mondo,
se ti ci impegni. Metticela tutta.

Nessuno te lo impedisce.
Io non ti ho mai scoraggiato.

Cause o non cause,
tu hai fatto questo mondo e tu puoi cambiarlo.

VISITATORE:
Un mondo senza causa
è totalmente fuori dal mio controllo!

No, è il contrario.

È in tuo pieno potere cambiare un mondo
di cui tu sei l'unica fonte
e il solo fondamento.

[…]

VISITATORE:
Io voglio sapere come posso affrontare
le sofferenze del mondo.

Tu le hai create con i desideri e le paure
e tu devi occupartene.

È tutto dovuto al fatto
che hai dimenticato il tuo vero essere

Siccome prendi per vero il film sullo schermo,
ami i personaggi, soffri per loro
e cerchi di salvarli.

Ma le cose non stanno così.

Devi cominciare da te stesso,
non c'è altro modo.

Lavora pure,
non c'è niente di male nell'impegnarsi.

VISITATORE:
Il vostro universo sembra contenere
ogni esperienza possibile.

L'uomo percorre una traiettoria sulla quale
s'imbatte in esperienze piacevoli e spiacevoli,
che lo spingono a indagare e ricercare,
dandogli una maggiore larghezza di vedute
e permettendogli di andare oltre il piccolo mondo,
limitato ed egocentrico che ha creato per sé.

[…]

Scambiare le apparenze per la realtà
è un grave errore che causa ogni disgrazia.

Tu sei la COSCIENZA consapevole,
che pervade ogni cosa,
eterna e infinitamente creativa.

Tutto il resto è legato al tempo e allo spazio.
Non dimenticare ciò che sei.

Nel frattempo, lavora, agisci,
finché non ti sentirai soddisfatto con tutto il cuore.

Azione e conoscenza
dovrebbero andare di pari passo.

[…]

15° Conversazione

IL JANIN

(24 giugno 1970)

[…]

VISITATORE:
Non c'è abbastanza devozione nel mondo.

Tu cerchi continuamente di migliorare il mondo,
credi davvero che il mondo aspetti te
per essere salvato?

VISITATORE:
Non so quanto posso fare per il mondo,
posso solo provarci, vorresti che facessi dell'altro?

C'è un mondo senza di te?
Sai tutto del mondo ma niente di te.

Tu stesso sei lo strumento del tuo lavoro,
non ne hai altri.

Perché non ti curi del tuo strumento
prima di pensare al lavoro?

VISITATORE:
Perchè io posso aspettare ma il mondo no.

Ma è proprio non portando avanti
la tua indagine
che fai aspettare il mondo.

[…]

VISITATORE:
Dio governa il mondo e lui lo salverà.

Questo lo pensi tu,
è forse venuto Lui
a dirti che è compito suo, non tuo,
prendersene cura?

VISITATORE:
Perché dovrebbe essere solo compito mio?

Pensaci,
chi altri conosce il mondo in cui vivi?

VISITATORE:
Voi e tutti gli altri lo conoscono.

Te l'ha detto qualcuno
che sta fuori del tuo mondo?

Io e gli altri, nel tuo mondo,
appariamo e scompariamo.

Dipendiamo tutti da te.

VISITATORE:
Non può essere!
Io esisto nel vostro mondo come voi nel mio.

Del mio mondo non hai alcuna prova.

Sei completamente irretito da un mondo
che tu stesso hai creato.

VISITATORE:
Completamente irretito e senza speranza?

Nella prigione del tuo mondo
compare un uomo che ti dice che il mondo
di dolorose contraddizioni da te creato
non ha continuità, né permanenza
e si regge su un equivoco.

Ti esorta a uscirne
nello stesso modo in cui sei entrato.

Sei rinchiuso in prigione
perché hai dimenticato che cosa sei

e ne uscirai conoscendoti
per quello che sei.

VISITATORE:
E quale beneficio ne trarrà il mondo?

Solo quando sei libero dal mondo,
puoi fare qualcosa per salvarlo,

finché ne sei prigioniero
non hai speranze di cambiarlo,

anzi qualunque cosa tu faccia,
aggravi la situazione.

VISITATORE:
Sarà la rettitudine a liberarmi.

Indubbiamente,
la rettitudine ti aiuterà a rendere il mondo
un luogo più confortevole,
quasi felice,

ma a che scopo,
se non è reale e non ha durata?

VISITATORE:
Dio mi aiuterà.

Per aiutarti,
Dio deve sapere che esisti
ma tu e il tuo mondo siete un sogno.

In un sogno puoi soffrire
ma nessuno lo sa.

VISITATORE:
Quindi, tutto il mio domandare,
cercare e studiare, è inutile?

I tuoi sono soltanto gli stiramenti
di un uomo che non ha più voglia di dormire.

Non sono la causa del risveglio
ma i suoi primi segni.

Però smetti di fare domande inutili,
di cui sai già la risposta.

VISITATORE:
E come ottengo una risposta vera?

Facendo una domanda vera.

Non usando le parole,
ma osando vivere
secondo la tua visione dell'esistenza.

Un uomo disposto a morire per la verità,
la otterrà.

[…]

VISITATORE:
Il SUPREMO (DIO / SÉ) è cosciente?

Né cosciente,
né non cosciente.

Non pensarlo in termini di coscienza
o incoscienza.

È la vita,
che contiene e trascende entrambi.

