

# Risvegliati dal *sogno* della mortalità

Di Roy Eugene Davis

(Tratto da "Studies in Truth" lesson – Luglio 2008)

Come ci riposiamo e risvegliamo un po', per poi dormire ancora, così, sotto la copertura dei sogni fugaci di nascita e morte, ci alziamo per un po', ci addormentiamo di nuovo e sogniamo un altro sogno terreno di lotta. Sognando, su un carro di fuoco astrale, rotoliamo di vita in vita. Sognando, .....passiamo attraverso fallimenti e vittorie....navighiamo per mari tempestosi, vortici di risate, mulinelli di indifferenza, acque di eventi importanti, morti e nascite. E' solo in Te (Dio) che mi sono risvegliato. Arrivato a quel punto, ho saputo che stavo sognando, benché avessi pensato (in precedenza) di essere sveglio - Paramahansa Yogananda (1893 – 1952): Sussurri dall'eternità, edizione del 1929.

I saggi illuminati affermano che gli stati ordinari della coscienza umana, sperimentati comunemente, sono come sogni che cambiano in continuazione. Benché essi sembrino reali a chi li sperimenta, sono invece prodotti da emozioni disturbate, pensieri agitati, influenze subcoscienti ed idee errate che annebbiano la consapevolezza. Le persone che sperimentano abitualmente stati ordinari di coscienza, sono inclini a pensare a se stesse come a creature mortali con poca o nessuna speranza di essere in grado di risvegliarsi alla libertà spirituale che possono aspirare ad avere. Confusione ed incertezza - o quelle che, invece, loro possono credere essere chiarezza e convinzione – le mantengono limitate a condizioni insoddisfacenti che riflettono i loro stati annebbiati di coscienza e pensieri disordinati.

**Puoi reclamare la conoscenza della tua essenza immortale e della relazione eterna che hai con l'infinito.**

Il vero Sé non è mai nato, né può morire. Essendo venuto ad esistere, non può cessare quest'esistenza. Permanentemente senza età, non muore al trapasso del corpo – Bhagavad Gita 2:20

I corpi fisici nascono e muoiono. La tua essenza pura e cosciente dell'essere fu individualizzata grazie alla mescolanza del piano radiante della Coscienza suprema e il suo potere vibratorio proiettato (Om). Poiché non sei mai nato, non cesserai mai di esistere. Poiché sei un'unità perfetta di Coscienza suprema, la conoscenza dei processi della vita e della capacità di esprimersi all'interno di essa è anche dentro di te. Man mano che la tua conoscenza innata si svelerà e si svilupperanno le tue capacità espressive, sarai pienamente cosciente della tua essenza immortale e della relazione eterna che hai con l'infinito. Al livello più profondo del tuo essere, sai che questo è vero. E' per questa ragione che aspiri ad essere spiritualmente illuminato, ossia ad avere la conoscenza completa e permanente di ciò che sei.

## Il valore spirituale di una vita lunga, vissuta in salute

Essere un filosofo non significa semplicemente avere pensieri sottili, né fondare una scuola, ma amare la saggezza così tanto da vivere secondo i suoi dettami, ossia semplicità, indipendenza, magnanimità e fiducia. – Henry David Thoreau (1817 – 1862)

Considera il mondo fisico come una scuola di addestramento che ti dà l'opportunità di:

- Nutrire le tue qualità spirituali: serenità, gioia, nonviolenza, verità, autocontrollo, inclinazione a fare ciò che è giusto, compassione.
- Aumentare le tue capacità di utilizzare i poteri intellettuali ed intuitivi che hai, comprendere i processi ordinati della vita, essere ricettivo alla sperimentazione di stati più elevati di coscienza ed essere realizzato nel Sé e in Dio.
- Migliorare le tue capacità di vivere in modo creativo, con abilità ed efficacia e di raggiungere scopi di valore per te, gli altri e l'ambiente che ti circonda.

Ciò che impari sui processi della vita, le capacità migliorate di percezione che acquisisci e la crescita spirituale che sperimenti, ti serviranno bene in questo mondo e oltre.

Non smettere mai di imparare e crescere.

