

BLISS DIVINE - IL LIBRO DELLA BEATITUDINE DIVINA

L'Atman

La beatitudine è la natura essenziale dell'Uomo. L'aspetto centrale del suo essere è la Divinità insita in lui. La natura essenziale dell'Uomo è Divina, ma egli ne ha perso la consapevolezza a causa dei suoi istinti animali e del velo dell'ignoranza. L'Uomo, nella sua ignoranza, si identifica con il corpo, con la mente, con il Prana e con i sensi. Trascendendoli, egli si unisce al Brahman o Assoluto, che è pura beatitudine.

Il Brahman, l'Assoluto, è la realtà più piena, la coscienza più completa. Ciò oltre cui non c'è nulla, il Sé più interiore di tutti è l'Atman o Brahman. L'Atman è la Coscienza comune in tutti gli esseri.

Un ladro, una prostituta, uno spazzino, un Re, un delinquente, un Santo, un cane, un gatto, un topo, tutti hanno lo stesso Atman in comune. C'è una differenza apparente, fittizia, che esiste solo nei corpi e nelle menti. Ci sono differenze nei colori e nelle opinioni, ma l'Atman è lo stesso in tutti.

Se sei molto ricco potrai avere una nave, un treno, un aeroplano tutto tuo, per i tuoi interessi egoistici, ma non puoi avere un Atman tutto per te, perché l'Atman è comune a tutti, non è una proprietà individuale brevettata. L'Atman è l'uno in mezzo ai tanti, è costante in mezzo alle forme che vanno e vengono, è la Coscienza pura, assoluta ed essenziale di tutti gli esseri coscienti.

La fonte di ogni vita, la fonte di ogni conoscenza è l'Atman, il Sé più interiore. L'Atman, o Anima Suprema, è trascendente, inesprimibile, indeducibile, impensabile, eternamente in pace, pieno di beatitudine.

Non c'è differenza tra Atman e beatitudine, l'Atman è la beatitudine stessa. Dio, perfezione, pace, immortalità, beatitudine, sono tutti un'unica cosa. Lo scopo della vita è di raggiungere la perfezione, l'immortalità o Dio. Più ci si avvicina alla Verità, più si diventa felici, poiché la natura essenziale della Verità è la beatitudine certa, assoluta. Nelle cose finite non c'è beatitudine, essa risiede solo nell'Infinito. La beatitudine eterna si può ottenere solo dal Sé eterno.

Conoscere il Sé vuol dire godere di beatitudine eterna e pace imperitura. La realizzazione del Sé conferisce esistenza eterna, conoscenza assoluta e beatitudine perenne. Nessuno può salvarsi senza la realizzazione del Sé. La ricerca dell'Assoluto dovrebbe essere intrapresa sacrificando anche gli oggetti più cari, persino la vita, accettando ogni dolore.

Puoi studiare tutti i libri di Filosofia che vuoi, andare a fare Conferenze su Conferenze in giro per il mondo, rimanere in una grotta dell'Himalaya per cento anni, praticare il Pranayama per cinquant'anni, ma non riuscirai a raggiungere l'emancipazione se non comprendi profondamente l'unicità del Sé.

Quello che implica Moksha

L'unicità del Sé, o l'unicità dell'Esistenza, è la Realtà, e la realizzazione di questa Realtà è Moksha.

Moksha è l'abbattimento delle barriere che costituiscono esistenze separate. Moksha è lo stato assoluto di Essere, in cui la realtà della coscienza che tutto pervade e tutto permea è realizzata con certezza, come la realtà di un'arancia che teniamo sul palmo della mano.

Moksha non è la liberazione da uno stato reale di schiavitù, ma è la realizzazione di una libertà che già esiste: è la liberazione dalla falsa nozione di schiavitù. L'anima individuale si sente in uno stato di schiavitù a causa dell'ignoranza prodotta dal potere di Avidya. Quando la falsa convinzione creata dall'illusione viene eliminata dalla conoscenza dell'Atman, allora si raggiunge lo stato di Moksha, qui ed ora, in questa stessa vita. Non deve necessariamente seguire la morte.

La causa dell'illusione nell'Uomo è il desiderio. I desideri generano le onde di pensiero e le onde di pensiero velano la reale natura dell'Anima, che è immortale, beata ed eterna. Una volta distrutti i desideri, nell'individuo appare la Conoscenza del Brahman. La Conoscenza del Brahman non è un'azione. Non puoi raggiungere Brahman, come non puoi raggiungere te stesso, se non conoscendo te stesso. La conoscenza del Brahman è assoluta e diretta, è esperienza intuitiva.

