

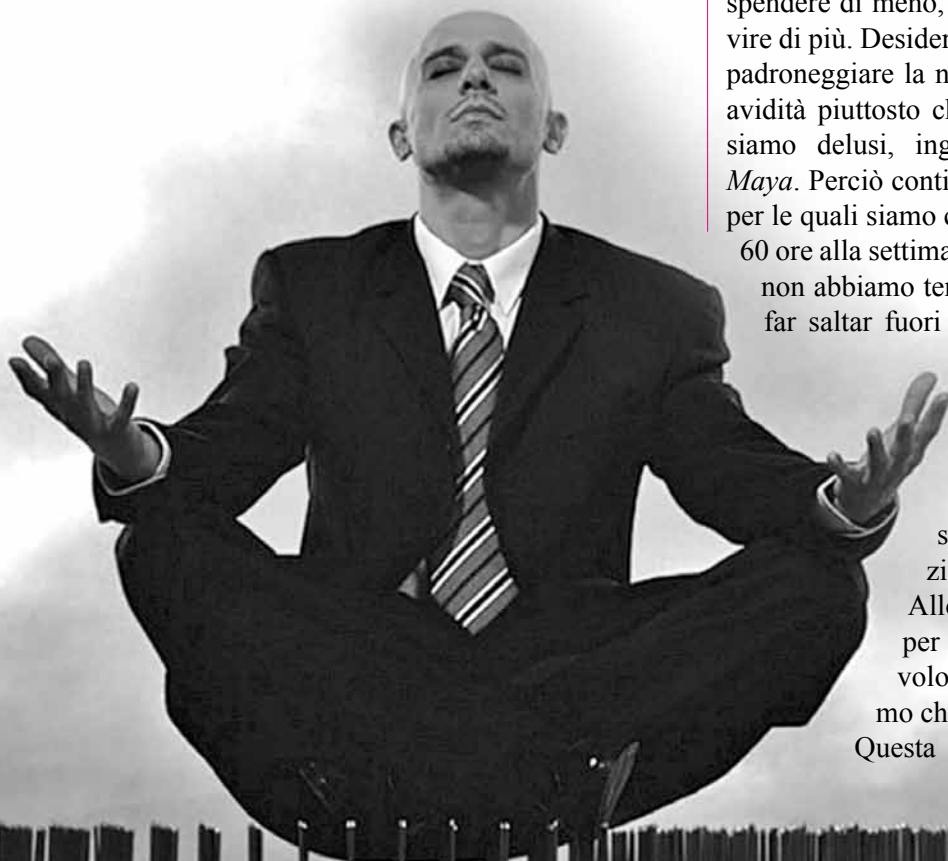
# E' ora il **TEMPO** di una vita spirituale

*L'unico modo di fuggire dal velo dell'illusione di Maya è di abbandonarsi a Dio pregandoLo di mostrarci la vera luce e di darci la forza*

di Swami Chidanand Saraswatiji

**C**osì spesso nel corso della vita pensiamo: “solo un altro anno” e poi semplificherò la mia vita, riducendo al minimo i beni di lusso. “Solo un altro anno” e darò un taglio al tempo che dedico al lavoro per permettermi di dedicare più tempo alle attività spirituali. “Solo un altro anno” e dedicherò più tempo alla meditazione, a *seva* e *sadhana*. “Solo un altro anno” e poi mi immergerò nelle di-

vine profondità della spiritualità. “Solo un altro anno” e poi smetterò di indulgere nei piaceri sensuali...e così via. Ma quell’“anno in più” non arriva mai. Continuiamo a rimandare preziosi cambiamenti di vita a “domani”, ma sfortunatamente quel “domani” non arriva. Ogni giorno diciamo nuovamente: “da domani inizierò”. I nostri propositi sono buoni. Desideriamo essere più spirituali. Desideriamo dedicare più tempo alle attività spirituali. Vogliamo spendere di meno, ridurre i bisogni e servire di più. Desideriamo essere in grado di padroneggiare la nostra lussuria, rabbia e avidità piuttosto che il contrario. Eppure siamo delusi, ingannati e accecati da *Maya*. Perciò continuiamo a trovare scuse per le quali siamo costretti a lavorare 50 o 60 ore alla settimana e per le quali ancora non abbiamo tempo per meditare e per far saltar fuori nei nostri progetti per l’anno il tempo per fare un pellegrinaggio nei luoghi santi e per le quali dobbiamo continuare a soddisfare i nostri insaziabili impulsi sensuali. Allora ci sentiamo in colpa per la nostra mancanza di volontà e di nuovo giuriamo che “da domani inizierò”. Questa mancanza di volontà,