Se sei un giovane adulto, preparati adesso per gli anni che hai davanti a te. Se sei nel periodo intermedio della tua incarnazione, studia per migliorare la tua comprensione delle realtà superiori e segui fedelmente le tue pratiche spirituali, mentre rimani attento a doveri, sforzi di valore e relazioni con gli altri. Se sei nello stadio avanzato della vita, condividi la tua conoscenza acquisita con gli altri, quando puoi. Contempla con

maggior intensità la tua relazione con l'infinito. La crescita spirituale può essere continuamente progressiva. Evita di pensare che le tue capacità mentali ed intellettuali diminuiranno con l'età. Continua a vivere in modo produttivo come l'essere immortale spirituale che sei!

Non permettere a te stesso di essere distratto dal tuo scopo principale nella vita, prestando eccessiva attenzione a ricordi, eventi attuali o attività (e relazioni) senza scopo. Fai ciò che migliora la tua vita di tutti i giorni e la consapevolezza spirituale che hai. Evita pensieri, sentimenti e circostanze che possono interferire con la tua alta risoluzione di essere pienamente sveglio a livello spirituale.

Scegli, durante la tua attuale incarnazione, di essere pienamente sveglio riguardo alla realizzazione del Sé, di Dio e la liberazione della coscienza

Conducimi dall'irreale al reale!  
Conducimi dall'oscurità alla luce!  
Conducimi dalla (falsa nozione della) morte all'immortalità.  
(*Brihadaranyaka Upanishad*)

La dedizione incrollabile ad essere spiritualmente illuminato ti darà la capacità di fare ciò che è necessario per chiarirti la consapevolezza e permettere alla tua radianza innata di emergere. Quando c'è disordine a livello mentale, la consapevolezza è annebbiata o frammentata e mantieni un senso errato di identità personale, la tua vera natura è oscurata. Quando, invece, la mente è calma, i pensieri sono razionali e la consapevolezza è chiara, la conoscenza cosciente del Sé può prevalere.

Conoscendo la tua vera natura, puoi conoscere più facilmente la Realtà conosciuta comunemente come "Dio". L'unica Realtà non è separata da te. In qualità di unità individualizzata di questa stessa Realtà, dimori sempre al suo interno. Puoi migliorare la tua consapevolezza ed imparare a relazionarti consapevolmente ad essa.



In qualità di devoto sul percorso spirituale, dai poco peso alle prove che ti mettono alle strette. Sii equilibrato. Cammina con coraggio. Vai avanti di giorno in giorno con calma fede interiore. Alla fine passerai oltre ogni ombra di cattivo karma, oltre ogni prova e difficoltà e vedrai l'alba del completamento divino. In quello stato di coscienza supremo, sarai liberato da tutti gli ultimi vapori striscianti di cattiva sorte. – Paramahansa Yogananda (da uno scritto degli anni trenta).

## Risposta a domande sul tema di questa lezione (estratti)

*Qual è l'ostacolo principale alla realizzazione del Sé?*

E' il senso errato di identità personale: l'egocentrismo. Esso causa la sensazione dell'essere limitati a mente, corpo e caratteristiche della personalità. Quando si è in quello stato, si tende a pensare ed agire come esseri fisici, piuttosto di creature spirituali. Lo scopo della pratica spirituale consiste nel distaccare la consapevolezza dal senso limitato del (piccolo) sé, nel discernere in modo accurato la differenza tra la propria vera natura e ciò che non si è e sperimentarlo (realizzarlo) direttamente.

*Mi è stato insegnato (e ho pensato per molti anni) che Dio fosse separato da me o che, in ogni caso, fosse qualcosa di diverso da me. Come posso liberarmi di questa abitudine di pensare?*

Puoi farlo conoscendo ciò che è vero e lasciando da parte ciò che non lo è. Alcuni insegnanti spirituali che sanno a livello intellettuale ed intuitivo che cos'è Dio, si ricolgono allo stesso come a "Lui" e utilizzano termini che tendono a confondere la mente dei devoti sinceri.