VISITATORE:
La vita è così intelligente,
come potrebbe non essere cosciente?

Tu parli di assenza di coscienza
quando c'è un vuoto di memoria,

in realtà tutto è COSCIENZA.

L'intera vita è cosciente,
e tutto è viva coscienza.

VISITATORE:
Anche i sassi?

Anche i sassi
sono coscienti e vivi.

VISITATORE:
Il mio problema è che tendo a negare l'esistenza
di ciò che non riesco a immaginare.

Sarebbe più saggio
che tu facessi il contrario
e negassi l'esistenza di ciò che immagini.

È l'immaginato a non essere reale.

[…]

16° Conversazione

L’assenza di desideri è la beatitudine suprema

(17 giugno 1970)

VISITATORE:
Ho incontrato molti realizzati, ma mai un liberato.
La liberazione implica anche l’abbandono del corpo?

Che cosa intendi per “realizzazione”
e “liberazione”?

VISITATORE:
Per realizzazione intendo
una meravigliosa esperienza di pace, bontà e bellezza, quando il mondo ha un significato
e si avverte l’unità della materia e dell’essere.

Anche se non è un’esperienza duratura
non può essere dimenticata,
splende nella mente come ricordo e nostalgia.
So di cosa sto parlando
perché ho avuto esperienze simili.

Invece per liberazione
intendo il permanere in quello stato meraviglioso.
Ora mi chiedo se la liberazione
sia compatibile con la sopravvivenza del corpo.

Che cosa non va nel corpo?

VISITATORE:
Il corpo è debole e dura poco.
Crea bisogni e desideri insaziabili.
Limita e fa soffrire.

E allora?
Lascia pure che le espressioni fisiche del corpo siano limitate.

La LIBERAZIONE
è dalle false idee che l’IO si è auto imposto

e non si trova in una particolare esperienza,
per quanto sia sublime.

VISITATORE:
E dura per sempre?

Ogni esperienza è legata al tempo
e non può che essere temporanea,
ciò che inizia deve finire.

VISITATORE:
Quindi la liberazione
non esiste come esperienza permanente?

Al contrario.
Siamo sempre liberi.

Tu sei cosciente di essere
e libero di essere cosciente.

Nessuno può portarti via questa certezza.

[…]

Perché non sposti l'attenzione
dall'esperienza a chi la fa?

e ti rendi pienamente conto
dell'importanza dell'unica vera affermazione
che puoi fare: IO SONO.

VISITATORE:
E come faccio?

Non c'è un modo.
Tieni a mente la sensazione dell'IO SONO,
immergiti in essa
finché la mente e la sensazione
diventeranno una cosa sola.

Dopo ripetuti tentativi, troverai per caso
il giusto equilibrio tra emozione e attenzione,

e la mente si stabilirà con fermezza
nell'IO SONO.

Allora, qualunque cosa penserai, dirai o farai
sorgerà da questo sfondo
di immutabilità e amorevolezza.

VISITATORE:
E voi la chiamate liberazione?

La chiamo normalità.

Perché non stare nell'essere, conoscere e agire
con gioia e senza sforzo?

Perché considerarlo uno stato così eccezionale
da prevedere l'immediata distruzione del corpo?

Che cosa non va col corpo,
da farti supporre che debba morire?

Cambia atteggiamento nei confronti del corpo,
e lascialo perdere.

Non viziarlo e non torturarlo.

Lascia che continui a funzionare
il più delle volte,
al di sotto della soglia di attenzione cosciente.

VISITATORE:
Il ricordo di quelle esperienze meravigliose,
quello stato di grazia, mi perseguita.
Voglio provarle ancora.

Siccome le rivuoi non puoi averle.

La tensione del desiderio ti impedisce
ogni esperienza più profonda.

Niente di importante può accadere
a una mente che sa esattamente
ciò che vuole.

Perché niente di ciò che immagina e desidera,
ha grande valore.

VISITATORE:
Allora, che cosa vale la pena di volere?

Il massimo.
La felicità più elevata, la libertà assoluta.

L'ASSENZA DI DESIDERIO
è la beatitudine suprema.

VISITATORE:
Non voglio la libertà dai desideri,
ma la libertà di soddisfarli.

Sei libero di soddisfarli.
In realtà non fai altro.

VISITATORE:
Ci provo, ma gli ostacoli mi lasciano frustrato.

Superali.

VISITATORE:
Non ci riesco, sono troppo debole.

Cosa ti rende debole?
Che cos'è la debolezza?

Se gli altri soddisfano i loro desideri,
perché tu non dovresti?

VISITATORE:
Forse mi manca l’energia.

E che ne è stato della tua energia?
Dov’è andata a finire?

L'hai forse dissipata tra tanti desideri
e ricerche contradditorie?

L’energia che hai a disposizione
non è inesauribile.

VISITATORE:
Perché no?

Perché I tuoi scopi sono piccoli e meschini.
Non puntano al massimo.

Solo l'energia di Dio è infinita,
perché egli non vuole niente per sé.

Sii come Lui
e tutti i tuoi desideri saranno esauditi.

Più elevati saranno i tuoi scopi
e vasti i desideri,
maggiore sarà l’energia che avrai a disposizione
per soddisfarli.

Desidera il bene di tutti e l’universo sarà con te.

Ma se aspiri al tuo piacere personale
dovrai guadagnartelo con grande difficoltà.