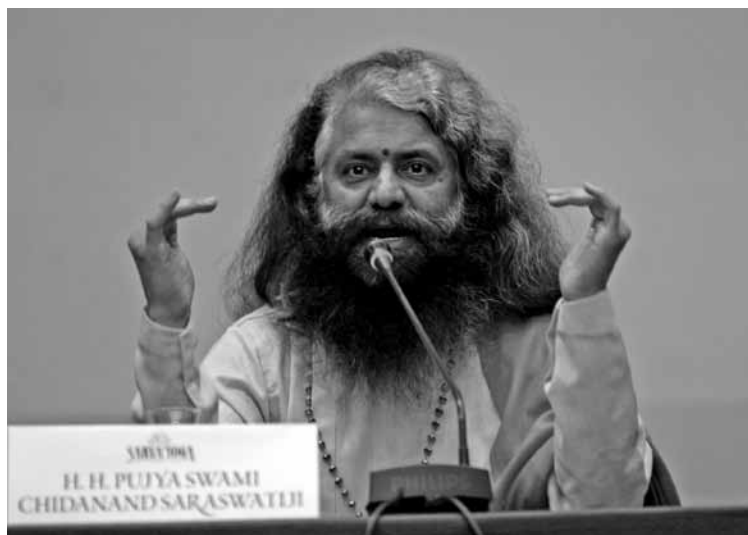
viene spesso fraintesa come come mancanza di forza. Ma non è così. In effetti non si tratta di debolezza. Piuttosto, la mancanza di volontà di attuare i cambiamenti che sappiamo che dovremmo mettere in pratica è dovuta all'avvincente potere di *Maya*, che ci cattura e ci avvolge in modo così forte con il suo velo ipnotizzante, morbido e profumato, che non riusciamo a vedere la Verità che si trova oltre di esso. Il velo di *Maya* ci inebria nell'attrattiva di più e più..., più e più ricchezza, più e più possessi, più e più piaceri dei sensi. Esso getta un incantesimo su di noi e noi lo seguiamo, ciecamente, come l'animale del circo al quale viene promesso un premio se salta nel cerchio.

Quando leggiamo libri spirituali, quando ascoltiamo i santi, quando trascorriamo alcuni momenti in meditazione e preghiera, questo velo è temporaneamente sollevato e siamo in grado di vedere dove dobbiamo andare... Siamo in grado di vedere cosa dobbiamo fare. Continuiamo a giurare che metteremo in pratica i cambiamenti "l'anno prossimo" o "domani". Ma i cambiamenti raramente arrivano, perché siamo continuamente trascinati indietro dalle onde di *Maya* nell'oceano tumultuoso, che ci fanno girare e rigirare, balzare in alto sulla cresta dell'onda e rimpioffiare in basso.

Che cosa fare allora? Come essere umani sempre così suggestionabili, siamo destinati a una vita vissuta nelle maglie di *Maya*? Siamo destinati a una vita in cui abbiamo solo fugaci bagliori di Verità? Dobbiamo restare per sempre imprigionati dalla sua morsa accecante e soffocante? No, no e no! Possiamo fuggire. Possiamo vivere nella verità. In effetti, l'autentica natura della nostra esistenza, l'autentico scopo della nostra nascita umana, è quello di realizzare la nostra fondamentale divinità, di ri-unirci con ciò che è il Divino, di rompere le catene di *Maya*. Qualsiasi altra cosa, equivale a rendere un cattivo servizio a Colui il quale ci ha portati nell'esistenza.

Ma come?

L'unico modo di fuggire dal velo dell'illusione che *Maya* avvolge attorno alle nostre menti, è di abbandonarsi a Dio e pregarLo di mostrarci la vera luce e anche di darci la forza di camminare nel sentie-



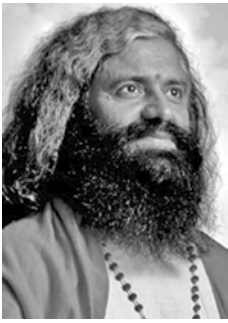
Swami Chidanand  
Saraswatiji

ro della luce. La nostra forza di volontà personale umana è, per sua natura, significativamente più debole del potere di *Maya*. Da soli, non abbiamo speranza di riuscire a spezzare le sue catene. Non possiamo sperare nella Realizzazione divina o nell'Illuminazione, o nemmeno in una esistenza umana autenticamente colma di significato.