Essi raccomandano di agire e pensare in modi che "compiacciono" Dio o dicono che se le persone pregano in modo fervente, "Dio verrà a loro". Questi commenti sono dualisti, ossia suggeriscono erroneamente che Dio e le anime sono entità separate che devono essere connesse o riunite<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Chi legge abitualmente gli scritti di Paramahansa Yogananda, troverà spesso riferimenti a Dio fatti in modo personale e, quindi, quest'affermazione del sig. Davis può sembrare in contrasto con la visione del suo guru. Non è così. Gli scritti di Paramahansa Yogananda furono intesi - da lui stesso - come diretti ad un pubblico vasto, di comprensione (almeno all'inizio) limitata (negli anni venti e trenta, negli Stati Uniti, la cultura religiosa popolare era - ed è ancora oggi - di matrice fondamentalista). Ovviamente Yogananda

*La mia aspirazione ad essere spiritualmente illuminato è solitamente costante. Quando il mio progresso spirituale non è soddisfacente, a volte mi scoraggio. Come posso evitare quei momenti di disperazione?*

Coltiva la contentezza dell'anima. Essere autorealizzato è il tuo destino. Fai del tuo meglio per pensare, sentire ed agire in modi giusti per il tuo bene supremo. Attraverso lo sforzo persistente di suscitare (tirare fuori, rendere manifeste) le tue qualità spirituali innate, espandere le tue capacità di comprendere le realtà superiori e migliorare le tue abilità funzionali, ti risveglierai completamente fino a raggiungere il livello dove tutta la conoscenza dell'infinito e dei suoi processi è sempre presente. Essere *illuminato* su qualcosa, significa conoscerla. Conoscere la tua essenza dell'essere e la relazione che hai con l'infinito, significa essere spiritualmente illuminato. Quando l'illuminazione spirituale sarà perfetta e permanente, sarai liberato (rimosso per sempre) dalle condizioni che confinavano precedentemente la tua consapevolezza e limitavano la tua capacità di vivere in modo libero.

*Desidero avere una vita lunga, in salute, produttiva e spiritualmente cosciente. Quali sono alcune delle cose pratiche che posso fare per supportare la mia risoluzione?*

Aspira ad essere in salute, produttivo e spiritualmente cosciente per il resto della tua vita immortale: durante la tua incarnazione e oltre. Un'incarnazione è ciò che alcuni filosofi hanno definito come "una parentesi nell'eternità", poiché inizia con la nascita fisica e finisce al momento del trapasso. Le anime esistono permanentemente come unità individualizzate di un'unica Coscienza suprema. Durante la tua attuale incarnazione, coltiva la consapevolezza spirituale, mentre vivi saggiamente con scopo intenzionale. Evita di vagabondare nel tempo e nello spazio, sperando che le condizioni future miglioreranno senza la tua partecipazione o il tuo interessamento, circa la conoscenza della tua vera natura e della relazione che hai con l'infinito.

Nella tua attuale incarnazione, nel tempo presente, puoi rendere manifesta la tua conoscenza innata e vivere in modo libero e godibile.



#### *Affermazione*

*Sono pienamente risoluto ad essere pienamente sveglio, a conoscere i fatti della vita e a sperimentare coscientemente la vita immortale.*

Pensate per un momento a cosa intendesse dire Gesù quando affermò: "lasciate che i morti seppelliscano i loro morti" (Matteo 8:22). Egli volle dire che la maggior parte delle persone è morta senza saperlo. Quelle persone non hanno iniziativa, entusiasmo spirituale o gioia nella vita. A cosa serve vivere in quel modo? La vita dovrebbe essere un'ispirazione costante. Vivere in modo meccanico significa essere morti dentro, benché il corpo stia ancora respirando. - Paramahansa Yogananda (tratto da uno scritto degli anni trenta).

Traduzione e note di Furio Sclano  
Giugno 2008

---

scelse una linea comunicativa che fosse compatibile con il livello di comprensione delle persone con le quali entrava in contatto. Nel suo libro "Paramahansa Yogananda così come l'ho conosciuto", Davis racconta che quando Yogananda faceva conferenze pubbliche, esprimeva concetti di Dio più semplici e personali mentre, quando si rivolgeva a discepoli più avanzati, utilizzava terminologie differenti.