

Riflessioni

La realizzazione del Sé è l'obiettivo più importante della tua incarnazione?

Di Roy Eugene Davis

Tratto da "Radiance" Magazine - Autunno 2011

--o--

Il termine sanscrito *Kriya* viene definito come un'azione compiuta per migliorare il proprio benessere o per **permettere** alla crescita spirituale di manifestarsi¹. I *Kriya* possono essere anche azioni che raffinano il corpo e causano la trasformazione psicologica, quando si risvegliano le forze dell'anima. Il culmine dei giusti sforzi intenzionali e/o delle azioni involontarie purificanti e trasformanti è lo *yoga*: **riunire insieme attenzione e consapevolezza con la pura essenza dell'essere**. La pratica *completa* del *kriya yoga* include: pensare, vivere e sentire *disciplinati, studio profondo* della propria vera natura, dell'unica Realtà e della legge di causa ed effetto, *distacco* dal falso senso di identità personale o *trascendenza* dello stesso. Pensieri e sentimenti agitati, speculazioni filosofiche superficiali e atteggiamenti mentali immaturi devono essere **sostituiti** da pensieri costruttivi e razionali, sforzi intensi tesi a scoprire ciò che è vero e comportamenti **responsabili**.

Molte persone attratte dal Kriya Yoga sono solo curiose, non sono in grado di comprendere i concetti filosofici, sbagliano nel pensare che la pratica delle tecniche meditative sia l'unica cosa necessaria, oppure non sono disponibili o capaci a dedicarsi pienamente alla pratica **completa**. Se sei sicuro che il percorso del Kriya Yoga è giusto per te, **sii devoto ad esso al 100%**. Se il percorso del Kriya Yoga non è giusto per te, scopri qual è il tuo sentiero e seguilo. E' meglio seguire la tua via, anche se non lo fai sempre perfettamente, piuttosto di emulare il comportamento altrui. La via giusta per te è quella compatibile con il tuo temperamento psicologico, quella che ti rende capace di vivere in modo efficace, che permette alla tua crescita spirituale di essere progressiva e di ristabilire **rapidamente**² la tua coscienza nella sua completezza pura e originale.

Nei primi anni cinquanta notai che la maggior parte di uomini e donne che partecipavano alle conferenze pubbliche di Paramahansa Yogananda o vivevano in uno dei suoi centri era devozionale, anziché intellettualmente discernente ed era propensa a credere in modo semplicistico a ciò che leggeva o sentiva, invece di desiderare conoscere la verità. Era anche *non sufficientemente istruita*, ossia non aveva una conoscenza ampia delle dottrine religiose o dei concetti filosofici che queste esprimevano, della storia umana, degli eventi di attualità, della legge di causa ed effetto, oppure di come atteggiamenti mentali e stati di coscienza influenzino pensieri, comportamenti e circostanze della vita.

Tutte queste persone nel corso del tempo:

- Diventavano agitate e disinteressate all'apprendimento.
- Seguivano svogliatamente consigli di vita salutistici e pratiche meditative, parlavano troppo, sprecavano tempo ed energia nella socializzazione eccessiva, diventavano impulsive, umorali e propense a fantasticare, oppure desideravano che il guru facesse per loro ciò che avrebbero dovuto imparare a fare per loro stesse.
- Continuavano a seguire consigli di vita raccomandati e pratiche meditative, migliorando solo un po' le proprie capacità intellettuali, mentali e funzionali.
- A volte erano allegre, ottimiste e gentili, mentre in altre occasioni erano centrate sulle loro personalità, di vedute ristrette e rigide nelle loro opinioni.

¹ Le pratiche spirituali non "causano" l'illuminazione, ma permettono la rimozione progressiva degli ostacoli psicologici affinché la stessa si manifesti spontaneamente.

² Il termine "rapidamente" ha ovviamente un valore relativo. Poiché la crescita spirituale è normalmente progressiva, se la pratica è particolarmente intensa e focalizzata è possibile parlare di anni, anziché di incarnazioni.