Prima di nutrire un desiderio,
meritalo.

[…]

VISITATORE:
Studio filosofia, sociologia
e scienze dell'educazione.
Penso di aver bisogno di un maggiore sviluppo
mentale prima di poter sperare nella Realizzazione.
Sono sulla giusta via?

Per guadagnarsi da vivere
c’è bisogno di qualche specializzazione,

non c’è dubbio che l’istruzione
migliori le capacità mentali

ma se passi la vita ad accumulare nozioni,
costruisci un muro attorno a te.

Per trascendere la mente non è necessario
sovraccaricarla di conoscenza.

VISITATORE:
Allora cosa devo fare?

Non credere alla mente e vai oltre.

VISITATORE:
Cosa troverò oltre la mente?

L'esperienza diretta di essere,
conoscere e amare.

VISITATORE:
Come si trascende la mente, come si va oltre?

I punti di partenza sono tanti,
ma portano tutti alla stessa meta.

Puoi iniziare dall'agire in maniera disinteressata
rinunciando ai frutti dell'azione,

poi abbandonare ogni pensiero
ed infine abbandonare ogni desiderio.

Il fattore chiave è l'ABBANDONO (Tyaga).

Altrimenti puoi ignorare
qualsiasi cosa ti capiti di desiderare, pensare o fare.

concentrandoti sul pensiero IO SONO
tenendolo fisso in mente,
qualunque esperienza ti capiti di fare.

Rimani saldamente consapevole del fatto
che tutto ciò che può essere percepito
è transitorio
e che solo l'IO SONO è permanente.

VISITATORE:
Non posso dedicare la vita intera a pratiche del genere. Ho i miei doveri da compiere.

Fai il tuo dovere, ci mancherebbe altro.

A vincolarti non sarà di certo l'azione,

sempre che non ti coinvolga emotivamente,
che sia a fin di bene
e che non causi sofferenze.

Puoi essere impegnato in più direzioni
e fare con entusiasmo vari lavori,

rimanendo però interiormente libero e calmo,
con una mente simile a uno specchio
che riflette tutto
senza esserne influenzato.

VISITATORE:
È mai realizzabile uno stato simile?

Se non lo fosse, non ne parlerei.
Perché dovrei perdere tempo in fantasie?

[…]

VISITATORE:
Tutti citano le Scritture.

Chi conosce soltanto le Scritture
non sa niente.

Conoscere vuol dire essere.

Io so di che cosa sto parlando,
non è che l'ho letto o l'ho sentito dire.

VISITATORE:
Sto studiando sanscrito
con un docente universitario, ma in realtà
non faccio altro che leggere le scritture.
Invece la mia ricerca ha come obiettivo
la realizzazione e sono venuto qui
in cerca della guida di cui ho bisogno.
Avreste la gentilezza di dirmi che cosa devo fare?

Se hai letto le scritture perché me lo chiedi?

VISITATORE:
Le scritture forniscono le indicazioni generali,
ma io ho bisogno di istruzioni individuali.

Il vero maestro (Sadguru)
è il tuo SÉ,

il maestro esterno (Guru)
è solamente una pietra miliare.

Solo il maestro interiore ti porterà alla meta,
perché lui è la meta.

VISITATORE:
Non è facile raggiungere il maestro interiore.

Dato che è in te e con te,
non dovrebbe essere difficile.

Guardati dentro e lo troverai.

VISITATORE:
Se guardo dentro, trovo sensazioni e percezioni,
pensieri e sentimenti, desideri e paure,
ricordi e aspettative.
Sono avvolto in questa nuvola
e non vedo NIENTE.

Colui che vede tutto questo
e anche il NIENTE
è il maestro interiore.

Lui solo è,
tutto il resto appare.

È l'aspetto più essenziale di te (swarupa),
la tua speranza e garanzia di libertà.

Trovalo, tienilo stretto e sarai salvo.

[…]

VISITATORE:
A cosa serve la conoscenza di SÈ?

Ti aiuta a capire ciò che non sei

e ti libera dalla falsità delle idee,
dei desideri e delle azioni.

VISITATORE:
Se io sono soltanto il testimone,
che differenza c'è tra giusto e sbagliato,
tra fare bene o fare male?

Ciò che ti aiuta a conoscere te stesso è giusto,
ciò che te lo impedisce è sbagliato.

Conoscere il vero SÉ è beatitudine,
dimenticarlo è dolore.

VISITATORE:
Il testimone-coscienza è il vero SÉ?

No, è il riflesso del SÉ nella mente,
Il vero SÉ è al di là.

Il TESTIMONE è la PORTA che ti serve
per passare oltre.

VISITATORE:
Qual è lo scopo della MEDITAZIONE?

Vedere il falso come falso
è MEDITAZIONE.

È un modo di vedere
che non dovrebbe mai interrompersi.

VISITATORE:
Ci dicono di meditare con regolarità.

Meditare vuol dire imparare
con una pratica quotidiana e attenta,

a discriminare tra il vero e il falso
e a rinunciare al falso.

Esistono vari metodi di MEDITAZIONE
dai quali puoi iniziare
ma alla fine si fondono tutti insieme.

VISITATORE:
Diteci, per favore, qual è la via più breve
che porta alla auto-realizzazione?

Nessuna via è lunga o breve,
la questione è che c'è chi è più serio
e chi lo è meno.

Posso raccontarti di me.