Ragione e intuizione

L'intuizione appare come un lampo, non cresce un po' alla volta. La conoscenza immediata tramite l'intuizione unisce l'Anima Individuale all'Anima Suprema. L'intuizione salda il soggetto e l'oggetto della conoscenza, insieme al processo stesso della conoscenza, nell'Assoluto in cui non esiste Dualità. Nell'intuizione il tempo diventa Eternità, lo spazio infinito. La conoscenza intuitiva è la più alta di tutte le conoscenze: essa è l'imperitura, infinita conoscenza della Verità. La conoscenza sensoriale è una conoscenza dell'apparenza e non della Verità.

Quella dei sensi è una falsa conoscenza e l'intuizione è la conoscenza giusta. Potrete raggiungere l'Atma Jnana o Conoscenza del Sé solo ed esclusivamente tramite l'intuizione.

Se non sviluppa l'intuizione l'Uomo intellettuale rimane imperfetto. L'intelletto non ha la capacità di penetrare nei recessi più intimi della Verità. L'intelletto funziona nel regno della Dualità, ma è impotente in quello del Non-Dualismo.

La mente e l'intelletto sono strumenti finiti. La ragione è finita, non può penetrare l'Infinito. Solo l'intuizione può farlo.

I tentativi scientifici di provare l'Infinito sono vani, l'unico metodo scientifico valido è quello intuitivo.

La meditazione conduce all'intuizione, la meditazione è la chiave che schiude il Divino o Atman nascosto in tutti i nomi e in tutte le forme.

Il processo della meditazione

Nessuna conoscenza è possibile senza meditazione. L'aspirante mette in movimento la sua Anima e la Verità si fa manifesta. Attraverso la pratica regolare della meditazione il vostro livello gradualmente cresce. La Fiamma Divina diventa sempre più splendente. Gradualmente la meditazione vi offre la luce Eterna e l'intuizione. Con la pratica costante di concentrazione e meditazione la mente diventa trasparente e pura come un cristallo. Quando ci si comincia a ritirare dentro se stessi, il baccano provocato dalla ricerca delle cose mondane diventa sempre più debole.

Su questo nuovo piano ci sono delle Leggi: la Musica diventa diversa, le note sono molto dolci, tutto sembra pervaso da qualcosa di migliore. Lo splendore del risveglio spirituale cambia le prospettive e si comincia a cercare devotamente ciò che porterà gioia e pace reali e durature.

Pertanto la ricerca di vantaggi materiali e immediati diventa meno urgente.

La meditazione conduce sempre più all'interno di se stessi, dal grossolano al sottile, dal sottile all'ancora più sottile e quindi al più sottile possibile, lo Spirito Supremo. Andando al di là della coscienza del corpo grazie alla meditazione sul Signore, si ottiene il dominio universale, tutti i desideri vengono soddisfatti.

La meditazione è l'unica via reale, corretta, per raggiungere l'immortalità e la Beatitudine Eterna. Pace e beatitudine non si trovano nei libri, nelle Chiese o nei Monasteri, esse si realizzano quando appare la Conoscenza dell'Atman.

Perché leggete così tanti libri? Non servono a niente: il grande libro è all'interno del vostro cuore. Aprite le pagine di questo inesauribile libro, la fonte di tutta la conoscenza, e saprete ogni cosa.

Chiudete gli occhi, ritirate i sensi, calmate la mente, fate tacere i pensieri che si agitano, arrestate le onde della mente.

Unitevi profondamente all'Atman o Sé, l'Anima Suprema, la Luce delle luci, il Sole dei soli. Tutta la conoscenza vi verrà rivelata, tutti i dubbi svaniranno, tutti i tormenti mentali spariranno, tutte le discussioni incandescenti, i dibattiti accesi avranno termine. Resteranno solo Pace e Jnana.

Tutti i nomi e tutte le forme spariscono nella meditazione profonda. Si acquisisce coscienza dello spazio infinito. Ma anche questa svanisce. Si arriva al nulla. Improvvisamente appare l'illuminazione, il Nirvikalpa Samadhi.

La beatitudine del Samadhi

Il Nirvikalpa Samadhi è la realizzazione del valore più elevato. Durante il Nirvikalpa Samadhi la Realtà viene intuita nella sua interezza. È l'esperienza di unità con l'assoluto. Si raggiunge la supercoscienza di Brahma, che sostituisce la coscienza immobile del Jiva.

L'esperienza della pienezza viene chiamata Samadhi. Essa è libertà dal dolore. È beatitudine assoluta.

Samadhi non è l'abolizione della personalità, ne è piuttosto il completamento. In quello stato di Illuminazione Suprema si percepisce l'unità del soggetto e dell'oggetto. Non si vede altro, non si sente altro, non si sa altro.

È la conoscenza stessa ad illuminare. Dopo quell'illuminazione non è più necessario che facciate nulla.

Sapere è essere, sapere ed essere non possono essere separati. Cit e Sat sono un'unica cosa. Dove la conoscenza e l'esistenza assolute prevalgono, lì è anche la beatitudine assoluta.