È soltanto arrendendoci a Dio e adeguandoci al Suo potere divino fondamentale, che possiamo avere la forza di camminare sul giusto sentiero. Facendo affidamento soltanto sulla nostra forza di volontà umana, falliremo per sempre. Il potere di *Maya* è troppo grande. Tuttavia, quando confidiamo nel potere Divino, vinceremo sempre. Quando facciamo affidamento sul potere dentro di noi che è Uno con Lui, non falliremo né cadremo mai. Quando ci rivolgiamo a Lui, con un cuore puro, devoto e pio, chiedendogli la forza, la forza ci viene data. Istantaneamente. La preghiera autentica e profonda dissolve le catene di *Maya* ed esse si spezzano a terra, incapaci di legarci.

Tuttavia, dobbiamo pure ricordare che, sebbene Dio ci dà la forza per fuggire da *Maya* e sia per vedere il sentiero divino sia per camminare lungo esso, anche noi dobbiamo fare lo sforzo. Non è che possiamo limitarci a dire: «va bene, Dio. Dammi tu la forza, io non farò nulla». Perché allora, quando il nostro proponimento fallisce e ritorniamo ai nostri vecchi modi familiari anziché dare la colpa a noi, la stiamo dando a Dio. Diciamo: «beh, Dio non mi ha dato la forza» oppure «Dio non mi ha aiutato». Si tratta di uno sforzo congiun-

“  
**È soltanto arrendendoci a Dio e adeguandoci al Suo potere divino fondamentale, che possiamo avere la forza di camminare sul giusto sentiero**



**SWAMI  
CHIDANAND  
SARASWATIJI**

La massima che ha accompagnato la vita di S. S. Swami Chidanand Saraswati è: "Al servizio di Dio e dell'umanità". Dall'età di otto anni, sotto la guida del suo maestro spirituale, Pujya Swamiji trascorse anni a praticare lo yoga e la meditazione nelle montagne himalayane. Pujya Swamiji è presidente dell'ashram Parmarth Niketan di Rishikesh, e fondatore dell'India Heritage Research Foundation (IHRF), una fondazione umanitaria che gestisce e finanzia scuole gratuite, corsi di formazione professionale per le donne, una clinica, due orfanotrofi "Gurukul"; allestisce campi di salute gratuiti e programmi agricoli.

to, che vede impegnate entrambe le parti. Dio ci dà la forza, ma sta a noi fare il lavoro. Un famoso proverbio è quello che dice "aiutati che Dio ti aiuta". Ciò è assolutamente vero. Dobbiamo pregare Dio chiedendogli la forza, ma allo stesso tempo dobbiamo impegnarci a usare tutta la forza che Lui ci ha dato.

Perciò l'unico modo di fuggire dal velo accecante di *Maya* è quello di fare una doppia pratica. Per prima cosa, dobbiamo abbandonarci a Dio e pregarlo ardentemente di prendere nelle Sue mani le nostre vite, guidandoci e dandoci forza. In secondo luogo, dobbiamo prendere degli impegni concreti, riguardo a come abbiamo intenzione di diventare delle persone migliori, e **mantenerli**. Anziché dire «troverò tempo per meditare», dobbiamo dire «non andrò a lavorare senza essermi seduto in meditazione e non andrò a dormire la sera senza aver fatto la mia introspezione serale». Anziché dire «cercherò di andare in pellegrinaggio nei luoghi santi ogni volta che potrò», dobbiamo dire «farò una vacanza spirituale quest'anno». Anziché dire: «cercherò di ridurre le mie spese cosicché le mie esigenze finanziarie siano minori», dobbiamo dire: «non comprerò un'altra giacca o un altro paio di scarpe, o qualsiasi altra cosa, fino a quando quelli che ho non si romperanno, strapperanno o non mi andranno più». Anziché



dire: «cercherò di superare la mia rabbia, lussuria e avidità», dobbiamo impegnarci a prenderci degli appuntamenti quotidiani con Dio, nei quali facciamo introspezione su tutte le volte in cui abbiamo permesso di farci sopraffare da queste emozioni e dobbiamo pregare di avere la forza, **tutti i giorni**, di restare calmi, pacifici e sattvici nelle nostre vite.

Se aspettiamo il momento giusto, quel momento non arriverà mai. È ora il tempo per la vita spirituale.

*Traduzione di Claudio Andrea Klun – tratto da The time for a spiritual life is now*



**Swami Chidanand  
Saraswati con  
Antonietta Rozzi al  
Congresso Sarva Yoga  
International di Assisi  
2008**