Ero una persona qualunque
ma ho dato fiducia al mio guru.

Ciò che mi ha detto di fare l'ho fatto.

Mi ha detto di concentrarmi sull'IO SONO
e l'ho fatto.

Mi ha detto che sono al di là
di ogni cosa percepibile e concepibile
e gli ho creduto.

Ci ho messo il cuore e l'anima
dedicandoci tutta la mia attenzione
e ogni momento libero,

anche se dovevo mantenere la famiglia
col mio lavoro.

Il risultato della fede e della seria applicazione
è stato che ho realizzato il SÉ (Swarupa)
nel giro di tre anni.

Tu puoi scegliere la via più adatta a te
ma sarà la SERIETÀ
a determinare i tuoi progressi.

VISITATORE:
Hai suggerimenti da darmi?

Stabilisciti fermamente
nella consapevolezza dell'IO SONO,

questo è l'inizio e anche la fine
di ogni tuo tentativo.

17° Conversazione

L’eterno presente

(29 giugno 1970)

[…]

VISITATORE:
Fraintendere sé stessi e il mondo
fa nascere idee e desideri falsi che portano la schiavitù. Quindi è necessario comprendere correttamente chi si è, se ci si vuole liberare dalla schiavitù dell’illusione.

In teoria capisco il meccanismo ma in partica
mi rendo conto che le mie risposte alle situazioni
e le reazioni nei confronti degli altri
sono irrimediabilmente fuori luogo
e con le mie reazioni scorrette
non faccio che accrescere la mia schiavitù.

La vita è troppo veloce per la mia mente lenta e ottusa. Quando capisco è troppo tardi,
e ho già ripetuto i vecchi errori.

Allora, qual è il problema?

VISITATORE:
Vorrei saper reagire alla vita
in modo non solo intelligente ma anche rapido.

Però una reazione non può essere istantanea
se non è del tutto spontanea.
Come si ottiene la spontaneità?

Lo specchio non può fare niente per attirare il sole.

Può soltanto mantenersi pulito.

Non appena la mente è pronta,
il sole ci si riflette.

[…]

VISITATORE:
Ora vi trovate in uno stato di perfezione?

La perfezione
è uno stato della mente quando è pura,

io sono oltre la mente,
qualsiasi sia il suo stato, puro o impuro.

La mia natura è la CONSAPEVOLEZZA,
e in ultima analisi,
io sono al di là dell’essere e del non essere.

VISITATORE:
La meditazione mi aiuterà a raggiungere
la vostra condizione?

Ti aiuterà a trovare i tuoi legami,
ad allentarli fino alla loro eliminazione
e a mollare gli ormeggi.

Quando non avrai più attaccamenti,
avrai fatto la tua parte.

Il resto ti verrà fatto

VISITATORE:
Da chi?

Dallo stesso potere che ti ha portato fin qui,
che ha spinto il tuo cuore a desiderare la verità
e la tua mente a cercarla.
È lo stesso potere che ti tiene in vita.

Puoi chiamarla Vita o SUPREMO.

VISITATORE:
È anche lo stesso potere che mi ucciderà,
a tempo debito?

Eri presente alla tua nascita?

Lo sarai, alla tua morte?

**Scopri chi è sempre presente,
e risolverai il problema della spontaneità
e dell'adeguatezza delle tue reazioni.**

VISITATORE:
La realizzazione dell'eterno presente
e la capacità di reagire in maniera adeguata
e priva di sforzo agli avvenimenti
che cambiano continuamente nel tempo,
sono due questioni distinte e indipendenti l'una
dall'altra, ma sembra che per voi
siano una cosa sola. Perché?

Realizzare l'Eterno
significa essere l'Eterno, il Tutto,
l'universo e tutto ciò che contiene.

Ogni avvenimento è un effetto
e un'espressione del tutto
ed è fondamentalmente in armonia con sé stesso.

Ogni risposta che viene dal Tutto
è necessariamente giusta, naturale,
senza sforzo e istantanea.

Non può essere altrimenti, dato che è giusta.
Se invece è ritardata vuol dire che è sbagliata.

Pensiero, sentimento e azione
devono avvenire simultaneamente
alla situazione che li ha generati.

VISITATORE:
E come ci riesco?

Te l'ho già detto.

Trova colui
che era presente alla tua nascita
e che assisterà alla tua morte.

VISITATORE:
Mio padre e mia madre?

Il tuo Padre-Madre,
la SORGENTE da cui sei venuto.
Per risolvere un problema
devi risalire alla sua origine,

la vera soluzione si ottiene soltanto
facendo dissolvere il problema

nei solventi universali
dell'INDAGINE e del DISTACCO.

18° Conversazione

Per sapere cosa sei, scopri cosa non sei

(1° luglio 1970)

[…]

VISITATORE:
La COSCIENZA sembra essere nel “qui ed ora”,
in un punto preciso del tempo e dello spazio.

Ma voi sostenete che anche la coscienza
è universale, il che la rende senza tempo,
senza spazio e impersonale.
Ma io non riesco a immaginare
una coscienza impersonale.

Per me la coscienza è una persona
che vive nel mondo, lo influenza
e ne viene influenzata.

Perché non indaghi quanto siano reali
la persona e il mondo?

VISITATORE:
Certamente io sono abbastanza reale
da meritare la vostra risposta e sono una persona.

Non mentre dormi.