La beatitudine della Realizzazione del Sé non può essere descritta a parole. La tranquillità imperturbabile, la pace suprema senza alterazioni, luce e beatitudine purissime, questo è ciò che appare nella Realizzazione del Sé.

I piaceri dei sensi non sono nulla, se li confrontiamo con la beatitudine della meditazione e del Samadhi. Elevatevi al di sopra della vita dei sensi, svegliatevi e capite di essere l'Atman puro,

immortale. Osservate l'unico Atman in tutti gli esseri e conseguite l'immortalità e l'Eterna Beatitudine.

Cercate di sentire tutto il possibile riguardo l'Atman o Anima. Poi capite l'Atman. Poi riflettete sull'Atman. Poi meditate sull'Atman. Poi realizzate l'Atman. Tat Tvam Asi: Quello Tu Sei.

Tu sei l'Atman! L'Atman è Te. Capite questo e siate liberi, niente può impedirvi di realizzare la vostra natura essenziale.

La Realizzazione del Sé non è un'invenzione, è solo la scoperta del Sé. È conoscere il proprio Sé, è consapevolezza.

La Realizzazione del Sé non è qualcosa che si può conseguire dal nulla, non avete bisogno di conseguire l'Atman o il Sé: in realtà voi siete l'Atman o Essere Supremo, dovete soltanto aprire i vostri occhi interiori.

La Filosofia Vedanta richiama l'individuo alla propria libertà, alla propria gloria e alla propria dignità. Imparate a conoscere questa fonte di libertà, la radice della beatitudine, e siate liberi.

In verità la beatitudine è la vostra vera essenza. La beatitudine è il vostro diritto di nascita, voi siete gli eredi gloriosi della Beatitudine Infinita. Realizzate questa beatitudine adesso, in questo stesso istante.

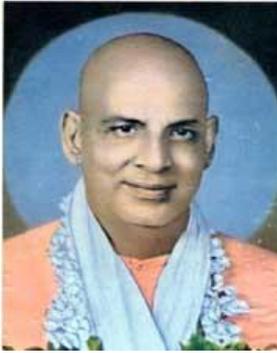
Non cercate all'esterno la luce, la pace, la gioia e la beatitudine, ma cercatele dentro di voi. Moksha, la salvezza, non è né in Cielo né sul Monte Kailash. L'inesauribile, supremo tesoro Divino, la perla dell'Atman, è racchiuso nei recessi del vostro cuore, nello scrigno del silenzio. Scoprite la vera Realtà nel cuore profondo della vostra soggettività, nella profondità del vostro essere.

La vita è Divina nella sua origine, nel suo contenuto e nel suo significato. In ognuno di noi c'è una scintilla Divina. La beatitudine è realmente la nostra natura essenziale. Gli ostacoli alla beatitudine e alla natura Divina sono nella mente.

Ignoranza è essere schiavi della mente. Pertanto, niente può condurvi alla beatitudine se non la conquista della mente. Se conducete una Vita Divina e rintracciate la vostra innata Divinità, la beatitudine allora sarà vostra.

Questo libro offre ai ricercatori spirituali un sentiero netto, ben definito, libero da ogni mistificazione e ambiguità. I brevi Capitoli sono pregni di una potente conoscenza spirituale. Sri Swami Sivanandaji sostiene che ogni attività della vita può essere trasformata in Yoga del Divino, acquisendo la necessaria conoscenza attraverso lo studio e la contemplazione.

La comprensione di questi saggi aiuterà ad ispirare e ad elevare il cuore del lettore santificandone lo spirito. Inoltre, una profonda riflessione rivelerà il segreto della beatitudine e della natura Divina dell'Anima.



Swami Sivananda Saraswati nacque nel 1887 in una grande e Nobile famiglia del Sud dell'India; Laureatosi in Medicina, si dedicò alla Professione in Malesia con grande successo. Nel 1924, attratto dal richiamo della ricerca spirituale, approdò a Rishikesh, alle pendici dell'Himalaya, dove nel 1932 fondò lo Sivananda Ashram e nel 1936 la Divine Life Society. Scomparso nel 1963, ha lasciato più di 300 libri sullo Yoga, traducendo oltre alla Bhagavad Gita anche i Brahmasutra, il Bhagavatam, molte Upanishad e scrivendo moltissimi altri volumi su tutti gli aspetti pratici dello Yoga, del Vedanta e della Sadhana Spirituale.

Questo testo è estratto dal libro: “Bliss Divine - Il Libro della Beatitudine Divina”:

<https://www.ilgiardinodeilibri.it/libri/bliss-divine-libro-beatitudine-divina-sivananda.php?nlpn=2179>

Swami Sivananda Saraswati

Bliss Divine - Il Libro della Beatitudine Divina

Il Libraio delle Stelle Edizioni