- Solo alcune avevano abilità intellettuali sufficienti per comprendere le realtà superiori. Solo alcune possedevano la capacità e la volontà di praticare intensamente la meditazione e di essere abili nello sperimentare stati meditativi trascendenti.

Vorrei poter dire che la maggior parte dei miei fratelli e sorelle discepoli che hanno lasciato questo mondo negli anni scorsi lo hanno fatto in modo facile e cosciente. La maggior parte di loro è mancata a causa di infarti, tumori, problemi di cuore e altre malattie³.

Circa 10 anni fa fui informato del fatto che ad uno dei miei fratelli discepoli (un uomo d'affari in pensione ordinato da Paramahansa Yogananda nei primi anni cinquanta che organizzò classi di meditazione per parecchi anni) era stato diagnosticato il morbo di Alzheimer. Amici e parenti gli offrirono supporto fisico ed emotivo, man mano che i suoi ricordi e il senso dell'io scomparivano nel corso dei mesi. Non so se chi viveva vicino a lui avesse indagato sulle possibilità che la scienza offriva per fermare o ritardare il processo di questa malattia debilitante.

Tra i milioni di individui che assistettero alle conferenze del mio guru e tra le centomila e più persone che lui iniziò al kriya yoga, solo alcuni compresero i suoi insegnamenti e li praticarono per sperimentare una crescita spirituale evidente. La stessa cosa vale per chi ha letto i suoi libri. Perse gran parte del suo tempo, delle sue energie e delle risorse che aveva a disposizione per educare e assistere spiritualmente persone per 32 anni? Sapendo che solo alcune persone sarebbero state completamente ricettive a ciò che lui stava offrendo, disse che stava *piantando semi nel suolo della loro mente subconscia* che, un giorno, avrebbero potuto germogliare, crescere e rendere loro beneficio. Vedeva la sua missione come Karma Yoga: **servizio di valore senza ego, senza attaccamento per le azioni e per i loro risultati.**

Non sto menzionando questi fatti per criticare, ma per **incoraggiarti ad essere determinato** ad elevarti oltre le limitazioni comuni alla condizione umana ordinaria. Dietro la maschera delle caratteristiche della tua personalità, **sei una creatura spirituale immortale.** Puoi conoscere velocemente la verità su te stesso e sulla relazione eterna che hai con l'infinito grazie all'aspirazione costante e fervente di essere pienamente sveglio e attraverso il giusto sforzo che svelerà le tue qualità innate e ti chiarirà la consapevolezza.

Afferma con convinzione:

*Si! la realizzazione completa del Sé è il mio obiettivo
più importante in questa incarnazione.*

Il devoto distaccato dall'esterno, contento nella conoscenza del Sé e dimorante nel Samadhi (realizzazione dell'unità) conosce la beatitudine che non cambia.
(Bhagavad Gita 5:21)

Essere realizzati nel Sé significa conoscere in essere, corpo e mente di essere stabilizzati pienamente in Dio. Per essere realizzato nel Sé devi solo migliorare la tua conoscenza.
(Paramahansa Yogananda)

Traduzione di Furio Sclano
Settembre 2011
Riproduzione vietata

3 Il messaggio del sig. Davis consiste nel notare che molte persone che praticano il kriya yoga rimangono comunque legate a punti di vista semplicistici e tradizionali, piuttosto di sforzarsi di arrivare al cuore della verità. Questa considerazione vale anche per tanti discepoli diretti di Yogananda che il sig. Davis ha conosciuto negli anni, i quali hanno vissuto in maniera ordinaria e hanno lasciato il mondo con le stesse limitazioni. Essere iniziati da un maestro o ricevere insegnamenti direttamente da lui non è liberante, se la persona in questione non fa lo sforzo intenso e cosciente di mettere da parte opinioni semplicistiche e leggende per impegnarsi in modo intenso nella ricerca della verità. Si afferma che chi è realizzato nel Sé possa lasciare il corpo al momento opportuno con grazia e in modo cosciente.