E nelle ore di veglia,
sei continuamente cosciente di te stesso?

VISITATORE:
No a volte sono distratto o assorto.

Quindi sei cosciente ma non ricordi.

E senza la memoria, chi sei?

VISITATORE:
In questo caso esisto ma non so di esistere.

Forse eri cosciente durante il sonno
ma non lo ricordi.

VISITATORE:
No, non ero cosciente, dormivo.

E come fai a saperlo?
L'unica prova che hai è la tua memoria.
Una prova assai labile, a quanto pare.

VISITATORE:
Ammetto che sono una persona
solo durante la veglia
e non so chi sono fra uno stato e l'altro.

Almeno ora sai di non sapere!

Visto che sostieni
di non avere coscienza negli intervalli
tra una veglia e l’altra,
occupiamoci solo dello stato di veglia.

VISITATORE:
Nei sogni sono la stessa persona.

La differenza sta solo nella continuità.

Se i tuoi sogni fossero uguali e ricorrenti,
portando ogni notte gli stessi ambienti
e le medesime persone,
non sapresti distinguere tra la veglia e il sogno.

Quindi d'ora in poi, parleremo dello stato di veglia,
includendo anche quello di sogno.

Perché tu sia una persona
è essenziale che ci sia un mondo
e che tu sia in rapporto con esso?

VISITATORE:
Si, il mondo e la coscienza del mondo
sono essenziali alla mia esistenza di persona.

Ciò rende la persona parte integrante del mondo,
e il mondo parte integrante della persona.
I due sono un tutt'uno.

VISITATORE:
Senza il mondo, non sarei qui a dirlo.
È perché c'è il mondo che io son qui, e dico che c'è.

O potrebbe essere il contrario.
Il mondo c'è perché ci sei tu.

VISITATORE:
Per me quest'affermazione è priva di senso.

La sua mancanza di senso
può scomparire con l'indagine.

VISITATORE:
Da dove iniziamo?

Io so una sola cosa,
che tutto ciò che dipende
da qualcos'altro
non è reale.

La realtà è intrinsecamente
non dipendente.

Dato che l'esistenza della persona
dipende da quella del mondo
e ne è circoscritta e definita,

la persona non può essere reale.

VISITATORE:
Ma certamente non può essere nemmeno un sogno.

Anche un sogno esiste
quando viene riconosciuto o ricordato.

Ogni cosa che pensi o senti... esiste
ma potrebbe non essere ciò che credi che sia.

Ciò che prendi per una persona,
potrebbe essere qualcosa
di completamente diverso.

VISITATORE:
Io sono quello che so di essere.

Non puoi assolutamente dire
che sei ciò che pensi di essere.

Le idee che hai su di te
cambiano di giorno in giorno,
e da un momento all'altro.

L'immagine che hai di te
è la più mutevole di tutte.

È estremamente vulnerabile,
alla mercé della prima cosa che capita.

Un lutto, la perdita del lavoro, un'offesa
e l'immagine che hai di te,
e che chiami persona,
cambia profondamente.

Per sapere chi sei,
devi prima indagare
e sapere che cosa non sei.

E per saperlo,
devi osservarti attentamente,
e rifiutare tutto ciò che non si addice
al fatto fondamentale:
l'IO SONO.

Le idee del tipo:
sono nato in un determinato tempo e luogo,
dai miei genitori,

e ora sono un uomo di un certo tipo,
abitante in… sposato… padre…
impiegato… e coì via…

non hanno niente a che fare
con l'IO SONO.

Abitualmente pensi:
"Io sono questo",

con perseveranza separa l'IO SONO
dal "questo o quello"

e cerca di intuire e avvertire
che cosa significa
ESSERE SOLTANTO,
senza "questo" o "quello".

Tutte le tue abitudini
vanno contro questa ricerca

e combatterle è un compito lungo
e a volte difficile,

ma una chiara comprensione
ti sarà di grande aiuto.

Più ti è chiaro
che a livello mentale puoi essere descritto
solo in termini negativi,

più rapidamente arriverai
alla fine della tua ricerca

e realizzerai il tuo essere senza limiti.

19° Conversazione

La realtà è nell'oggettività

(4 luglio 1970)

VISITATORE:
Sono una pittrice
e mi guadagno da vivere dipingendo.
La pittura può avere un valore spirituale?

A che cosa pensi, mentre dipingi?

VISITATORE:
Mentre dipingo, sono una sola cosa
con la mia pittura.

E tu che fai?

VISITATORE:
Dipingo.

Non è vero.
Tu vedi che si sta formando un quadro,
il dipingere accade.

Tu non fai altro che osservare.

[…]

La COSCIENZA è il più grande dei pittori.
Il mondo intero è un quadro.

VISITATORE:
Ma voi come vedete il mondo?

Vedo un pittore che dipinge un quadro.

Il quadro lo chiamo “mondo”,
il pittore lo chiamo “Dio”.

Io non sono nessuno dei due.
Non creo e non sono creato.

VISITATORE:
Quando vedo un albero, un volto, un tramonto,
è un quadro perfetto, ma se chiudo gli occhi,
l'immagine che ho in mente è opaca e confusa.

Se è la mente a proiettare il quadro,
perché devo aprire gli occhi per vedere un bel fiore,
mentre ad occhi chiusi l'immagine è vaga?

Perché i tuoi occhi esterni
sono migliori del tuo sguardo interiore
e la tua mente è sempre rivolta all'esterno.

Quando imparerai
a osservare il tuo mondo mentale,
vedrai che è persino più colorato e armonioso
di quello che ti offrono i sensi esterni.

Ovviamente ti servirà un po’ di pratica,
ma perché discuterne?

Tu immagini che il quadro
provenga dal pittore che l'ha dipinto.

Sei sempre in cerca di origini e cause.

La causalità è solo nella mente,
la memoria dà l'illusione della continuità,
e la ripetitività crea l'idea della causalità.

VISITATORE:
Prima avete detto che il mondo è creato da Dio.

Ricorda che il linguaggio
è uno strumento della mente,
è creato dalla mente per la mente.

Se ammetti che c'è una causa,
allora Dio è la causa ultima,
e il mondo ne è il suo l'effetto.

Sono diversi, ma non separati.

VISITATORE:
Alcuni dicono di aver visto Dio.

Quando vedi il mondo, vedi Dio.
Non si può vedere Dio, senza il mondo.

Oltre il mondo,
vedere Dio significa essere Dio.

La luce tramite la quale vedi il mondo, che è Dio,
è la minuscola scintilla dell'IO SONO

apparentemente è molto piccola,
eppure, è la prima e l'ultima
in ogni atto di conoscenza e di amore.

VISITATORE:
Per vedere Dio, devo vedere il mondo?

Non c'è altro modo.
Nessun mondo, nessun Dio.

VISITATORE:
E non rimane altro?

Rimani tu come puro essere

VISITATORE:
E che ne è del mondo e di Dio?

Sono anch'essi puro essere

VISITATORE:
Il puro essere è il SUPREMO?

Puoi chiamarlo anche così.

Le parole contano poco,
visto che non servono a raggiungerlo.

Se ci provano vengono riportate
alla negazione totale.

VISITATORE:
Cosa significa vedere il mondo come Dio?
E come posso vederlo?

È come entrare in una stanza buia.

Non vedi niente, né i colori né i contorni.

Puoi solo andare a tastoni.

Poi si apre una finestra,
e la stanza è inondata di luce.
Tornano le forme e i colori.

È la finestra a dare luce,
ma non ne è la sorgente.

La fonte della luce è il sole.

Analogamente, la materia è come la stanza buia,

la COSCIENZA, ossia la finestra,
inonda la materia di sensazioni e percezioni,

mentre il SUPREMO è il sole,
la fonte della materia e della luce.
Che la finestra sia aperta o chiusa,
il sole splende sempre e comunque.

La differenza è tutta per la stanza,
non per il sole.

Eppure, tutto ciò
è di secondaria importanza rispetto
a quella minuscola particella
chiamata IO SONO.

Senza l'IO SONO non c'è niente.
Ogni conoscenza si riferisce a esso.

Le false idee sull'IO
conducono alla schiavitù,

La giusta conoscenza
porta alla libertà e alla felicità.

VISITATORE:
"Io sono" e "c'è" sono la stessa cosa?

Il primo denota ciò che è interiore;
il secondo, ciò che è fuori.

Entrambi si basano sulla sensazione di essere.

VISITATORE:
Con "sensazione di essere"
intendi l'esperienza di esistere?

Esistere significa essere qualcosa,
un oggetto, un sentimento, un pensiero, un'idea.

Ogni esistenza si riferisce a qualcosa in particolare.

Soltanto l'ESSERE è universale.

Esistenza significa divenire, mutare,
nascere e morire per poi rinascere,

mentre nell'essere
c'è la pace del silenzio.

VISITATORE:
Se creo io il mondo, perché l'ho fatto così brutto?

Ognuno vive in un suo mondo.
Non tutti i mondi
sono egualmente buoni o cattivi.

VISITATORE:
A che si deve la differenza?

La mente che proietta il mondo
lo colora a modo suo.

Quando incontri un uomo per la prima volta,
ti è estraneo.

Quando lo sposi, diventa una parte di te.
Quando ci litighi, diventa un nemico.

È l'atteggiamento della tua mente
a determinare ciò che lui è per te.

VISITATORE:
Ammetto che il mondo sia soggettivo.
Ciò lo rende anche illusorio?

È illusorio finché è soggettivo,
ma solo in quel caso.

La realtà è nell'oggettività.

VISITATORE:
Che significa oggettività?
Prima avete detto che il mondo è soggettivo,
e adesso parlate di oggettività.
Ma non è tutto soggettivo?

Ogni cosa è soggettiva,
ma il reale è oggettivo.

VISITATORE:
In che senso?

Nel senso che il reale
non dipende da ricordi e aspettative,
desideri e paure,
attrazioni e repulsioni,

tutto viene visto così com’è.

VISITATORE:
Questa è l'esperienza che chiamate
il quarto stato (Turiya)?

Chiamalo come vuoi.

È uno stato reale, stabile, immutabile,
senza inizio e senza fine,
sempre nuovo nel presente.

VISITATORE:
Come si raggiunge?

**Ti ci porterà l'assenza di desideri
e di paure**

20° Conversazione

Il SUPREMO è al di là di tutto

(7 luglio 1970)

[…]

VISITATORE:
Ci parlate della persona, del Sé, e del Supremo
(VYAKTI, VYAKTA, AVYAKTA).

Finché si tratta di parole ci arrivo,
ma quando si tratta di distinguere in me stesso
la persona dal SÉ e il SÉ dal Supremo,
vado in confusione.

La persona non è mai il soggetto.

Puoi vedere una persona
ma tu non sei la persona.

**Sei sempre il SUPREMO,
che in un determinato punto
del tempo e dello spazio
appare come testimone,**

un ponte tra
la pura CONSAPEVOLEZZA del Sé
e la COSCIENZA multiforme della persona.

VISITATORE:
Quando mi osservo, trovo in me varie persone
in lotta tra loro per accaparrarsi l'uso del corpo.

Corrispondono alle varie TENDENZE
(samskara) della mente.

VISITATORE:
È possibile pacificarle?

E come potresti?
Sono talmente contraddittorie...

Piuttosto, guardale per quelle che sono:

semplici abitudini del pensiero e dei sentimenti,
una matassa di ricordi e impulsi.

VISITATORE:
Eppure, gridano tutte "Io sono!".

È solo perché ti ci identifichi.

Quando capisci che
qualunque cosa ti appaia davanti

non può essere te,
e non puoi dire "io sono",

ti liberi di tutte le "persone"
e di tutte le loro richieste.

L'IO SONO
è esclusivamente tuo,
non puoi separartene

ma puoi assegnarlo a qualsiasi cosa
come quando dici:
“Sono giovane… sono ricco…e così via”.

Ma queste autoidentificazioni
sono palesemente false
e ti rendono schiavo.

VISITATORE:
Ora riesco a capire che io non sono la persona,
ma ciò che, riflesso sulla persona,
le dà la sensazione di essere.

Ma il SUPREMO?
Come faccio a conoscermi e riconoscermi
come essere supremo?

La sorgente della COSCIENZA
non può essere un oggetto della coscienza stessa.

Conoscere la sorgente
è essere la sorgente.

Quando realizzi che non sei la persona,
ma il puro e imperturbabile testimone

e che la CONSAPEVOLEZZA
è la tua vera natura,
tu sei l'essere.

VISITATORE:
Le Sorgenti sono molte o una sola?

Dipende da come e da quale visuale osservi.

Gli oggetti nel mondo sono molti
ma l'occhio che li vede è uno.

Il superiore
appare sempre unico all'inferiore,
mentre gli inferiori
sono molti per il superiore.

[…]

VISITATORE:
E come si può fare l'esperienza dell'assoluto?

L'ASSOLUTO
deve essere vissuto per esperienza,
non discusso.

Non è un oggetto
da riconoscere e immagazzinare nella memoria.

È nel presente
e si tratta più che altro di sentirlo.

È nella qualità, nel valore,
essendo la sorgente di tutto,
è in ogni cosa.

VISITATORE:
Se è la sorgente, come si manifesta?

Facendo nascere la COSCIENZA,
tutto il resto è nella coscienza.

VISITATORE:
Perché ci sono così tanti centri di COSCIENZA?

L'universo oggettivo è in costante movimento,
producendo e dissolvendo forme innumerevoli.

Ogni volta che la vita (prana)
entra in una forma

appare la COSCIENZA,
che è il riflesso della CONSAPEVOLEZZA
nella materia.

VISITATORE:
In che modo è influenzato il Supremo?

Cosa può influenzarlo?
E come?

La SORGENTE
non è influenzata dalla tortuosità del fiume,

come la forma di un gioiello
non modifica il metallo di cui è composto.

Forse che la luce è influenzata
dall'immagine proiettata sullo schermo?

Il SUPREMO rende tutto possibile,
e questo è quanto.

VISITATORE:
Allora perchè certe cose accadono,
e altre no?

Cercare le cause
è il passatempo della mente.

Non esiste la dualità di causa ed effetto.

Ogni cosa è causa di sé stessa.

VISITATORE:
Quindi non è possibile alcuna azione intenzionale?

Dico soltanto che la COSCIENZA contiene tutto,
e che in essa tutto è possibile.

Se ci tieni,
puoi avere delle cause, nel tuo mondo.

o c'è chi si accontenta di una causa unica:
LA VOLONTÀ DI DIO.

Ma la causa primaria è una sola:
l'IO SONO.

VISITATORE:
Che rapporto c'è tra il SÉ (Vyakta)
e il Supremo (Avyakta)?

Dal punto di vista del SÉ il mondo è il conosciuto,
mentre il SUPREMO è il non conosciuto.

Il non conosciuto, pur rimanendo tale,
dà vita al conosciuto.

Il conosciuto è infinito,
ma il non conosciuto
è l'infinità degli infiniti.

Come un raggio di luce non è visibile,
finché non incontra il pulviscolo,

così il Supremo rende tutto conosciuto,
rimanendo sconosciuto.

VISITATORE:
Vuoi dire che il non conosciuto è inaccessibile?

Oh no,
il SUPREMO è il più facile da raggiungere,
perché è il tuo vero essere.

È sufficiente smettere di pensare e desiderare altro
che non sia il SUPREMO

VISITATORE:
E se non desidero niente, neppure il Supremo?

Allora sei praticamente morto,
oppure sei il SUPREMO.

VISITATORE:
Il mondo è pieno di desideri.
Tutti vogliono qualcosa.

Chi è che desidera?
La persona o il SÉ?

Il SÉ,
tutti i desideri, puri o impuri,
provengono dal SÉ
e dipendono dall'IO SONO.

VISITATORE:
Posso capire che i desideri puri
provengono dal SÉ
essendo espressione della "gioia prefetta" del
SAT CHIT ANANDA
(Essere – coscienza – beatitudine)
ma quelli impuri?

Tutti i desideri aspirano alla felicità.

La qualità e la forma che assumono
dipendono dalla psiche
(antahkarana).

Quando prevale la passività
(TAMAS)
diventano perversioni.

Quando prevale l'attività
(RAJAS)
nascono le passioni.

Se c'è armonia
(SATTVA),
il desiderio è motivato dalla buona volontà,
dalla compassione,

la spinta impellente a dare
e non il bisogno di volere la felicità.

Ma il SUPREMO è al di là di tutto,
anche se è per la sua infinita permeabilità
che tutti i desideri forti e puri
possono essere soddisfatti.

VISITATORE:
E quali sono i desideri forti e puri?

I desideri che distruggono
i loro oggetti o i loro soggetti

o che non si estinguono una volta appagati,

si contraddicono da sé,
e non possono essere soddisfatti.

Solo i desideri motivati dall'amore,
dalla buona volontà e dalla compassione,

sono di beneficio sia ai soggetti che agli oggetti
e possono essere completamente esauditi.

VISITATORE:
Puri o impuri, tutti i desideri causano dolore.

Ma non sono tutti identici,
e anche il dolore non è lo stesso.

La passione è fonte di dolore,
la compassione non lo è mai.

L'intero universo si prodiga
per soddisfare un desiderio
nato dalla compassione.

VISITATORE:
Il Supremo conosce sé stesso?
L'Impersonale è cosciente?

La sorgente di tutto
ha tutto.

Tutto ciò che
nasce dalla sorgente
doveva essere già lì in forma di seme.

E come un seme
è l'ultimo di una serie infinita
e contiene l'esperienza
e la promessa di innumerevoli foreste,

così il non conosciuto
contiene tutto ciò che fu
o che potrebbe essere stato

e anche tutto ciò che sarà
e potrebbe essere.

L'intero campo del divenire
è aperto e accessibile,

il passato e il futuro
coesistono nell'eterno presente.

VISITATORE:
Adesso voi state vivendo nel Supremo
non conosciuto?

E dove altro?

VISITATORE:
E come fate a dirlo?

Perché nella mia mente
non sorge mai alcun desiderio.

VISITATORE:
Allora siete in uno stato di incoscienza?

No, sono perfettamente cosciente,

ma siccome nella mente
non entrano desideri e paure,
c'è assoluto silenzio.

VISITATORE:
Chi conosce il silenzio?

Il silenzio conosce sé stesso.

È il silenzio della mente silenziosa,
quando passioni e desideri
vengono messi a tacere.

VISITATORE:
Vi capita a volte di avere dei desideri?

I desideri sono solo onde nella mente.
Sai che c'è un'onda quando la vedi.

Il desiderio è solo una cosa tra tante.
Non sento il bisogno di soddisfarlo,
o di intervenire con un'azione.

Essere liberi dal desiderio
vuol dire non sentirsi costretti a soddisfarlo.

VISITATORE:
Perché nascono i desideri?

Perché immagini di essere nato
e presumi di morire
se non avrai cura del tuo corpo.

Il desiderio di avere un'esistenza corporea
è la causa primaria del problema.

VISITATORE:
Eppure, sono tante le anime che s'incarnano.
Non può essere un errore di giudizio.
Uno scopo deve esserci, ma quale?

Per conoscersi
il SÈ deve confrontarsi col suo opposto,
il non-sé (IO identificato).
Il desiderio conduce all'esperienza

l'esperienza porta alla discriminazione,
al distacco, alla conoscenza di Sé
e alla LIBERAZIONE.

Alla fine,
cos'è poi la LIBERAZIONE?

Sapere che sei al di là di nascita e morte.

Dimenticando chi sei
e immaginando di essere una creatura mortale,
ti sei creato tanti di quei problemi

che adesso senti il bisogno di svegliarti,
come quando fai un brutto sogno.

Anche l'indagine ti risveglia.

Non devi aspettare di soffrire,
INDAGARE NELLA FELICITÀ è meglio,
perché la mente è in pace e armonia.

VISITATORE:
Chi è esattamente che fa l'esperienza ultima:
il SÉ manifesto (Vyakta)
o il non conosciuto o Supremo (Avyakta)?

Ovviamente il SÉ.

VISITATORE:
Allora perché avete introdotto la nozione
del SUPREMO o non conosciuto?

Per spiegare il SÉ.

VISITATORE:
Ma c'è qualcosa oltre il SÉ?

Al di fuori del SÉ non c'è niente.

Tutto è UNO
e tutto è contenuto nell'IO SONO.

Negli stati di veglia e di sogno,
esso è la persona (Vyakti),

nel sonno profondo e nel quarto stato (Turiya)
è il SÉ (Vyakta).

Al di là della vigile intensità
del quarto stato (Turya),

si estende la grande pace silenziosa
del SUPREMO (Avyakta).

Ma di fatto,
tutto è UNO nell’essenza
e collegato nell'apparenza.

Nella condizione di ignoranza,
colui che vede diventa l’oggetto visto,

mentre nella condizione di saggezza,
diventa il vedere stesso.

Ma perché occuparsi del SUPREMO?

Conosci COLUI CHE CONOSCE
e tutto sarà conosciuto.